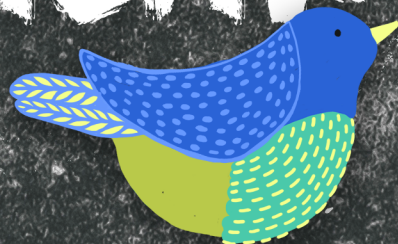


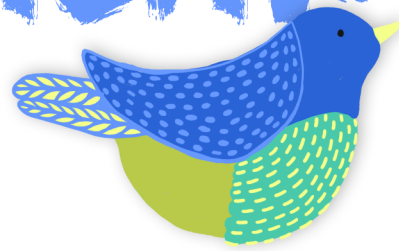
EMBERI
JOGI
OKTATÁS

BESZÉLNI SZERETNÉNK RÓLA!



A HÁBORÚ FÉLELMEIT ENYHÍTŐ ISKOLAI FOGLALKOZÁS

BESZÉLNI SZERETNÉNK RÓLA!



A HÁBORÚ FÉLELMEIT ENYHÍTŐ ISKOLAI FOGLALKOZÁS ÓRATERV

Készítette: **Battai Eszter**

Az óraterv elkészítéséhez segítséget nyújtott az **Amnesty International Magyarország** emberi jogi oktatási programjának módszertana és munkatársai.

Ajánlott korosztály: **6-14 éves fiatalok**

Ajánlott időkeret: **45-90 perc**

Eszközök:

- nagy papírok
- színes ceruzák
- az óraterv melléklete kinyomtatva
- az Ellenség című könyv vagy annak videós feldolgozása

BEVEZETŐ

Iskolai szociális munkásként dolgozom Budapesten. Az egyik iskola alsós igazgatóhelyettese keresett meg. Azt írta: a gyerekek félnek a háborútól, szükségük van a segítségre. Az iskolapszichológus nagyon leterhelt, az egyéni esetei lefoglalják a munkaidejét.

Végiggondoltam a meglévő eszköztáramat, és hogy miben tudok segíteni, majd összeállítottam egy foglalkozástervet. Abban biztos voltam, hogy nem tudom és ezért nem is akarom megmagyarázni a gyerekeknek, mi történik a szomszédos országban. De lehetőséget adhatok arra, hogy elmondhassák, mitől félnek és mire lenne szükségük, hogy a bennük lévő feszültség enyhüljön. Segíthetek összegyűjteni olyan ötleteket, amiket a hétköznapiakban tudnak használni saját és a környezetük megnyugtatóására, és tudok segíteni abban is, hogy a feszült helyzetben esetleg megerősödő előítéleteket, ellentéteket enyhítsem. Másodikos és negyedikes osztályokban tartottam meg a foglalkozást, amit azután az Amnesty International oktatási programjának munkatársaival véglegesítettünk.

Azt tapasztaltam, hogy a gyerekeknek nagyon is kézzelfogható félelmeik vannak: tartanak tőle, hogy ártterjed hozzánk a háború, hogy az apukájukat elviszik katonának, ránk esik egy bomba, és mind meghalunk. És azt is megtapasztaltam - ahogy újra és újra -, hogy a gyerekek jók, békében szeretnének élni, képesek elfogadni és szeretni egymást. Miközben megosztották a közösséggel a gondolataikat, az futott át az agyamon, hogy ha rájuk bízánk a világnk irányítását, nem lenne többé semmi baj.

Battai Eszter

MIKOR AJÁNLJUK A FOGLALKOZÁS MEGTARTÁSÁT?

A szomszédos országban zajló háború a közösségi médián keresztül nagyon közel kerül a gyerekekhez. Ha vannak is köztük olyanok, akiket tudatosan távol tartanak a szülei a háborús hírektől, a többi gyerektől sok, gyakran fals információ érkezik a közösségbe. Lehetetlen teljesen elzárni a gyerekeket a hírektől, viszont a hamis és félinformációk alaptalan félelmeket is keltenek bennük. Ezért hasznos lehet, ha hiteles felnőttként beszélgetünk velük róla, és segítünk nekik megnyugodni. A foglalkozásterv a [Hintalovon Alapítvány](#) és a [Sulinyugi \(Lélekkel az Egészségért Alapítvány\)](#) aktuálisan közzétett útmutatásaira épít, és az [Amnesty International Magyarország emberi jogi oktatási programjának módszertanát](#) használja fel.

MIRE NEM ALKALMAS A FOGLALKOZÁS?

A foglalkozás nem alkalmas arra, hogy elmagyarázza, pontosan milyen események zajlanak a háborús övezetben, ki a felelős értük, mikor és hogyan lesz vége. Ezt érdemes előre tisztázni a résztvevőkkel.

MILYEN KOROSZTÁLYNAK AJÁNLJUK A FOGLALKOZÁST, ÉS HOGYAN JAVASOLJUK MEGTARTANI?

A foglalkozást általános iskolás gyerekeknek ajánljuk, de kisebb változtatásokkal a 9-12. osztályos fiataloknak is alkalmas. A téma nehézsége miatt érdemes több (minimum 2, maximum 4) csoportvezetővel megtartani, hogy a gyerekeknek lehetősége legyen kis csoportban beszélgetve több figyelmet kapni. 1-6. osztályban az osztályfőnök az osztályfőnök helyettessel, iskolapszichológussal, iskolai szociális munkással közösen tudja megtartani az órát. 6-12. osztályban a megfelelő instrukciókkal a gyerekek önállóan is tudnak kis csoportban beszélgetni.

A foglalkozásterv 45 percben megvalósítható, de még hatékonyabb, ha legalább 2x45 percet, vagy még több időt szánunk rá. Ehhez további javaslatokat is találsz a foglalkozásterv végén.

A FOGLALKOZÁS CÉLJAI

A FOGLALKOZÁS ALATT A RÉSZTVEVŐK:

- lehetőséget kapnak arra, hogy a háborúval kapcsolatos érzéseikről beszéljenek;
- formába tudják önteni, hogy mire lenne szükségük;
- megismerik azt a megküzdési stratégiát, hogy azt próbálják meg befolyásolni, amire van ráhatásuk, és míg a többi is fontos, megfelelő távolságból tudják nézni a folyamatokat;
- közösen keresnek nyugtató, relaxáló, szorongás-, és stresszoldó módszereket.

A FOGLALKOZÁS VÉGÉRE A RÉSZTVEVŐK:

- szorongása és stresszszintje csökken;
- cselekvési tervvel, ötletekkel gazdagodnak;
- a háború okozta előítéleti csökkennek.

A FOGLALKOZÁS ELEMEL

BEVEZETÉS



5-10 PERC

Biztosan tudjátok, hogy a szomszédos Ukrajnát megtámadta Oroszország hadserege. Bombák is robbantak, lövések is dördültek már. Az ott élők teljesen érthető módon meg vannak ijedve. Van, aki elbújik, mások menekülnek, például ide, Magyarországra. Ez sokatoknak ijesztő, vannak, akiket idegesít, másokat meg nem érdekel. Jogosak az érzéseitek, bármilyenek is legyenek. Az érzéseinket nem kell elfojtani, nyugodtan elmondhatjuk őket, csak az a fontos, hogy ne bántunk vele másokat. Tudunk tenni azért is, hogy megnyugodjunk, jobb legyen a kedvünk, és nagyon sokat tudunk tenni másokért is, hogy ők megnyugodjanak és jobb legyen a kedvük.

Most erről fogunk beszélgetni: az érzéseinkről és hogy mit tehetünk, hogy megnyugodjunk, jobban érezzük magunkat.

NYITÓKÖR: Mondd el a keresztneved, és fejezd be azt a mondatot, hogy „**Én akkor érzem jól magam,...**”

BESZÉLGETÉS KIS CSOPORTOKBAN



15-20 PERC

3-4 kis csoportot alakítunk attól függően, hogy hány felnőtt van jelen a teremben, és hogy mekkora a csoport létszáma. A kis csoportok kis körben ülve az alábbi témákat beszélnek végig. A beszélgetéshez a foglalkozásterv végén lévő beszélgetőlapot használhatjuk. Ezekre gyűjtsék össze, írják fel a csoportvezetők az elhangzott válaszokat. Minden kérdésre mindenkinek legyen lehetősége válaszolni. *Válasszatok egy ceruzát, vagy más beszélő tárgyat: az beszél, akinél a ceruza van. Adjátok körbe a ceruzát.*

1. Milyen érzések vannak benned az ukrajnai hírek kapcsán? (Ha félelem van benned, mitől félsz? Minden érzés jogos.)

2. Mire van szükséged, hogy megnyugodj? (Itt jöhetnek irreális és reális vágyak is, a következő kérdésnél pontosítunk.)

3. Ötletek összegyűjtése: hogyan tudunk megnyugodni feszült helyzetben? Előtte tisztázzuk: Vannak dolgok, amiket nem tudunk befolyásolni, de más dolgokat viszont igen. Most arra koncentráljunk, amire hatással tudunk lenni, és ez a saját hangulatunk, valamint a körülöttünk lévők hangulata. Mit tudunk tenni mi, itt az iskolában vagy otthon, hogy nyugodtabbak legyünk?

Ha mindenki elmondta a véleményét a kérdésekről, akkor hagyjuk szabadon ötletelni a gyerekeket a fentiek szerint. Ha maguktól nem hozzák fel, segítsük őket abban, hogy az alábbi témák felmerüljenek.

- Nem kötelező tudnunk a háborúról. Megtehetjük, hogy nem figyelünk a hírekre, és másoktól is azt kérjük, hogy ne beszéljenek nekünk róla.
- Elmondhatjuk az érzéseinket, meghallgathatjuk másokét.
- Használhatunk olyan feszültségoldó módszereket, amikkel nem okozunk bajt sem magunknak, sem másoknak: rajzolás, futkározás, sportolás, relaxálás, ölelés, beszélgetés, zenehallgatás, tánc, éneklés, kisállat simogatás stb.
- Mi nem háborúzunk. Békét teremtünk magunk körül. Nem veszekszünk. Példát mutatunk stb.
- Pozitív cselekedetekben vezetjük le a feszültséget: segíthetünk a bajba jutottaknak. Közös akciót szervezhetünk a menekültekért, a békéért, az elfogadásért, a nyugalomért stb.

A következő feladat közben azok a csoportvezetők, akik nem vesznek részt a feladatban, egy A3-as lapra rögtönzött plakátot készítenek, amin összesítik a gyerekek nyugalomra hangoló megoldásait.

ELLENSÉG MESE



15-20 PERC

A Csimota Kiadó könyve alkalmas az előítéletek csökkentésére, a gyerekek között és a másokkal szemben táplált ellenséges gondolatok enyhítésére. A történet egy háborúban játszódik, aminek fájdalmas aktualitást ad a szomszédban zajló háború. Ugyanakkor tudatosítja, hogy a háború elszenvedői és sokszor résztvevői is hétköznapi, alapvetően jó emberek. Ez a gondolat és a történet pozitív lezárása segít enyhíteni a gyerekek feszültségét. A könyv megrendelhető a Csimota Kiadónál vagy korlátozott számban ingyenesen hozzáférhető az Amnesty International irodáiban.

A könyv szóról-szóra való felolvasása helyett átkötő szöveggel, a képek segítségével meséljük el a történetet, a résztvevőket is bevonva, teret hagyva, hogy reagáljanak. Az utolsó kép után érdemes feltenni a kérdést: „Te mit írtál volna a papírra?” A válaszok hangos megismétlése segítheti a válaszok nyomatékosítását. A végén arra kérjük a résztvevőket, hogy az ellenségeskedés helyett gondoljanak erre az órára, és ismerjék meg jobban egymást.

Kérdések a végére (ha van idő): Mit mond nektek ez a mese? Akinek van kedve, válaszol.

ZÁRÓKÖR



5-10 PERC

Nézzétek meg a plakátot, amit az ötleteitek alapján készítettünk! Nagyon ügyesen összegyűjtöttetek egy csomó megoldást, amit használni tudtok, hogy megnyugodjatok, amikor a hírek felkavarnak benneteket! Most válasszátok ki magatokban azt, amelyik a legjobban tetszik! Menjünk körbe, és mindenki, egyenként mondja ki, hogy melyik nyugalomkeltő megoldás a kedvence!

Lezárás

A legtöbb emberi jogi foglalkozáson jónak tartjuk, ha a résztvevők saját szavaikkal jeleznek vissza a foglalkozásra, és akinek van kedve, összefoglalja, mit üzent számára az óra. Ebben a háborús helyzetben viszont sokat adhat a résztvevőknek, ha egy hiteles felnőtt maga is megfogalmazza, mit érez, és mi ebben a helyzetben a stratégiája. Erre adunk egy ötletet. Természetesen máshogy is lezárható a foglalkozás.

Nagyon ügyesek vagytok. Sok felnőtt példát vehetne rólatok. A háború nekem is félelmetes. Bízom benne, hogy Magyarországot nem érinti semmilyen módon. Bízom abban, hogy azok az erős szövetségek, amiben mi benne vagyunk, az Európai Unió és a NATO, megvédenek minket a háborútól. Mi annyit tehetünk, hogy nyugodtak maradunk és segítünk másokon. Köszönöm, hogy segítetek ebben.

JAVASLATOK A FOGLALKOZÁS FOLYTATÁSÁRA

A BESZÉLGETÉS FOLYTATÁSA

Ha a gyerekekben továbbra is erős félelmek vannak a háborús eseményekkel kapcsolatban, érdemes róla többször is beszélgetni. Abban, hogy hogyan érdemes tanárként a háborúról beszélgetni, a Hintalovon Gyermejjogi Alapítvány útmutatója segíthet.

A SZÜLŐK TÁMOGATÁSA

A gyerekek számára a leghitelesebb forrás általában a szülei. Ebben a helyzetben azonban a szülők is lehetnek bizonytalanok, ezért jól jöhet nekik is a támogatás. Nekik a Hintalovon Alapítvány szülőknek írt útmutatóját ajánljuk, melyet pedagógusként eljuttathatsz nekik.

A FESZÜLTÉG LEVEZETÉSE POZITÍV CSELEKVÉSBEN

A menekültek támogatása

Amennyiben felmerül a gyerekekben, hogy szívesen támogatnák a menekülteket, ebben kétféle módon segíthetjük őket. Egyrészt eljuttathatjuk a szülőknek az információt, hogy az órán sok gyereket érdekelt ez a téma, és ha családként szeretnének tenni (a legkisebb segítség is számít), ehhez itt találnak információt.

Ezen kívül akár az osztály is szervezhet akciót, melyben közösen támogathatják a menekülteket. Ebben szintén a fenti útmutató segít.

Saját akció megtervezése és megvalósítása

Amennyiben lehetőség van rá, a gyerekeknek nagyon sokat adhat, és másoknak is jó példával szolgálhat, ha a közösség saját akciót szervez. Ez szolgálhatja például a menekültek támogatását, felszólalást a békéért, a menekült és anyaországi gyerekek közötti távolság csökkentését, a háború okozta feszültség csökkentését, stb. Az akció során szervezhetünk gyűjtést, közösen önkénteskedhetünk, indíthatunk művészeti, esetleg informatikai projektet. Legjobb, ha a közös akció minél inkább a gyerekek szándékait és érzéseit tükrözi, és olyan eszközöket használunk, melyek között a gyerekek otthonosan mozognak, vagy izgalmas, jó érzést keltő kihívást jelentenek számukra.

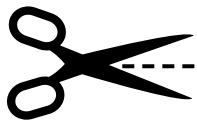
Diákjaiddal ötletet meríthettek az alábbi példákból:

Így tiltakoznak a háború ellen a debreceni Szent László-középiskola diákjai

Debreceni diákok is segítettek a menekülteknek Záhonyban és Lónyán

Ukrainai menekülteknek gyűjtenek a bibós diákok

Sztrájkból menedékbe - így alakult át egy iskola átmeneti otthonná



BESZÉLGETŐ LAP (Kinyomtatni annyi példányban, ahány kis csoport van.)

A csoportvezető feladata: olvasd el a kérdéseket és az instrukciókat, sorban tedd fel a kérdéseket, írd fel a válaszokat!

Milyen érzések vannak benned az ukrajnai helyzet kapcsán? Ha félelmet is érzel, mitől félsz?

Mindenki mondja el úgy, hogy a többiek figyelnek rá. Minden félelem jogos. Az is, ami irreális, az is, ha nincs.

Mire lenne most szükséged, hogy megnyugodj?

Itt bármilyen reális és irreális szükséglet is elhangozhat. Az is pl., hogy “soha többé ne legyen háború.”

Mit tehetünk azért, hogy megnyugodjunk és a körülöttünk lévők is megnyugodjanak?

Mondjuk el a kör elején: vannak dolgok, amiket nem tudunk befolyásolni, viszont egy csomó mindent igen. Most olyan ötleteket gyűjtsünk, amit meg tudunk valósítani. Néhány ötlet, ha a gyerekeknek nem jut eszébe: kizárjuk a híreket. Beszélgetünk az érzéseinkről. Békés feszültségoldó módszereket használunk. Példát mutatunk. Segítünk másoknak.