

EDUFOR FUTURE

- EDUCAȚIE ȘI FORMARE PENTRU VIITOR -

NR. 6 / DECEMBRIE 2021

*Revistă pentru promovarea
exemplilor de bună practică
în domeniul educației și
formării din România*



Editor: Asociația EduFor Craiova

Pagina Revistei:

www.edufor.ro/revista.php

ASOCIAȚIA **EDUFOR** CRAIOVA

Revista "EduFor Future – Educație și Formare pentru viitor"
își propune să promoveze exemple de bună practică din domeniul educației și formării din România.

Descriere prin cuvinte cheie:

educație, formare, tineret, sport, proiecte, programe, activități educative, experiențe educaționale

EduFor Future - Educație și formare pentru viitor

Cod de identificare ISSN și ISSN-L/înregistrarea Bibliotecii Naționale a României:

EduFor Future (Online) = ISSN 2359 – 7259

ISSN-L 2359 – 7259

Editor: Asociația EduFor Craiova

www.edufor.ro

www.facebook.com/AsociatiaEduFor

Redacția:

Str. Magnolia, Nr. 34, 205450

Pielești, Dolj, România

Tel: +40351427609

E-mail: contact@edufor.ro

Colectivul de redacție:

Elena-Diana Brătucu

Simona-Mirela Deaconu

Pagina Revistei:

www.edufor.ro/revista.php

CUPRINS

INTRODUCERE	5
FIȘĂ DE IDENTIFICARE A VIOLENȚEI PSIHOLOGICE - BULLYING ÎN MEDIUL ȘCOLAR	5
BULLYING-UL ÎN RÂNDUL COPIILOR	8
BULLYING-ÎNTRE MIT ȘI REALITATE	10
BULLYING-UL ÎN RÂNDUL COPIILOR DE VÂRSTĂ ȘCOLARĂ MICĂ-STUDIU	13
BULLYING-UL ÎN GRĂDINIȚĂ	15
DESPRE BULLYING	17
BULLYING - O PROBLEMĂ ACTUALĂ	19
VIOLENȚA VERBALĂ	21
CLUBUL ANTI-BULLYING-CAB	23
BULLYING-UL	24
PREVENIREA ȘI COMBATerea FENOMENULUI DE BULLYING	26
"STOP VIOLENȚĂ! STOP BULLYING!"	28
PROPUNERE DE OPȚIONAL	28
FENOMENUL BULLYING, O REALITATE PREZENTĂ ÎN ȘCOALA ROMÂNEASCĂ	30
FENOMENUL BULLYING, O REALITATE PREZENTĂ ÎN ȘCOALA ROMÂNEASCĂ	32
STRATEGII DE PREVENIRE A BULLYING-ULUI	33
BULLYING-UL ÎN ȘCOALĂ? CUM FAC FAȚĂ PROVOCĂRILO?	36
EFECTELE FENOMENULUI DE BULLYING	39
BULLYING-UL. CAUZE, EFECTE ȘI MODALITĂȚI DE COMBATERE	40
COMBATerea BULLYING-ULUI ÎN MEDIUL ȘCOLAR	43
FORME DE BULLYING ȘI METODE DE ÎNLĂTURARE A ACESTUIA	44
EDUCAȚIA LA GRANIȚA DINTRE REAL ȘI VIRTUAL	45
DEZVOLTĂ UN CLIMAT ȘCOLAR POZITIV PENTRU A PREVENI BULLYING-UL SAU ORICE FORMĂ DE VIOLENȚĂ	47
BULLYING-UL - O REALITATE A ȘCOLII ROMÂNEȘTI	49
MANIFESTAREA BULLYING-ULUI ÎN RÂNDUL ELEVILOR	51

STRATEGII DE INTERVENȚIE ÎN PREVENIREA ȘI COMBATerea FENOMENULUI DE BULLYING	52
PREVENIREA ȘI COMBATerea BULLYING-ULUI ÎN ȘCOALĂ	55
ROLUL GRĂDINIȚEI ÎN PREVENIREA ȘI COMBATerea BULLYING-ULUI	56
FENOMENUL BULLYING - FORMĂ DE ABUZ EMOȚIONAL ȘI FIZIC	58
BULLYING, CARE SUNT EFECTELE ACESTUI FENOMEN ȘI CUM POATE FI STOPAT?	60
BULLYING-UL ȘI CYBERBULLYING-UL	61
CHESTIONAR DE IDENTIFICARE A COMPORTAMENTELOR DE BULLYING LA ELEVI	63
BULLYING-UL ȘI CYBERBULLYING-UL	67
BULLYING-UL ÎN MEDIUL ȘCOLAR	69
PREVENIREA FENOMENULUI DE BULLYING ÎN ȘCOALĂ	71
BULLYING-UL: CE ESTE ȘI CUM ÎL PUTEM PREVENI?	73
BULLYING-UL – UN FENOMEN ÎNGRIJORĂTOR	76
INTERVENȚIA ÎN SITUAȚII DE BULLYING	77
FENOMENUL BULLYING ÎN ȘCOLI	79
SOLUȚII CONCRETE PENTRU COPILUL AGRESAT ȘI PENTRU AGRESOR	81
FENOMENUL BULLYING	83
MODALITĂȚI DE REDUCERE A VIOLENȚEI ÎN ȘCOLI	83
VIOLENȚA, OPUSUL DRAGOSTEI CREȘTINE	85
BULLYING-UL ÎN MEDIUL ȘCOLAR	87

INTRODUCERE

Al VI-lea număr al Revistei EDUFOR FUTURE - Educație și formare pentru viitor este dedicat Conferinței Naționale „Fenomenul bullying-o realitate prezentă în școala românească”, activitate inclusă în Calendarul activităților științifice, metodice și culturale desfășurate la nivel județean/interjudețean/ național/internațional în anul școlar 2021 – 2022 al Casei Corpului Didactic Dolj.

Activitatea a fost organizată de Școala Gimnazială „Traian” Craiova în parteneriat cu Casa Corpului Didactic Dolj și Asociația EduFor Craiova și a fost desfășurată la Școala Gimnazială „Traian” Craiova pe data de 17 decembrie 2021.

Activitatea a fost organizată pornind de la faptul că bullying-ul este una dintre cele mai complexe forme de comportament agresiv și violentă. Cu toate acestea, nu fiecare act de violență este o acțiune de bullying. Conform studiului Organizației Mondiale a Sănătății privind comportamentul sănătos la copiii de vârstă școlară, bullying apare atunci când un elev este: *„tachinat în mod repetat într-un mod care nu îi place... Dar nu este bullying atunci când doi elevi de putere sau autoritate similară se ceartă sau se bat. Nu este bullying nici atunci când un elev este tachinat într-un mod prietenos și glumeț”*. (Craig., 2009)

Numărul cazurilor de violență în școli este în creștere, atingând rata cea mai înaltă la nivelul învățământului gimnazial (66,04%) și liceal (24,62%), potrivit studiilor. Specialiștii susțin că nu doar școala trebuie să întreprindă măsuri de stopare a fenomenului, ci și societatea care dă exemple violente copiilor, iar aceștia le preiau.

Obiectivul general al activității a fost dezvoltarea competențelor profesionale ale beneficiarilor privind intervenția în situații de bullying.

Obiectivele specifice ale activității au constat în:

- Conștientizarea nevoii de intervenție integrată școală–familie, pentru gestionarea corectă și sănătoasă a comportamentelor de bullying;
- Formarea deprinderilor de a interacționa corespunzător în diverse contexte sociale;
- Dezvoltarea competențelor de interrelaționare prin comunicare pentru elevii și cadrele didactice;
- Realizarea unui schimb de experiență între cadrele didactice interesate de acest demers instructiv-educativ;
- Stimularea comunicării și colaborării.

Grupul-țintă a fost reprezentat de cadre didactice din învățământul preuniversitar din cel puțin 10 județe, profesori consilieri școlari, directori care s-au înscris cu lucrări la cele două sesiuni ale conferinței:

- Secțiunea I – Fenomenul bullying-delimitări conceptuale – sesiune de referate;
- Secțiunea a II-a – *Strategii de intervenție în prevenirea și combaterea fenomenului de bullying* - exemple de bună practică.

FIȘĂ DE IDENTIFICARE A VIOLENȚEI PSIHOLOGICE - BULLYING ÎN MEDIUL ȘCOLAR

Elena Diana Brătucu – profesor învățământ primar
Școala Gimnazială "Traian" Craiova, județul Dolj

În 27 mai 2020, Ministerul Educației și Cercetării a aprobat Normele metodologice de aplicare a prevederilor art. 7 alin. (1[^]1), art. 56[^]1 și ale pct. 6[^]1 din anexa la Legea educației naționale nr. 1/2011, privind violența psihologică – bullying, prin OMEN nr. 4.343/2020.

Normele metodologice își propun:

a) să ajute la crearea unui climat sigur și pozitiv în unitatea de învățământ, bazat pe respectarea persoanei, nediscriminare, motivarea pentru învățare și asigurarea stării de bine a antepreșcolarului/preșcolarului/elevului în unitatea de învățământ;

b) să ofere un instrument de lucru pentru profesioniștii care lucrează cu antepreșcolari/preșcolari/elevii din sistemul educațional, familiile copiilor, autoritățile responsabile cu protecția copilului împotriva violenței, inclusiv a violenței psihologice - bullying și cu furnizorii de servicii specializate pentru reabilitarea copiilor-victime, martori și/sau a copiilor cu un comportament agresiv;

c) să promoveze activități de prevenire și combatere a tuturor formelor de bullying și cyberbullying în sistemul educațional preuniversitar;

d) să prevină, să identifice, să semnaleze și să intervină în echipă multidisciplinară, în situațiile de violență psihologică - bullying și cyberbullying.

Documentul prevede că identificarea situațiilor de bullying sau cyberbullying asupra preșcolarului/elevului în unitățile de învățământ se realizează de către cadrele didactice care interacționează direct cu preșcolarul/elevul, pe baza propriilor evaluări și a completării unui formular de risc, prevăzut ca anexă a normelor metodologice.

În fișă de identificare a violenței psihologice - bullying în mediul școlar, prezentată mai jos, se iau în considerare și răspunsurile martorilor sau propriile observații. De multe ori, copilul victimă neagă bullyingul de teama repercusiunilor sau că va fi în continuare respins.

Nr. crt.	Acțiunea de bullying	Niciodată	Rar (1-2 ori pe lună)	1-2 ori pe săptămână	De mai multe ori pe săptămână	Acțiune făcută de alt elev	Acțiune făcută de profesor
Bullying relațional							
1	Îmi pun porecle.						
2	Pleacă atunci când ajung lângă grupul lor.						
3	Mă înjură.						
4	Mă tachinează.						
5	Îmi spun că sunt prost.						
6	Mă jignesc și îmi spun cuvinte urâte.						
7	Mă umilesc și râd de mine.						
8	Mă învinovătesc pentru lucruri pe care nu le-am făcut.						
9	Vorbesc urât despre mine.						
10	Râd de familia mea.						
11	Mă tachinează și râd de mine când răspund în clasă.						

12	Fac glume pe seama mea.						
13	Fac glume pe seama notelor mele.						
Bullying fizic							
14	Mă împing sau trag de mine.						
15	Îmi distrug lucrurile.						
16	Calcă pe mine intenționat.						
17	Dau cu pumnul sau mă pălmuiesc.						
18	Mă îmbrâncesc în mod intenționat.						
19	Mă lovesc.						
20	Aruncă în mine cu obiecte.						
21	Nu mă lasă să trec.						
22	Îmi iau, ascund sau aruncă pe jos lucrurile.						
23	Fac lupte cu mine ca să îmi arate că sunt mai puternici.						
24	Fură de la mine (bani, mâncare).						
25	Trag scaunul de sub mine.						
26	Mă amenință că mă bat sau îmi fac rău dacă nu fac ce vor ei.						
Cyberbullying							
27	Postează comentarii negative și răutăcioase la pozele, postările sau statusurile mele pe grupuri și rețele de socializare online sau prin alte forme de comunicare electronică online.						
28	Răspândesc zvonuri despre mine prin mesaje.						
29	Îmi trimit poze cu un conținut sexual pe grupuri și rețele de socializare online sau prin alte forme de comunicare electronică online.						
30	Mă sună în mod repetat.						
31	Postează sau trimit poze stânjenitoare sau comentarii despre mine pe grupuri și rețele de socializare online sau prin alte forme de comunicare electronică online.						
32	Postează mesajele mele private.						
33	Mă amenință sau mă hărțuiesc la telefon și pe rețelele de socializare.						
34	Trimit mesaje răutăcioase pe e-mail, telefon sau rețelele de socializare.						
35	Fac grupuri separate unde vorbesc despre mine.						
36	Fac poze cu mesajele mele și le trimit altora sau le postează cu scopul de a mă răni.						

37	Scriu și spun altora despre lucrurile stânjenitoare pe care le-am făcut sau care mi s-au întâmplat.						
38	Postează filmulețe stânjenitoare cu mine pe grupuri și rețele de socializare online sau prin alte forme de comunicare electronică online.						
39	Fac poze la mesajele mele private și le postează pe internet.						
40	Îmi trimit mesaje anonime răutăcioase și cu amenințări pe telefon, internet sau alte mijloace de comunicare.						
41	Îmi spun sau cer lucruri sexuale în grupurile de chat.						
Bullying bazat pe diferențe de rasă, cultură, religie, sexualitate							
42	Râd sau mă tachineză cu privire la credințele sau practicile mele religioase.						
43	Râd de înfățișarea mea.						
44	Râd de stilul meu de viață (ce mănânc etc.).						
45	Fac comentarii rasiste despre mine.						
46	Mă batjocoresc pe internet, pentru că sunt diferit.						
47	Râd de locuința, de cartierul, de orașul meu.						
48	Mă tachineză din cauza accentului meu.						
49	Râd de tradițiile familiei mele.						
50	Mă exclud din cauza culorii pielii mele.						
51	Fac comentarii răutăcioase despre hainele mele.						
52	Râd de trăsăturile corpului meu (ochi, gură, nas, picioare etc.).						
53	Spun lucruri răutăcioase despre etnia mea.						
Gradul de afectare							
		Deloc	Puțin	Mult	Foarte mult		
Cât de afectat te simți?							

Bibliografie: MEC nr. 4.343/2020 privind aprobarea Normelor metodologice de aplicare a prevederilor art. 7 alin. (1[^]), art. 56[^]1 și ale pct. 6[^]1 din anexa la Legea educației naționale nr. 1/2011, privind violența psihologică - bullying

BULLYING-UL ÎN RÂNDUL COPIILOR

Gabriela Aranghel -profesor învățământ primar

Mălina Rîjniță-profesor învățământ primar

Școala Gimnazială "Nicolae Romanescu" Craiova, județul Dolj

Violența este una din marile probleme ale lumii contemporane. Termenul de violență vine de la latinescul "vis" care înseamnă "forță" și care trimite la ideea de putere, de dominație, de utilizare a superiorității fizice, adică a forței asupra altuia. Violența este o situație de interacțiune (implicând unul sau mai mulți actori), prin care se aduc prejudicii altora (corporale sau morale), manifestându-se prin diferite modalități (directe sau indirecte).

Termenul de „bullying” vine de la englezescul „bully”, care înseamnă bătaș, huligan.

Bullying-ul este un fenomen cunoscut de decenii întregi și reprezintă o formă de abuz emoțional și fizic asupra copiilor de către alți copii, manifestându-se foarte des în mediul școlar.

Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil, de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Un copil este etichetat, tachinat, batjocorit în cercul său de cunoștințe sau de către colegi, care îl strigă într-un anume fel. Uneori aceste tachinări se transformă în îmbrânceli sau chiar, în unele cazuri, în atacuri fizice.

Curtea școlii este un micro-univers social în care copiii primesc primele lecții de viață în afara familiei. Vorbim despre validare, acceptare, empatie, dar din păcate, vorbim și despre teamă, rușine, respingere. De cele mai multe ori, încărcarea negativă de la școală reverberează și acoperă emoțiile pozitive, ambiția și potențialul copiilor. Violența în școli este una dintre cele mai vizibile forme de violență asupra copiilor. Școlile nu pot îndeplini rolul important de învățare și socializare, dacă acestea sunt un mediu în care se manifestă agresivitatea, intimidarea (bullying), violența.

S-a constatat că bullying nu înseamnă numai un comportament agresiv în viața reală a copiilor, ci și în cea virtuală.

Primul factor care conduce la un astfel de comportament este legat de mediul familial și de ceea ce copiii văd acasă, la părinți (violență fizică sau emoțională).

Al doilea factor major ține de școală unde comportamentele de bullying apar cu foarte mare ușurință. Cauzele cele mai des întâlnite care determină astfel de comportamente ale agresorului pot fi lipsa de empatie, egocentrismul, orgoliul, superficialitatea relațiilor umane, și, mai ales, expunerea și preluarea unor modele de comportament similare.

Se consideră că cei care provoacă „bullying” sunt acele persoane care nu primesc suficientă atenție, care doresc astfel să iasă în evidență, să braveze și acționează în consecință. Lipsa de afecțiune, de aprobare, de îndrumare, de feedback pozitiv, lipsa iubirii, neglijarea, încurajarea unor noi stiluri de viață, noi moduri de impunere, de a câștiga bani (droguri, prostituție, găști) sunt factori facilitatori pentru bullying. Nevoia de putere și de dominare fac din victimă o țintă, iar agresorii vor răni fizic, social sau emoțional pe ceilalți. De cele mai multe ori, cei care hărțuiesc, au fost hărțuiți sau sunt ei înșiși hărțuiți, de colegi, de familie.

Copiii care sunt agresori sunt de fapt cei care vor să demonstreze, în forță, din păcate, că au o bună stimă de sine, că dețin controlul și sunt superiori celorlalți. Familiile unde se folosește adesea pedeapsa corporală, constituie un mediu „prielnic” pentru dezvoltarea comportamentelor deviate de tip bullying, inadecvate adaptării la cerințele sociale, incapabile de înțelegere a disciplinei pozitive și respectării unor reguli pentru buna funcționare.

Bullying-ul nu este o etapă normală a dezvoltării copiilor și adolescenților, ci e considerat ca fiind un fenomen ce precede comportamente agresive cu consecințe și mai grave. Motivele pentru care elevii hărțuiesc și agresează alți elevi sunt: dorința de a-i domina pe ceilalți, de a fi populari, de a

avea putere și de a fi respectați de restul grupului. Întotdeauna este atacat punctul slab al victimei, iar dacă aceasta este afectată, harțuitorii își vor continua acțiunile de umilire și mai mult.

În spatele acestui comportament de tip bullying există o stima de sine scăzută a harțuitorului, compensată prin agresivitate, prin dorința de a atrage atenția, chiar dacă într-un mod negativ. De regulă, părinții acestor copii sunt autoritari sau agresivi, iar ei adoptă comportamentul învățat acasă.

Fenomenul „bullying” este mult mai prezent în mediul școlar decât ne dorim. Acesta se regăsește, în multiple forme, pe coridoarele școlii, în curte, pe străzi și, din păcate, și în sălile de clasă. Nedepistat la timp, bullying-ul poate lăsa traume și poate cauza repercusiuni ireversibile asupra gradului de adaptabilitate a copilului în societate.

Efectele bullying-ului pot fi grave, chiar fatale. Victimele hărțuirii pot suferi pe termen lung probleme emoționale, probleme de comportament, probleme sociale, singurătate, depresie, anxietate, stimă de sine scăzută, o creștere a frecvenței îmbolnăvirilor coșmaruri frecvente; scăderea interesului pentru școală, fobie școlară; pierderea prietenilor sau evitarea situațiilor sociale; sentimente de neajutorare și scăderea stimei de sine; fuga de acasă, auto-mutilare sau suicid.

În concluzie, acest fenomen, aflat în ascensiune în mediul școlar și nu numai, trebuie tratat cu maximă seriozitate, prevenit, depistat și rezolvat la timp. Este de datoria noastră, ca adulți (fie profesori, fie părinți), să gestionăm episoadele violente și să reușim să reinstaurăm climatul de liniște și pace în mediul școlar, dar și în familie. Un rol major îl avem noi, profesorii, în prevenirea, identificarea și soluționarea situațiilor conflictuale dintre copii. Colaborarea dintre cadrele didactice și părinți poate „ține în frâu” acest flagel de anvergură internațională.

Bibliografie:

1. Curelaru, M. (2013), *Violența în școală. Repere pentru analiză și intervenție*, Editura Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași;
2. Debarbieux, E. (2010), *Violența în școală: o provocare mondială?*, Editura Institutul European, Iași;
3. Ferreol, G. și Neculau, A. (coord.) (2003), *Violența. Aspecte psihosociale*, Editura Polirom, Iași.

BULLYING-ÎNTRE MIT ȘI REALITATE

Adina Balazs- profesor

Colegiul Tehnic “Alesandru Papiu Ilarian” Zalău, județul Sălaj

Violența în școală o întâlnim la tot pasul și nu neapărat în formele ei extreme (comportamente agresive care pun în pericol viața altor persoane) ci într-o formă mascată, cu care elevii și, uneori, profesorii și părinții, ajung să se obișnuiască și să o accepte ca făcând parte din viața de școală.

Bullying-ul reprezintă o parte a unor forme de abuz, de la forma simplă de neglijare, la abuzul emoțional, fizic și sexual. Fenomenul Bullying apare când: se strigă pe nume cu subînțelese; se pune în încurcătură; se împinge, lovește, șicanează; se vorbește pe la spate; se ignoră; se atacă opiniile, credința; se fură banii; se îndepărtează prietenii; se postează mesaje urâte pe net (cyberbullying); se provoacă rumoare; se înșeală, se intimidează; se păstrează tăcerea sau se dau telefoane abuzive; se trimit texte ofensive prin telefon sau când se fac remărci despre: greutate sau aspect; familie sau despre hainele purtate; despre dizabilități existente; despre diferențe de religie, culoare sau cultură; etc.

Pornind de la un incident avut loc la clasă (clasa a IX –a), am ales un joc cu tema "Mituri și realități despre bullying", prin care am urmărit următoarele obiective:

- Să explice ce înseamnă un comportament răutăcios;

- Să identifice trăirile unui copil hărțuit;
- Să dezvolte idei despre cum să reacționezi la comentarii răutăcioase;
- Să determine posibilități de a cere ajutor în cazul în care sunt hărțuiți.
- Să pregătească grupul/clasa pentru subiectul bullying, să conteste și să desființeze mituri.

- Să întărească informațiile care sunt reale, de încredere și valide

Activitatea (jocul) s-a desfășurat prin parcurgerea următoarelor etape :

1. Am împărțit clasa în două părți - partea stângă este pentru mituri și ficțiune, iar partea dreaptă pentru fapte și realitate.

2. Apoi, se citește prima afirmație din FIȘA DE LUCRU iar elevii reacționează astfel:

- a. cei care cred că afirmația este un mit, trec în partea stângă,
- b. cei care cred că este adevărat – trec în partea dreaptă.

După ce toți elevii au decis, s-a discutat o perioadă de timp despre motivul pentru care au ales să fie în partea în care sunt.

3. După ce au discutat fiecare afirmație, am explicat elevilor dacă afirmația este adevărată sau este un mit.



FIȘA DE LUCRU

MIT	REALITATE
Uneori copiii „o cer”.	Niciun copil nu „cere” să fie agresat. Unii copii pot acționa sau arăta într-un anumit fel care atrage bullying-ul; sarcina noastră e să ajutăm victima să învețe abilitățile pentru a gestiona într-un mod mai eficient bullying-ul.
Elevii vor depăși victimizarea. Victimizarea de obicei se termină atunci când un elev se duce la liceu, adesea după primul an.	Efectele victimizării sunt profunde și pot ajunge până la maturizare. Traumatizarea gravă a persoanelor victimizate a fost legată de depresie, neputință și, în anumite cazuri, suicid. Putem preveni victimizarea identificând semnalele de alarmă și înțelegând efectele sale de durată.
Durează de un an. Ce mai contează acum? Copilul poate să gestioneze.	Doar pentru că respectivul copil a îndurat o situație dureroasă, asta nu înseamnă că situația este în regulă. Efectul cumulativ al hărțuirii poate fi copleșitor. Orice incident de bullying poate fi „paiul care sparge buba” provocând boală, evitarea școlii și chiar violență dacă persoana victimizată se răzbună.
Este în regulă să lovești pe cineva care te agresează, acest lucru îl va opri.	Este de înțeles că poți să fii furios, dar dacă ai deveni agresiv sau violent, lucrurile s-ar putea înrăutăți pentru că și tu poți avea probleme
Doar băieții care sunt efeminați și mici sunt agresati; doar fetele care sunt nesigure și supraponderale sunt agresate.	Victimizarea nu se limitează la elevii care afișează caracteristici de pasivitate (precauție, sensibilitate, tăcere, anxietate și nesiguranță). Efectele victimizării afectează atât elevii care afișează caracteristici de pasivitate cât și pe cei care acționează provocator, pentru că unele

	victime ale bullying-ului caută un mod de a se apăra prin comportament provocator.
Victimele bullying-ului nu știu cum să se apere verbal sau fizic.	Societatea, părinții și școlile nu îi învață pe copii abilitățile autoapărării fizice, psihice, emoționale și verbale. Acest lucru se întâmplă pentru că majoritatea adulților nu știu cum să facă acest lucru.
Bullying-ul este un ritual de inițiere prin care trebuie să trecem toți.	Unii oameni pretind că hărțuirea, discriminarea, rasismul, violența, atacul, urmărirea, abuzul fizic, abuzul sexual, molestarea, violul și violența domestică sunt ritualuri de inițiere, dar toate sunt de neacceptat.
Agresorii sunt puternici din punct de vedere psihologic	Agresorii compensează pentru slăbiciunea lor cu agresiune. Ceea ce unii oameni văd în mod greșit drept „tărie psihică” este de fapt o determinare agresivă de a încălca granițele altor oameni fără respect sau considerație pentru ceilalți, fără a te gândi la consecințe, și un fond infinit de scuze și motivații goale pentru agresiunea lor. O motivație este o încercare de a pune o față acceptabilă social unui comportament inacceptabil social. Mulți adulți sunt păcăliți de această înșelătorie și manipulare.
Poți detecta un agresor după cum arată și se poartă.	Nu există așa ceva, și anume modul în care un agresor arată sau se poartă. Nu există o ținută sau un comportament anume.
Agresorii nu au prieteni.	Chiar dacă agresorii nu se gândesc la sentimentele altora, ei au prieteni care cred că bullying-ul este amuzant și grozav

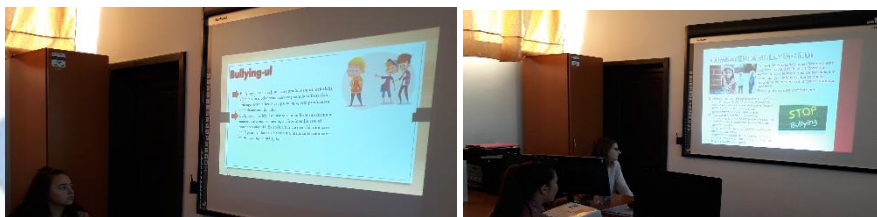
Sursa: Strategii pentru o clasă fără bullying (MANUAL PENTRU PROFESORI ȘI PERSONALUL ȘCOLAR, însoțește broșura ASCULTĂ!)

Prin această activitate elevii au conștientizat comportamentele indezirabile și am obținut de la ei următoarele promisiuni:

- Nu îi vom agresa pe colegii noștri.
- Vom încerca să-i ajutăm pe elevii care sunt agresați.
- Vom încerca să-i includem pe elevii care sunt excluși.
- Dacă știm că cineva este agresat, îi vom spune unui adult din școală și unui adult de acasă.

Este vital să conștientizăm nivelul tot mai crescut al fenomenului de bullying în ultimul perioadă, precum și a consecințelor negative dramatice pe care bullying-ul/ cyberbullying-ul le are asupra dezvoltării emoționale a elevilor. Intervenția trebuie să fie conștientizată de școală, familie și copil pentru a crea un climat pozitiv de combatere a acestuia. Orice tip de activitate care are scopul de a preveni bullyingul/ cyberbullying sunt importante la nivel de clasă, dar și la nivel de școală. Școala este o instituție a societății care ne crește, educă și formează copiii pe o perioadă lungă a vieții lor.

„Școala ar trebui să fie un mediu educațional sigur și pozitiv” (Olweus et al.2010). Orice tulburare a dezechilibrului dintre aceste sarcini cheie poate împiedica succesul fiecărui elev și poate afecta construirea de relații sociale, de încredere și comuniune pentru toți.



Poze din activitate

Bibliografie:

1. Tzvetina Arsova Netzelmann, Elfriede Steffan, Marina Angelova- Strategii pentru o clasă fără bullying (Manual Pentru Profesori Și Personalul Școlar Însoțește broșura ASCULTĂ!- "Introducing Participatory And Child-Centered Approach For Early Identification And Prevention Of Bullying In School Setting In 7 Eu Countries" Just/2013/Dap/Ag/5372) 2016

<https://www.salvaticopiii.ro/ce-facem/protectie/protectie-impotriva-violentei/prevenirea-violentei-in-scoala>

<https://siguronline.md/rom/copii/informatii-si-sfaturi/cum-sa-te-protejezi-de-hartuirea-online>

<https://siguronline.md/rom/educatori/informatii-si-sfaturi/hartuirea-in-mediul-online-si-rolul-scolii>

BULLYING-UL ÎN RÂNDUL COPIILOR DE VÂRSTĂ ȘCOLARĂ MICĂ

-Studiu -

*Magda Ionciu -profesor învățământ primar
Școala Gimnazială Târgu -Trotuș, județul Bacău*

Bullying-ul este un fenomen cunoscut de decenii întregi și reprezintă o formă de abuz emoțional și fizic asupra copiilor de către alți copii, fenomen ce a depășit, de multă vreme, granițele acceptabile, fiind din ce în ce mai prezent și în societatea românească, dar și în mediu școlar, unde copiii sunt supravegheați și unde funcționează într-un microsistem.

Studiul de față a pornit de la nevoia de informații, de tip calitativ și cantitativ, cu privire la fenomenul bullying-ului, în vederea unei mai bune înțelegeri a motivațiilor care stau la baza acestor comportamente și a dimensiunii acestui fenomen. Astfel, principalele obiective ale cercetării au fost:

- Descrierea modului în care copiii percep bullying-ul, a atitudinilor și comportamentelor lor, în diferite contexte sociale (școală, grup de prieteni, mediul online etc.);
- Măsurarea incidenței cazurilor de bullying la nivelul școlii, grupului de prieteni și în mediul online;
- Măsurarea incidenței diferitelor tipuri de comportamente asociate bullying-ului, precum excluderea din grup, umilirea, distrugerea lucrurilor altcuiva, violența fizică;

În funcție de aceste obiective propuse, m-am gândit doar la o abordare calitativă care a urmărit reliefa percepțiilor, a atitudinilor și comportamentelor copiilor cu privire la fenomenul bullying-ului, identificarea principalilor actori implicați, a contextelor sociale în care acesta are loc și a soluțiilor pentru a îl limita.

Întrucât studiul este unul calitativ, cu rol explorator, nu am formulat ipoteze pe care să le testez prin cercetare, ci am încercat să identific caracteristici ale persoanelor implicate în bullying și măsurile care ar putea fi aplicate la nivelul învățământului primar, în scopul prevenirii și combaterii fenomenului.

Grupul țintă al cercetării a fost reprezentat de copii de vârstă școlară mică, respectiv, elevii din ciclul primar de învățământ.

Ca metodă de cercetare am utilizat ancheta sociologică prin chestionar, o metodă aleasă datorită eficienței acesteia de a sonda și evalua dimensiunea fenomenului de bullying, prin ajungerea la un număr semnificativ de elevi, profesori și părinți. Rolul acestor chestionare a fost realizarea unei diagnoze și a înțelegerii cum este perceput bullyingul de actorii educaționali.

Chestionarele adresate părinților au vizat stuctura familiei, condiții de locuire, situația materială și financiară a familiei, existența /inexistența conflictelor în familie și tipul acestora, comportamentul față de copil, modalități de raportare la bullying (dimensiunea percepută a comportamentelor și dimensiunea cunoscută a acestora).

Rezultatele cercetării realizate confirmă diferențele de gen, diferențe conform cărora băieții sunt mai predispuși a adopta rolul de agresor în manifestarea comportamentului de bullying, decât fetele, în mediul școlar.

Condiția familiei incomplete, în mod special absența părinților, prezintă un factor de risc pentru comportamentele de bullying. Copilul este predispus în același timp la statutul de agresor și la cel de victimă în bullying.

Elevii au mărturisit că cele mai multe comportamente de tip bullying au loc la școală și de aceea este importantă introducerea de programe de dezvoltare de abilități de gestionare a bullyingului ale cadrelor didactice și ale elevilor.

De precizat este și identificarea cyberbullying-ului, poate determinat și de faptul că mediul școlar a fost transferat și în mediul online, iar elevii au relaționat mai mult decât oricând în mediul online. Problema cu hărțuirea online este că, acest fenomen, nu poate fi supravegheat și gestionat foarte eficient de cadrele didactice și de părinți, nefiind foarte accesibil, de aici rezultă că este foarte importantă focusarea în programele de prevenție, focusarea pe dezvoltarea abilităților asertive, a mecanismelor de ripostare și gestionare eficientă a acestora.

Din răspunsurile subiecților a reieșit și faptul că fenomenul este ignorat atât de mediul școlar, cât și de cel familial, prin manifestarea de atitudini tolerante, de „oferire de șanse” suplimentare celor agresivi, în detrimentul preocupărilor pentru sesizarea imediată a unor acte de acest tip și sancționarea lor fermă.

Fenomenul bullyingului este complex, provocator, datorită dificultăților de înregistrare a datelor, dar în același timp este un domeniu incitant. Datele obținute au generat o serie de alte întrebări, ipoteze relevante de verificat, o problemă care ne împinge spre colaborarea cu specialiști din alte domenii.

Dacă ne referim la consecințele bullying-ului asupra persoanelor cu rol de victime, studiul a relevat doar efecte negative, constând în constituirea unor trăsături psihologice negative (închidere în sine, agresivitate, scăderea stimei de sine), cât și în generarea comportamentelor individuale și sociale inadecvate (rezultate școlare slabe, absențe de la școală, culminând cu abandonul școlar, lipsa prietenilor, deficiențe de relaționare cu colegii, cu părinții și cu cadrele didactice).

Toate deficiențele semnalate evidențiază nevoia acută de adoptare a unor politici active, orientate în mod explicit spre prevenirea și combaterea fenomenului.

Consider astfel că cercetarea calitativă întreprinsă poate constitui un punct de plecare pentru studii viitoare și, în același timp, un instrument util pentru actorii educaționali interesați de prevenirea și combaterea unui fenomen atât de nociv și de distructiv.

Bibliografie:

1. Adăscăliță, V., Josanu, R., Moldovanu, I., Epoian, T. (2017). Prevenirea violenței în instituția de învățământ. Ghid metodologic. Chișinău.
2. Curelaru, M. (2013), Violența în școală. Repere pentru analiză și intervenție, Editura Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași;

3. Debarbieux, E. (2010), *Violența în școală: o provocare mondială?*, Editura Institutul European, Iași;
4. GHID pentru structurile cu responsabilități în prevenirea și combaterea violenței în mediul școlar de la nivelul unității școlare, de la nivel județean și de la nivel național ISE, 2011
5. M. Jigau ș.a., *Prevenirea și combaterea violenței în școală- Ghid practic pentru directori și cadre didactice*, Buzău, Ed. Alpha, 2006.

BULLYING-UL ÎN GRĂDINIȚĂ

Monica Achim- profesor învățământ preșcolar

Nicoleta Catrinescu- profesor învățământ preșcolar

Grădinița cu Program Normal Nr. 2 Orbeasca de Jos, județul Teleorman

„Nu judeca pe nimeni, până nu vei fi mers de două ori, până la luna și înapoi, în pantofii săi.”

Proverb Indian

Deși sunt mulți părinți care nu au auzit până acum de aceste termen, bullying, copiii lor au de-a face cu acest fenomen în fiecare zi și, din păcate. Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil, de excludere, de luare în derâdere a cuiva, de umilire.

Cauzele apariției bullying-ului

Din păcate, problemele apar în familie. Mai ales când părinții nu își cenzurează atitudinea și cuvintele agresive pe care le folosesc în familie față de ceilalți membri și mai ales față de copil. Involuntar, copilul copiază părinții și se comportă în societate așa cum vede în propria familie.

Copilul care beneficiază de atenție, dragoste, înțelegere este respectat și va oferi la rândul lui iubire, sprijin va ști să aprecieze, să primească suport și afecțiune.

Profilul psihologic al agresorului

Un copil care trăiește într-un mediu ostil, nesigur, care este agresat fizic și verbal, emoțional va face același lucru la rândul lui. Nu-și dă seama cât de dureroasă poate să fie postura în care sunt puse „victimele lui”. El provine din familii dezorganizate în care se țipă, se folosește agresiunea fizică și psihică, se distrug bunuri în crizele de furie, iar comportamentul urât este un lucru obișnuit. Copilul care manifestă un comportament repetat îndreptat spre rănirea fizică sau mentală a unui alt copil, care încearcă să-i domine pe ceilalți copii din grupă este un potențial agresor. Ținând cont de particularitățile de vârstă, copiii agresori pot ajunge să se autosaboteze în relațiile cu cei din grupă, nu înțeleg de ce nu sunt acceptați și ajung în final să devină victime ale bullying-ului, fiind etichetați.

Profilul psihologic al celui agresat

Copilul care este etichetat, tachinat, batjocorit de către colegi, care este strigat într-un anume fel, îmbrâncit, este un copil agresat. Primii afectați sunt, în general, copiii timizi, care se supără foarte repede, incapabili de a se apăra singuri, care nu reușesc să opună rezistență.

Formele de manifestare ale bullying-ului

1. Fizic – agresorul își folosește forța fizică pentru a-și arăta puterea asupra celorlalți (lovire, împingere, pus piedică, distrus obiecte personale etc.).
2. Relațional/Social – agresorul își folosește popularitatea pentru a strica imaginea socială a celui alt sau pentru a-l exclude din grupul de prieteni, a-l face de râs.
3. Verbal – agresorul spune sau scrie lucruri răutăcioase despre celălalt (tachinează, pune porecle, imită etc.).
4. Cyberbullying – se petrece în spațiul online sau prin mesaje ori e-mailuri (ex: răspândirea de zvonuri false pe platformele de social media, împărtășirea unor imagini sau filmulețe jenante, crearea de profiluri false etc.).

Recomandări și soluții de combatere:

Dacă ai un copil care agresează:

- acordă importanță motivelor pentru care copilul recurge la acest fenomen;

- oferă-i un mediu sigur și prietenos acasă;
- îmbunătățește relațiile cu adulții, fără agresare fizică și verbală;
- încurajează comportamentele pozitive;
- acordă-i atenție și inițiază jocuri la care să participe toți membrii familiei;
- încurajează-l să-și exprime sentimentele și frustrările;
- împreună cu educatoarea. găsește soluții pentru rezolvarea unor probleme care se ivesc în relațiile cu ceilalți copii din grupă.

Dacă ai un copil care este agresat:

- învață-l să ignore comportamentul de agresare: "Nu-i răspunde și pleacă de lângă el/ea";
- învață-l să solicite sprijin din partea unui adult : "Spune-i doamnei educatoare și roag-o să te ajute";

- explică-i că nu trebuie să copieze comportamentul agresorului sau să arate că-i este teamă: "Tu, copil isteț cum te știu, vei zâmbi, te vei comporta civilizat, vei vorbi calm și îi vei spune că te vei juca cu el atunci când se va comporta frumos";

- spune-i să nu ceară ajutorul celorlalți colegi ca să-și facă dreptate: "Îți vei chema prietenii și le vei spune: Haideți să ne jucăm împreună, Ionel va veni să se joace cu noi atunci când va fi calm!";

- inițiază jocuri în care copilul învață ce să spună în situația respectivă și să se comporte diferit. Ce pași trebuie să urmezi când copilul tău este agresat la grădiniță de un alt coleg?

1. Semnalează problema educatoarei și insistă să ancheteze cazul și să ia măsuri.

2. Deschide problema ca temă de dezbateră în cadrul ședințelor cu părinții (cauze, efecte, prevenție).

3. Cere ajutorul consilierului școlar din unitatea de învățământ pe care o frecventează copilul tău. În cazul în care grădinița nu are un astfel de consilier, solicită ajutorul directorului unității.

De reținut! Orice sesizare pe care o faci trebuie înregistrată. Verifică numărul de înregistrare! Potrivit legii, directorul unității trebuie să răspundă solicitării în 30 de zile, timp în care demarează ancheta și ia și măsurile care se impun în urma investigațiilor.

5. Numai în cazul în care observi că fenomenul se repetă în ciuda măsurilor luate la nivelul unității sesizezi Inspectoratul școlar.

Sfaturi pentru încurajarea comportamentului pozitiv:

- Ajută ca un copil să nu devină victimă a bullying-ului, faptul că este perfect conștient și în controlul limbajului său non-verbal (al corpului). Spre exemplu, copilul poate exersa ca de fiecare dată când comunică cu cineva, să fie atent la culoarea ochilor persoanei. Astfel, într-o situație de bullying, va face contact vizual direct ceea ce îl arată ca încrezător. Dr. Borba spune că este „mai important cum arăți decât ceea ce spui atunci când te întâlnești cu un bully”.

- Copilul poate exersa felul în care să vorbească cu un posibil agresor, folosind un ton ferm și puternic spunând lucruri ca „Nu mă mai deranja!”, „Nu voi mai vorbi cu tine dacă te porți răutăcios”, „Mda, cum spui tu!”, retrângându-se. Dacă un copil demonstrează că nu poate fi deranjat, de regulă agresorul dă înapoi sau se orientează către altcineva.

Exemple de activități:

I. „Tehnici de calmare și autocontrol” – ateliere de lucru cu cadrele didactice.

Activitatea constă în participarea cadrelor didactice la un atelier în două etape:

1. "Tehnici de calmare și autocontrol prin posturi de yoga pentru copii", atelier condus de un instructor specializat în yoga pentru copii;

2. "Strategii de gestionare a emoțiilor puternice și crearea unei atmosfere pozitive în grupul de copii", atelier condus de unul dintre cadrele didactice din grădiniță;

II. „Cutia cu emoții” – implicarea copiilor într-un program zilnic de jocuri și activități liniștitoare în cadrul întâlnirii de dimineață, timp de două săptămâni, pe baza strategiilor deprinse de cadrele didactice în timpul atelierului de gestionare a trăirilor emoționale puternice și crearea unei atmosfere pozitive în grupul de copii. Jocurile vor fi integrate de cadrele didactice în activitatea curentă.

Activitatea pornește de la prezentarea zilnică a unei cutii în care se află câte un tip de materiale diferite de la o zi la alta, cu ajutorul cărora vor exersa un joc sau vor realiza un produs care să îi ajute să se autoregleze atunci când simt diferite stări precum oboseală, furie, nervozitate etc. Copiii vor fi încurajați să dezvolte jocurile propuse cu idei proprii folosindu-se de materialele prezentate.

III. „Patrula de ajutor” – formarea unei echipe de câte doi-trei copii pe zi care are următoarele responsabilități: oferă soluții pozitive comportamentelor inadecvate ale colegilor în timpul pauzelor de joacă, a jocului liber din clasă sau afară, oferă ajutor celor care au dificultăți în diferite contexte precum îmbrăcat, sarcini de lucru din timpul activităților zilnice etc. Toți ceilalți copii sunt încurajați să anunțe și să ceară ajutorul patrului la nevoie.

IV. „Copii liniștiți, părinți fericiți” – atelier de lucru în echipe părinte-copil, în care se exersează jocuri și tehnici de calmare și intervenție pozitivă pentru reglarea unor comportamente cu potențial de bullying, pe baza tehnicilor și jocurilor de calmare și autocontrol exersate anterior și adaptate de cadrele didactice pentru lucrul în echipă.

V. „Colțul de relaxare” – amenajarea în spațiul grupei/clasei a unui colț antistress cu postere și obiecte realizate în timpul activităților din proiect, în care copiii care simt nevoia unui moment de detensionare se pot retrage ca să se simtă în siguranță și să își poată regla stările de emoție;

VI. „Stop Bullying!” - realizarea unui poster cu un mesaj și imagini antibullying de către fiecare grupă sau clasă implicată în proiect și amenajarea unei expoziții cu acestea.

Am desfășurat cu preșcolarii, activitatea „Stop bullying-ului”.

Etapele activității au fost următoarele:

- prezentarea fenomenului bullying și a tipurilor de comportament;
- discuții despre situațiile de bullying în care pot fi implicați atât ca agresori, cât și ca agresați;
- vizionarea unui filmuleț pe această temă;
- prezentarea de mesaje de stopare a fenomenului.

Bibliografie:

Abuzul și neglijarea copilului, Salvați Copiii, București, 2013

Vlăsceanu Lazăr, *Metodologia cercetării sociologice*, Editura Economică, București, 2000

DESPRE BULLYING

*Crina Maria Aciu-profesor învățământ preșcolar
Grădinița cu Program prelungit Nr.7, Satu Mare*

Bullying-ul este o problemă tot mai des întâlnită în mediul școlar, dar nu numai, reprezentând un fenomen de factură relațională ce atrage schimbări semnificative la nivelul relațiilor dintre copii și mai ales în compoziția și dinamica grupului.

Ce este bullying-ul? Este un comportament cel mai adesea agresiv, clar intenționat să provoace un dezechilibru de putere și tărie între agresor și victimă și se manifestă repetitiv, cu regularitate, într-un grup de copii. Este considerat de către multe persoane un comportament de violență ce apare spontan, ca urmare a experimentării unei situații conflictuale, a trăirii unor emoții intense, precum furia, frustrarea, teama, însă el se diminuează sau dispare în totalitate de îndată ce situația si-a găsit rezolvarea și trăirea s-a diminuat. Aceste fenomene de violență nu reprezintă însă o formă de bullying, acesta nu apare în urma unei puternice emoții, nu apare spontan și nici nu dispare de la sine. Acest fenomen este caracterizat de un comportament agresiv, realizat cu scopul de a aduce suferința victimei, este intenționat și de cele mai multe ori, implică un dezechilibru de putere între agresor și victimă, manifestându-se frecvent.

Cercetarea «Bullying-ul în rândul copiilor. Studiu Sociologic la nivel național», realizat de Organizația Salvați Copiii în anul 2016, a scos în față următoarele date:

- Excluderea din grup, **31% din copii** au declarat că au fost în mod frecvent excluși din activitățile de grup din cadrul școlii și **23%** au fost amenințați cu excluderea din grup;
- **24% din copii** au raportat că au fost în mod constant umiliți în fața altor copii și **37%** au fost victime ale zvonurilor negative împrăștiate în comunitatea școlară;
- Bullying-ului fizic, **13% din copii** au avut bunurile personale distruse de alții și **30%** au fost loviți în mod repetat de alți elevi la școală;
- **68% din copiii** români au confirmat că bullying-ul cibernetic are loc pe rețelele sociale.

Apare întrebarea: *Bullying-ul este un adevărat fenomen sau un caz izolat?*

Fenomenul de bullying are fețe ascunse și se manifestă sub forme diferite, dar cu aceeași intenție-de a provoca suferință.

Bullying-ul fizic-reprezintă forma cea mai des întâlnită, care include comportamente de lovire, plesnire, distrugere, deposedare de obiecte personale, îmbrâncire. Nu neapărat comportamentul în sine rănește victima, ci repetitivitatea acestuia și de faptul că se realizează în lipsa unui adult protector.

Bullying-ul verbal- include comportamente repetate de tip: poreclire, insultare, tachinare, umilire, intimidare, transmitere de mesaje cu conținut homofob sau rasist este o modalitate prin care foarte mulți copii experimentează puterea cuvintelor de a genera suferință.

Bullying-ul social- este cel mai greu de identificat, fiind realizate cu scopul de a distruge reputația socială a unui copil și de a-l plasa într-o situație de umilință în fața grupului, include, dar nu se limitează la: minciună și/sau răspândire de zvonuri negative/umilitoare, realizarea de farse cu obiectivul de a umili/crea situații stânjenitoare, încurajarea excluderii/izolării sociale, bârfa, umilirea publică a cuiva.

Cyberbullying- a venit la pachet cu tehnologia, atât de apreciată în rândul copiilor. Ascuns sau pe față, acesta se referă la orice comportament de bullying mediat de tehnologie, identificat în spațiul de social media, website-uri, mesagerie etc.; include, dar nu se limitează la, comportamente repetate de tip: mailuri, mesaje, imagini, filme cu conținut abuziv/jignitor/ofensator; excluderea deliberată a unui copil în spațiul online; spargerea de parole ale unor conturi personale (de e-mail, FB etc.). Este forma cu viteză cea mai mare de răspândire a informațiilor eronate, victima având resurse limitate de a controla situația.

În majoritatea situațiilor provocate de acest comportament, nu doar victima suferă consecințele, acesta afectează și restul copiilor, toți se transformă în victime. În ceea ce privește efectul asupra agresorilor, apare o agravare a comportamentelor violente, de risc, pe măsură ce înaintează în vârstă, având mari șanse ca la vârsta adultă să:

- consume alcool și alte substanțe nocive pentru sănătatea fizică și emoțională;
- aibă comportamente violente și delincvente, de vandalism, violență fizică extremă, furt, abandon școlar;
- să devină adulți cu risc crescut de comportament ilegal, violență domestică și abilități minime de menținere a unui loc de muncă.

Efectele cel mai des întâlnite asupra victimelor apar în planul rezultatelor școlare, al sănătății fizice și confortului emoțional. Este foarte posibil ca aceștia să:

- dezvolte depresie sau tulburări de anxietate, trăind sentimente acute de tristețe, însingurare, teamă și îngrijorare;
- aibă dificultăți de somn și alimentație somn puțin și agitat; dificultăți de trezire dimineața; își vor pierde pofta de mâncare, etc.);
- își piardă interesul pentru activități care odinioară le făceau mare plăcere (ex. joaca, citit, interacțiune cu cei din jur etc.);
- înregistreze o scădere, aparent nejustificată, a rezultatelor școlare, însoțită de absenteism sau chiar refuzul de a merge la școală.

Nici martorii bullying-ului nu sunt feriți de consecințe, experiența zilnică într-o școală care eșuează în a le satisface nevoile de confort și siguranță fizică și emoțională, le crește acestora probabilitatea de a lipsi frecvent de la școală, de a trăi sentimente de anxietate, neliniște și îngrijorare, de frustrare, tendința de a consuma alcool sau alte substanțe pentru a se simți mai bine sau a fi acceptați în «găștile șmechere», precum și de a copia comportamente de bullying pentru a-și asigura «supraviețuirea» în școală și a se asigura astfel că nu vor deveni următoarele victime.

Ce determină un copil să facă bullying? Studiile efectuate au infirmat mitul conform căruia agresorii au o stimă de sine scăzută, s-a dovedit faptul că o parte din copiii care agresează sunt, de fapt, mai degrabă populari, isteți, încrezători și abili din punct de vedere social. Aceștia agresează din dorința de a-și îmbunătăți statutul social, de a se evidenția, de a se menține la înălțime. Un alt motiv este dat de sentimentul de putere și control, copiii care agresează pentru a-și păstra puterea și controlul asupra colegilor lor, au deseori în comun lipsa empatiei. Pe mulți dintre ei, deficitul de empatie îi face să nu ia în seamă drepturile, nevoile și sentimentele celorlalți. Atenția primită din partea grupului, râsul martorilor, încurajările venite din partea lor, îi conferă agresorului atenția dorită, fiind încurajat să repete acest comportament și în viitor.

Fiind o problemă atât de actuală în școala de azi, intervenția timpurie a adulților, fie ei profesori, părinți, persoane specializate va aduce rezultatele scontate. Cu cât se va înțelege mai repede că abordarea eficientă a fenomenului de bullying implică întreaga școală, cu atât vom fi mai aproape de construirea de soluții multiple, nuanțate, care să ia în considerare complexitatea acestei forme de agresiune între copii. Deosebit de importantă este și implicarea părinților și mai ales, participarea semnificativă din partea copiilor.

Diferența vine din implicarea întregii școli, a implicării totale din partea profesorilor, dovedind că este o reponsabilitate comună, iar gestionarea sa cu succes depinde de angajamentul și măsurile coordonate ale personalului școlar, părinților și de implicarea directă a elevilor. Un rol deosebit le revine părinților, ei trebuie să fie deosebiți de atenți la comportamentul copiilor, să comunice ce acesta, să-l încurajeze, să-l înțeleagă, demonstrând empatie. Și agresorii au nevoie de ajutor – trebuie să vadă cu claritate consecințele acțiunilor lor și faptul că rănesc intenționat. Tocmai de aceea, este important ca părinții să își educe copiii și să le insuflă modele pozitive de comportament. Bullying-ul este un fenomen real, tot mai des întâlnit, ce afectează în mod negativ atât victima, cât și agresorul. Tocmai de aceea, acesta nu trebuie tolerat sub nicio formă.

Bibliografie:

1. Neacșu I, Suditu M. Educația emoțională afectivă, Ed. Collegium Polirom, București, 2020

<http://www.scolifarabullying.ro/despre>

<https://www.spotsylvania.k12.va.us/site/default.aspx?PageType=3&DomainID>

<https://www.unicef.org/romania/ro/pove%C8%99ti/cyberbullying-ce-este-%C8%99i-cum-%C3%AEi-punem-cap%C4%83t>

BULLYING - O PROBLEMĂ ACTUALĂ

*Bianca-Mirela Apostol- profesor
Colegiul Național Militar „Tudor Vladimirescu” Craiova, județul Dolj*

Rădăcinile etimologice ale cuvântului bullying se pot regăsi în secolul XVI, când “my bully” însemna “dragul meu”, “iubitul meu”, venind din cuvântul danez boele. Un secol mai târziu a apărut pentru prima dată cu sensul actual, dar abia în secolul XX acest cuvânt a dobândit definițiile academice folosite astăzi. Ca verb, to bully înseamnă: a intimidă, a speria, a domina, printre altele. „Bully” este o persoană care își folosește puterea și tăria sa pentru a speria sau răni persoanele mai slabe (Oxford Advanced Learners Dictionary, 2016)

Prof. Dr. Dan Olweus, un profesor cercetător în psihologie din Norvegia este considerat pionier pe tema bullying-ului, pe baza a aproape 40 de ani de cercetare, implementare și evaluare a programelor de prevenire (Hazelden Foundation, 2016). Definiția sa afirmă:

„Un elev este agresat atunci când el/ea este expus, în mod repetat în timp, unor acțiuni negative din partea unuia sau mai multor elevi.... O acțiune negativă este situația în care o persoană provoacă intenționat, sau intenționează să provoace, durere fizică sau disconfort unei alte persoane, prin contact fizic, cuvinte sau în alte moduri.” (Olweus, 1993) .

Bullying-ul este una dintre cele mai complexe forme de comportament agresiv și violență. Cu toate acestea, nu fiecare act de violență este o acțiune de bullying. Conform studiului Organizației Mondiale a Sănătății privind comportamentul sănătos la copiii de vârstă școlară, bullying apare atunci când un elev este: „tachinat în mod repetat într-un mod care nu îi place... Dar nu este bullying atunci când doi elevi de putere sau autoritate similară se ceartă sau se bat. Nu este bullying nici atunci când un elev este tachinat într-un mod prietenos și glumeț”. (Craig et al., 2009).

Cea mai caracteristică trăsătură a bullying-ului este relația de putere asimetrică și dezechilibra[1]tă dintre cei care agresează și cei care sunt agresați. În plus, nu este ocazional sau un eveni[1]ment singular, ci un tipar comportamental care se repetă în timp împotriva aceleiași persoane cu o diferență evidentă de putere. Prin diverse acte de bullying, elevul mai puternic țintește în mod sistematic, intenționat și crud să rănească, să sperie sau să intimideze persoana mai slabă. După cum am menționat mai sus, nu este o simplă tachinare. Contrar miturilor larg răspândite despre autoapărarea victimei, victima nu se poate apăra prin propriile eforturi. Bullying-ul nu se oprește de la sine fără intervenție din exterior (Gugel, 2014).

Olweus a făcut diferența între trei tipuri de bază de comportament tip bullying:

- fizic: lovire, împingere, pocnire, ciupire, constrângerea celui alt elev prin contact fizic
- verbal: amenințări, tachinare, insulte, bătaie de joc, șantaj, poreclire, împrăștierea de zvonuri și minciuni
- emoțional/psihologic: excluderea intenționată a cuiva dintr-un grup sau activitate, manipulare, ridiculizare.

Oricine poate fi agresat; nu există o corelare directă între aspectul fizic, caracteristicile personalității și riscul de expunere la bullying. Victimele ar trebui să nu aibă niciun fel de răspundere sau vină pentru situația în care sunt implicați și nu pot fi găsiți vinovați pentru aceasta. Cum putem recunoaște că un copil este agresat sau este implicat în bullying ca agresor? O listă specială cu indicatori și simptome vă poate ajuta să identificați acest lucru.

Bullying-ul este, în primul rând, un tipar de comunicare și interacțiune socială, care le costă foarte mult pe ambele părți. Copiii care agresează alți copii sunt de obicei nesiguri, se tem și au în istoric traume interne, care nu sunt gestionate adecvat în familiile lor (LISTEN!, 2016).

Mediul emoțional de acasă este menționat de mulți autori ca un factor important în a deveni agresor sau victimă. Astfel, lipsa căldurii dintre părinți sau dintre părinți și copii, utilizarea oricărui tip de violență (dar în special fizică) și abuz în familie, combinat cu lipsa unor reguli clare și fiabile de îndrumare a copilului, pot cataliza adoptarea comportamentului de tip bullying. La rândul său, Olweus (1993) a afirmat că părinții foarte protectori pot crește riscul de expunere la bullying pentru copiii lor, care devin victime ale bullying-ului mai des decât semenii lor. În profilurile victimelor ale sale, Olweus a evidențiat anumite caracteristici intrapersonale și interpersonale asociate cu probabilitatea crescută de a suferi din cauza bullying-ului, spre exemplu: timiditatea, nesiguranța, pasivitatea, o stimă de sine scăzută, lipsa prietenilor (Pregrad, 2015). În general, a fi diferit de majoritatea semenilor, pe motiv de etnie, credință, identitate sexuală, orientare sexuală, poate duce la un risc sporit de victimizare. De asemenea, copiii cu nevoi educaționale speciale, cu dizabilități fizice sau dificultăți de învățare pot prezenta riscul special de a fi agresați.

Cele mai des întâlnite caracteristici ale copiilor înclinați să îi agreseze pe alții (Olweus, 1993, Taglieber, 2008, Pregrad, 2015 etc.) sunt: o nevoie de un statut, de putere mai mare, o dorință puternică de a controla și domina, impulsivitate, lipsa empatiei, căutarea recunoașterii statutului lor de persoane care dau tonul, plăcerea provocată de vederea victimei oprimăte (Rigby, 2002). Adesea, atât agresorii cât și victimele au peisaje interne similare. Unii copii pun o „armură de agresor” pentru a-și ascunde slăbiciunile și pentru a evita să devină victime. Maska unui agresor este un scut care îi ascunde interiorul vulnerabil. Majoritatea agresorilor altor persoane au fost victime ale violenței în copilărie (LISTEN!, 2016).

Bullying-ul este întotdeauna un proces în care, în timp, se mărește dezechilibrul de putere, cu frecvență și intensitate care variază. Se pot distinge câteva faze (Taglieber, 2008; Gugel, 2014; Ebner, 2014):

FAZA 1: Conflictul zilnic

FAZA 2: Începutul bullying-ului (faza de explorare)

FAZA 3: Escaladarea (faza de consolidare)

FAZA 4: Excluderea (faza de manifestare)

FAZA 5: Ieșirea (faza finală).

Bibliografie:

1. Strategii pentru o clasă fără bullying - manual pentru profesori și personalul școlar
2. Curs „Profesor real într-o școală virtuală ” - Ora de net, decembrie 2021

VIOLENȚA VERBALĂ

*Maria-Camelia Badea- profesor învățământ primar
Școala Gimnazială "Traian" Craiova, județul Dolj*

Încercăm să ne creștem copiii și să-i educăm cât mai bine, încercăm să-i pregătim pentru viață și să le oferim mai mult decât am avut noi norocul să avem.

Îi trimitem la școală și vrem să învețe. Profesorii veghează, colegii și prietenii corespund exigențelor pe care noi le-am impus. Ne așteptăm ca la capătul eforturilor noastre să putem dormi liniștiți. Apoi se întâmplă.

Ce este și cum se manifestă

Violența verbală ne înconjoară, din nefericire, ne urmărește la tot pasul. O cunoaștem cu toții, în viața de zi cu zi, o recunoaștem și o blamăm, dar nu ne putem abține să o folosim. Pe rând, ne transformăm în victime și agresori, jucând niște roluri ce nu ne onorează.

Limita de sensibilitate la agresiune a crescut tot mai mult, iar flagelul nu iartă pe nimeni, indiferent de vârstă, sex, religie sau rasă. Copiii nostri sunt direct afectați, sunt primii care au de suferit, fiind - așa cum de fapt este normal - mai sensibili.

Tipuri de violență verbală

Până a recurge la violența fizică, pentru că de multe ori acesta este pasul următor, agresorii ajung să devină experți în diversele tipuri de abuz verbal, încă de la cele mai mici vârste. Cele mai frecvente și cunoscute situații sunt cele în care victima este supusă amenințărilor, venite de la cei de aceeași vârstă ori de la părinți și profesori. Tipetele, jignirile și înjurăturile fac parte și ele din acest comportament agresiv, cu scopul vădit de a intimida sau a umili.

Considerată de mulți drept nevinovată și acceptată social, folosirea poreclelor reprezintă o exprimare extrem de eficientă a violenței verbale, cu efecte pe termen lung. Întrebăm adesea: "Tu ce poreclă aveai în școală? Rare sunt cazurile în care interlocutorul poate spune că n-a avut, iar și mai rare sunt cele în care poate recunoaște deschis că nu l-a deranjat sau afectat în vreun fel.

Agresorul

Zi de zi, iar violența se transformă în rutină, într-un mod de viață. Limita sensibilității scade tot mai mult, ne indignăm, apoi ne resemnăm, și mergem liniștiți mai departe.

Uneori, problemele devin de nesuportat, nasc întrebări chinătoare pentru orice părinte. "Am greșit eu cu ceva?", îți spui. "Imposibil! L-a stricat anturajul. Și, vai, cum se vorbește în școală".

Violența verbală nu provoacă durere fizică, nu lasă vânătăi, dar modelează comportamente și creează obișnuință.

Desigur, exemplul este valabil și pentru profesori, noii "părinți" de împrumut ai copilului, ce poartă și ei o imensă responsabilitate, fiind implicați în educația lui.

Cele mai multe interacțiuni verbale violente au loc între copii, pentru că majoritatea contactelor au loc între cei de aceeași vârstă. Agresorii încearcă să evadeze din condiționarea lor de victimă căutând să-și pună țintele într-o poziție similară cu a lor. Este un cerc vicios.

Victima

Pornind de la vârstele mici, vom constata că vorbele dor mai mult decât palmele. Cuvintele se întipăresc adânc în memorie, pe o tablă goală, dar dornică de-a fi umplută cu informații. Cuvinte care peste câteva clipe vor părea uitate, iar peste ani poate că nu vor însemna nimic pot lăsa cicatrici în sufletul și mintea unui copil mic. Iar aici nici nu vorbim de cuvinte urâte, ci de cuvinte folosite urât. Un exemplu: "NU!".

Cuvintele îi dor pe copii, pentru că vin de la primii oameni pe care i-au cunoscut, singurii în care au încredere și primii care le pot influența dezvoltarea. Agresiunea verbală îi închide pe copii, îi face temători și le dezechilibrează fragilul sistem de valori - pe care l-au, cu siguranță, chiar dacă nu e încă dezvoltat de experiența vieții. Victima se va închide, își va pierde încrederea în tine sau în sine. În timp, își va depăși condiția de agresat, devenind la rândul său un agresor.

Efectele violenței verbale

Violența verbală predomină în școli, reprezentând poate principala problemă de comportament identificată de specialiști în educație, de elevi, părinți și profesori.

În mod evident, acestea pot influența negativ rezultatele la învățătură, dacă vorbim de elevi, dar și modul în care ajung să relaționeze cu cei din jur, adulți sau persoane de aceeași vârstă.

Nu în ultimul rând, chiar și după o maturizare în care par să fi uitat efectele violenței, ajungând la rândul lor în postura de părinți, victimele abuzurilor verbale și fizice din copilărie tind să-și redescopere traumele și să le transpună în relația cu copiii.

Soluții

Victima violenței verbale și fizice trebuie să știe că nu este singură. Dacă este agresat, oricât de greu ar părea, trebuie să discute cu familia, cu prietenii ori cu profesorii, atunci când are o problemă. Lucrurile nu se vor îndrepta de la sine, problema nu va dispărea dacă nu vorbește despre

ea, dacă o ignoră. Rezolvarea este de cele mai multe ori extrem de simplă și la îndemână, dar trebuie întâi să vorbești.

Prevenire

Comportamentul violent al copiilor noștri și al tinerilor nu reprezintă o cauză, ci un efect al problemelor pe care fiecare dintre ei este nevoit să le înfrunte. Raspunsul violent, din nefericire, este cel mai facil și ține de o condiționare milenară a naturii umane. Acesta poate fi ocolit doar prin educație, înlocuit prin înțelegere și prevenit prin dialog.

Stresul, sărăcia, abuzurile de orice fel, anturajul nepotrivit sau mediul nesănătos în care se dezvoltă îi pot împinge pe tineri, indiferent de vârstă, la manifestări violente. De multe ori, ei nici nu și le pot explica, iar asta face și mai grea sarcina părinților.

Copilul trebuie încurajat și susținut.

Un exemplu concret: să nu condiționăm practicarea sportului său preferat de rezultatele la învățătură. De cele mai multe ori, nu există nicio legătură directă între cele două. Dacă răspundem printr-o interdicție, nu vom face decât să înfuriem copilul. Nu va lua note mai bune, doar pentru că i-ați interzis ceva. În plus, poate va renunța la un sport care ar putea să-i facă atât de mult bine. Înainte să trecem la sancțiuni, întrebăm. Afla de ce a greșit, ce l-a determinat să aibă un anumit comportament.

Chiar dacă poate am uitat, cuvintele dor, iar cele nespuse dor și mai tare.

CLUBUL ANTI-BULLYING-CAB

Nicoleta Barbu- profesor învățământ primar

Școala Gimnazială „Mihai Viteazul” Craiova, județul Dolj

Nelida Beju- profesor învățământ primar

Liceul Tehnologic de Transporturi Auto Craiova, județul Dolj

CAB este un proiect comunitar din domeniul educație civică, desfășurat în școala noastră și finanțat de Raiffeisen Bank, în urma concursului de granturi Raiffeisen.

Ce este Raiffeisen Comunități?

„Raiffeisen Comunități” este un concurs anual de granturi pentru organizații neguvernamentale și instituții de învățământ, prin care Raiffeisen Bank finanțează proiecte de impact pentru comunitățile în care compania își desfășoară activitatea.

Relevanța proiectului

Prin acest proiect am învățat elevii cum să gestioneze sentimentele și experiențele negative, le-am oferit câteva alternative la violența școlară și am încurajat toți copiii, cadrele didactice și părinții să găsească soluții și să lupte împotriva hărțuirii.

Scopul proiectului

Scopul proiectului a fost combaterea fenomenului de bullying prin informarea elevilor cu privire la cauzele, formele de manifestare și consecințele acestui fenomen, precum și prin implicarea lor într-o serie de activități non-formale.

Despre proiect

Proiectul a constat în organizarea a 4 ateliere: atelierul nonformal, campania de informare, Teatru Forum și atelierul concursuri, la care au participat elevii înscriși în funcție de opțiunile/interesul lor.

1. Atelierul Teatru Forum

Elevii au interpretat scene de bullying, apoi au intrat în dialog cu publicul pentru a găsi o continuare a poveștii și a unor soluții particulare.

2. Atelierul Campanie de Informare

Elevii au realizat materiale informative: "Ce este bullyingul?, Despre bullying", Efectele bullying-ului etc, apoi le-au prezentat colegilor de școală, părinților și membrilor comunității.

3. Atelierul de Jocuri nonformale

Atelierul nonformal a fost împărțit în trei echipe: jocuri psihosociale, ecoart și muzica-euritmie și a oferit câteva alternative la actele de violență.

4. Atelierul Concurs de desene, colaje, postere

Rezultatele proiectului

Copiii au participat la diferite activități într-o manieră nonviolentă și au beneficiat de modalități în care am sugerat fair-play-ul și relaționarea asertivă. Astfel, le-am demonstrat că spiritul competițional, fie ca sportiv, fie ca suporter, ca partener de lucru, poate să se manifeste și prin forme mai puțin agresive (de ex. fără agresarea verbală sau fizică a adversarului) și poate fi un bun prilej de învățare a cooperării în echipă.

Bibliografie:

1. Curelaru, M. (2013), *Violența în școală. Repere pentru analiză și intervenție*, Editura Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași;
2. Debarbieux, E. (2010), *Violența în școală: o provocare mondială?*, Editura Institutul European, Iași

BULLYING-UL

*Ileana Daniela Bistriceanu – profesor învățământ primar
Școala Gimnazială "Traian" Craiova, județul Dolj*

Ce înseamnă bullying?

Bullying - reprezintă un comportament repetat și intenționat prin care agresorul își rănește, persecută și intimidează victima prin diferite forme:

- Ø VERBAL - țipete, porecle, sarcasm, insulte, jigniri;
- Ø FIZIC - palme, loviri, îmbrânciri, bătăi;
- Ø MOBBING - agresiune verbală și emoțională a unui grup față de un individ;
- Ø RELAȚIONAL - intimidare, denigrare, izolare, manipulare;
- Ø CYBERBULLYING - trimiterea unui mesaj sau a unei imagini pe telefon sau Internet pentru a denigra imaginea unei persoane.
- Ø SOCIAL - excludere, insulte cu privire la statutul social.

Fenomenul bullying are trei caracteristici:

Intenționat – agresorul are ca intenție să rănească pe cineva.

Repetat – aceeași persoană este rănită mereu și mereu.

Dezechilibrul de forțe – agresorul își alege victima care este percepută ca fiind vulnerabilă, slabă și nu se poate apăra singură.

Fenomenul bullying:

- de multe ori începe ca un joc, însă se transformă într-un abuz care poate avea efecte foarte grave; un joc în care toți jucătorii au ceva de pierdut.
- poate avea loc oriunde – la școală, în familie, la locul de muncă.

Cine este implicat în bullying?

AGRESORUL vrea să fie cel mai cool răbindu-i, intimidându-i sau jignindu-i pe cei din jurul său. Este temperamental, inflexibil, încrezător și nu îi place să accepte regulile. De cele mai multe ori nu

are empatie și chiar se bucură că produce durere celorlalți. Dorește să domine și să-i controleze pe ceilalți, exagerează în situații obișnuite.

Agresorul abuzează de putere pentru a-i răni pe ceilalți, deliberat și în mod repetat.

Ce pierde agresorul?

Respectul celorlalți. E bine ca cei din jur să te respecte pentru cine ești, nu de teama de a fi împotriva ta. Prietenii adevărați nu se leagă din frică, ci din respect reciproc.

VICTIMA (PERSOANA AGRESATĂ) este copleșită de teamă.

Unii elevi sunt predispuși să fie abuzați din cauză că sunt „diferiți”. De cele mai multe ori, victimele agresorilor sunt elevii care au următoarele caracteristici:

- Ø supraponderali sau subponderali,
- Ø au abilități sociale scăzute,
- Ø au puțini prieteni sau nu au prieteni,
- Ø sunt săraci sau bogați,
- Ø au religie sau rasă diferită,
- Ø sunt scunzi sau prea înalți,
- Ø au slabe abilități sportive,
- Ø sunt inteligenți, talentați,
- Ø au dizabilități fizice,
- Ø sunt persoane noi din grup,
- Ø au părinți divorțați sau
- Ø sunt pur și simplu „diferiți” de ceilalți.

Indiferent dacă te regăsești sau nu în lista de mai sus, aplică principiul: Nu te supăra!

Ce pierde victima?

Respectul de sine. În clipa în care taci, ești de acord cu agresorul tău, cu ceea ce face el. Poți oricând să ieși din jocul lui, începând cu a nu crede ce zice sau a apela la cei care te pot ajuta cu adevărat. Nu trebuie să faci lucruri care nu-ți plac, doar pentru a nu deveni o victimă.

SPECTATORUL SAU MARTORUL este cel care vede fenomenul bullying, dar decide să nu intervină, de cele mai multe ori din frica de a deveni chiar el/ea o victimă.

Unii spectatori instigă agresorul să abuzeze victima. Majoritatea spectatorilor acceptă în mod pasiv, privind și nefăcând nimic. De foarte multe ori, spectatorii pasivi formează audiența agresorului care dorește să obțină atenție și popularitate. Astfel, el este încurajat să continue comportamentul agresiv.

Spectatorul însă poate avea un rol important în oprirea agresiunii. El trebuie să intervină sau să apeleze la ajutorul unui adult.

Ce pierde spectatorul?

În clipa în care taci, nu intervii, ești de fapt pro fenomen bullying. Deja agresorul câștigă de două ori acest joc.

Cum să ieși din „jocul bullying”

Uită-te în jurul tău și găsește o persoană cu care poți vorbi, cu care te poți împrieteni.

Privește cu atenție, sigur sunt astfel de colegi.

Ai un animal de companie? De exemplu, ai încercat vreodată să dai comenzi unui câțel? Atunci ai voce, ești hotărât? Poți folosi vocea asta și la școală? Cu siguranță!

Uneori nu este simplu să rămâi calm și să nu te superi când ești insultat, lovit, ignorat sau lăsat în afara grupului.

Surse:

<https://www.politiaromana.ro/>

<https://www.salvaticopiii.ro/>

<https://www.116111.ro/>

PREVENIREA ȘI COMBATEREA FENOMENULUI DE BULLYING

Daniela Barbu- profesor

Școala Gimnazială "Traian" Craiova, județul Dolj

Pentru foarte mulți copii interacțiunea cu alți copii, în locuri în care supervizarea din partea unui adult este mai redusă (în curtea școlii, pe terenul de sport, în pauze, în vestiare sau pe drumul spre casă), reprezintă o lecție de viață foarte dureroasă. Toate aceste experiențe în care un copil este pus să facă anumite lucruri umiltoare pentru distracția altor copii, este hărțuit, etichetat, amenințat, depozat de anumite bunuri etc., își pun amprenta asupra modului în care el se va percepe pe sine și pe cei din jurul său. Unii dintre acești copii vor alege să adopte și ei același comportament, exploatându-i pe cei pe care îi percep că sunt „mai slabi” decât ei sau mai lipsiți de resurse (ex: nu au prieteni), alții rămân „ciuca bății de joc” pentru că le este frică să vorbească. Mai există și categoria copiilor care reușesc să își înfrunte frica și cer ajutorul unui adult.

Pentru că nu putem să ne însoțim permanent copiii în toate locurile în care aceștia sunt nevoiți să meargă, mai ales la vârsta adolescenței este foarte important să îi învățăm cum să facă față acestor situații. Toate exemplele date mai sus sunt circumscrise fenomenului de bullying.

Bullying-ul este un termen umbrelă care înglobează o serie de comportamente agresive prin intermediul cărora un copil încearcă să obțină unele beneficii cum ar fi: apreciere, valorizare, atenție din partea celorlalți colegi sau chiar o serie de bunuri. Se deosebește de celelalte tipuri de comportamente agresive (lovit, smuls, împins, înjurat) prin faptul că nu apare ca reacție la anumite emoții de disconfort (furie, tristețe, etc).

De ce unii copii aleg să se comporte așa?

Comportamentul de bullying este o cale prin care unii copii au învățat să primească atenție, chiar dacă într-un mod negativ. Alți copii se manifestă astfel pentru că așa au învățat să se simtă puternici (când ceilalți se tem de ei).

Pentru alți copii, comportamentul de bullying reprezintă o cale ușoară de a fi percepuți de ceilalți ca fiind „cool”. Nevoia de integrare este atât de mare, încât copiii pot să se comporte astfel pentru a fi acceptați de copiii cu o popularitate mai mare. Există și situații când copiii imită modelele învățate - ei acționează în același mod în care au fost tratați și ei în contextele lor de viață. Și mai există și categoria copiilor care interpretează greșit diferențele culturale și etnice.

Cum le va fi afectată viața celor care manifestă frecvent comportamente de bullying. Bullyingul este un factor de risc pentru abandonul școlar și delincvență juvenilă. Elevii care agresează sunt de 5 - 6 ori mai predispuși să se implice în acțiuni antisociale la vârsta adultă. (Olweus, 1991) Cel mai adesea, un copil care a fost sever agresat ajunge să întrerupă școala din teama că ar putea să fie agresat din nou. Chiar și în cazul celor mai ușoare forme, expunerea repetată la o experiență de agresiune îi predispune pe copii la dezvoltarea a numeroase probleme de sănătate mentală: depresie, anxietate, tulburări de comportament alimentar, etc. (Limber și Nation, 1998).

Ce putem face?

Un copil care este victimă a bullying-ului are nevoie de sprijinul adulților din jurul lui. Cu ajutorul dvs., copiii învață cum să facă față comportamentelor de tachinare, poreclire sau a altor forme mult mai grave. Fiecare copil are nevoie să primească mesajul că aceste tipuri de comportamente sunt inacceptabile. Deoarece bullying-ul apare de obicei în comunitățile de copii, acest mesaj trebuie să fie promovat și întărit atât la școală, cât și acasă.

Pentru că bullying-ul afectează pe toți elevii din grup, nu se reduce doar la copilul care agresează și la victimă, este important să îi învățăm pe copii ce să facă dacă sunt martorii unui asemenea eveniment. Martorii bullying-ului, care sunt de obicei ceilalți copii, de multe ori se simt în secret ușurați că nu sunt ei ținta bullying-ului și tind să evite agresorul, nefiind dispuși să intervină în

apărarea copilului agresat. Bullying-ul creează o atmosferă pervazivă de intimidare, frică și tăcere printre copii.

Pași în gestionarea comportamentului de tachinare

Tachinarea nu poate fi întotdeauna prevenită, iar noi nu putem controla ceea ce spun sau fac ceilalți. Ce putem face într-o astfel de situație este să îl învățăm pe copil cum să își controleze propriile reacții. Aceasta, deoarece multor copii le lipsesc abilitățile sociale necesare pentru a face față glumelor, etichetărilor și farselor colegilor lor. În momentul în care ei plâng sau se înfurie, nu fac decât să își încurajeze colegii în a continua.

Învățați copilul prin joc de rol ce să își spună în situația respectivă sau să o privească diferit. Copilul poate să își spună: „chiar dacă nu îmi place cum mă poreclește pot să fac față acestei situații”; poate să își pună o întrebare care să verifice valoarea de adevăr a celor spuse pe seama sa: „este adevărat ce spune ... despre mine?” (de cele mai multe ori se dovedește că nu); poate să se gândească la calitățile sale care contravin remarcilor negative făcute la adresa sa.

Învățați copilul prin joc de rol să se comporte diferit:

Ignorarea copilului care tachinează - să se comporte ca și cum celălalt este invizibil și să acționeze ca și cum nimic nu s-a întâmplat. (Manifestarea furiei sau izbucnirea în plâns adesea accelerează comportamentele de tachinare). Ignorarea NU este o metodă bună în situații în care cineva tachinează de foarte mult timp și folosește comportamente de bullying cu scopul de a-l intimida). Dacă este posibil, este recomandat să plece din situație.

Transmiterea de mesaje la persoana I - acest tip de mesaj asertiv este o metodă bună de exprimare a propriilor emoții: „Sunt trist/nu-mi place când faci glume pe seama ochelarilor mei, aș prefera să încetezi”. Exersarea acestei tehnici presupune stabilirea contactului vizual și folosirea unei ton ferm. Această tehnică funcționează când este folosită într-un cadru controlat, în care există un adult, există niște reguli, etc. (cum ar fi în clasă, la școală). Folosirea ei în recreație sau în curtea școlii poate să ducă la agravarea situației (copilul care tachinează face și mai rău deoarece a observat că ceea ce face el, produce o emoție sau a obținut ceea ce și-a dorit).

Răspunsul paradoxal. Această tehnică învață copilul cum să-și schimbe modul în care vede sau înțelege cuvintele pe care celălalt le spune la adresa sa. Astfel, el poate să schimbe cuvintele de tachinare în complimente. De exemplu, un copil face glume pe seama sa că poartă ochelari și spune „aragaz cu 4 ochi”. În această situație, poate să răspundă politicos: „Mulțumesc că ai remarcat că am ochelari!” (copilul care a făcut remarcă nepotrivită este de regulă confuz când nu primește reacția obișnuită de furie sau de frustrare). Un alt tip de răspuns paradoxal este exprimarea acordului față de aspectele la care se referă cel ce tachinează. De exemplu, răspunsul adecvat la adresa unui copil care tachinează și spune „Ai așa de mulți pistrui!” ar putea fi „Este adevărat, am o mulțime de pistrui!”. Acordul cu aspectele semnalate elimină dorința de a ține ascuns pistruii, lasă agresorul fără replică deoarece conflictul este blocat.

Răspunsul cu un compliment este un alt tip de reacție care descurajează tachinarea. De exemplu, dacă cineva râde de modul în care copilul aleargă, acesta ar putea răspunde cu un compliment „Tu ești un bun alergător!”. Umorul este un alt tip eficient de reacție deoarece este total diferit de răspunsul așteptat și subliniază faptul că nu există un punct vulnerabil care să fi fost atins. În plus, râsul poate să schimbe o situație cu potențial de rănire, într-una comică.

Pentru situațiile în care comportamentul de bullying se menține și nimic nu pare să funcționeze, copiii au nevoie să solicite ajutorul unui adult: Primul pas în reducerea comportamentelor de bullying este să le recunoaștem și să facem ceva pentru stoparea lor (ex. să semnaleze prietenilor, cadrelor didactice, părinților atunci când nu știu sau nu reușesc să facă față singuri).

Ce trebuie să facă un copil care este agresat?

-Să ignore comportamentul de agresare (doar în faza inițială!).

-Să se distanțeze de situația și locul respectiv.

-Să reacționeze într-o manieră fermă (învățarea abilităților asertive).

-Să se asigure de protecție (solicitarea ajutorului).

Ce este important să evite un copil care este agresat: să se înfurie/să plângă; să se comporte agresiv (să lovească, să înjure etc.), să aducă alți copii sau o gașcă cu ajutorul căreia să își facă dreptate, să răspundă cu tachinare.

Toți adulții, cadre didactice și părinți, care au legătură cu școala trebuie să fie vigilenți în a identifica acest fenomen și a interveni. O dată identificat fenomenul este necesar ca adulții să respecte cele 3 principii de intervenție:

1. Să acționeze imediat
2. Să-i ofere credit copilul agresat
3. Să ia măsuri pentru a diminua puterea celui care agrează.

Bibliografie:

1. Beldean-Galea, I.E., *Studiul calităților psihometrice ale unui chestionar de evaluare a fenomenului "bullying" la elevi* în Revista de Psihologie Aplicată, 12(1), pp.15-20, București, 2010.
2. Neamțu, C., *Devianța școlară – Ghid de intervenție în cazul problemelor de comportament ale elevilor*, Ed.Polirom, Iași, 2003.
3. Olweus, Dan, *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*, Wiley – Blackwell, New-York, U.S.A., 1993.
4. Roșan, A., *Comportamentul violent – screening și strategii de intervenție*, Ed. Alma Mater, Cluj – Napoca, 2009.

"STOP VIOLENȚĂ ! STOP BULLYING!"

PROPUNERE DE OPȚIONAL

Luminița Botezatu- profesor învățământ primar
Școala Gimnazială Plopu Dărmănești, județul Bacău

Tipul opționalului: la nivelul mai multor arii curriculare (Limbă și comunicare, Om și societate, Tehnologii)

Notă de prezentare:

În școlile românești, violența și fenomenul de bullying au o incidență din ce în ce mai ridicată, pericolul venind din falsa impresie de normalitate a acestuia, majoritatea oamenilor acceptându-l ca pe o componentă obișnuită a vieții de zi cu zi.

"Bull" în limba engleză înseamnă taur. Bullies (în aceeași limbă) înseamnă agresori, iar bullying este acțiunea agresivă (verbal, acțional și implicit emoțional), desfășurată între două sau mai multe persoane, și începe prin intimidarea unuia de către celălalt. Poate nu întâmplător rădăcina termenului este „taur”, cu trimitere la brutalitate - „luat în coarne”, forța conflictuală și comportament agresiv.

Intimidarea/amenințarea este o încercare agresivă, de obicei sistematică și continuă, în scopul subminării și rănirii cuiva, pe baza unor slăbiciuni percepute la acesta. Deși frecvent asociate cu copii, agresiunile pot apărea la orice vârstă. Efectele asupra victimei sunt adesea devastatoare din punct de vedere emoțional și comportamental.

Bullying-ul poate să transforme școala într-un loc de temut, în timp ce aceasta ar trebui să le asigure elevilor un mediu în care să se simtă în siguranță.

Un opțional pe această temă ar fi bine de implementat la clasa a IV-a, pentru a preveni eventualele conflicte care apar pe fondul prejudecăților și al diferențelor de opinie.

Competențe generale și specifice/Activități de învățare

1. Identificarea cauzelor, formelor de manifestare și a consecințelor bullying-ului;

- 1.1 Extragerea unor informații despre fenomenul bullying-ului;
- Căutarea de surse despre extinderea acestui fenomen;
 - Lecturarea unor texte care ilustrează cazuri concrete.
- 1.2 Identificarea situațiilor de violență și găsirea soluțiilor de rezolvare;
- Descrierea unor situații de conflict;
 - Observarea unor comportamente din mediul apropiat;
 - Realizarea unor creații/colaje care exprimă acordul/dezacordul referitor la situații conflictuale;
- 1.3 Valorificarea informațiilor dobândite;
- Prezentări ppt, proiecte de grup;
 - Povestirea unor evenimente;
 - Expunerea părerilor în urma întâlnirilor cu psihologul /consilierul școlii
2. Dezvoltarea încrederii în sine, a spiritului de echipă, a toleranței și a capacității de a-i accepta pe toți cei din jur, indiferent de etnie sau orice alt statut.
- 2.1 Explorarea asemănărilor și deosebirilor dintre sine și ceilalți;
- exerciții de identificare a drepturilor și a îndatoririlor copiilor;
 - discuții pe tema „Am dreptul să...” ;
 - lucru în echipă: diagrama Venn, organizatori grafici;
- 2.2 Exprimarea propriilor păreri/idei/emoții față de semenii;
- tehnici de gestionare a conflictelor;
 - jocuri de rol;
 - metode de exprimare a emoțiilor negative și de rezolvare a conflictelor interioare proprii;
- 2.3 Manifestarea unei atitudini deschise, pozitive față de semenii;
- dialoguri în cadrul jocurilor de rol;
 - vizionarea unor filme în care sunt prezentate forme de abuzuri, discriminări dar și situații de succes-dezbateri;
 - realizarea unui jurnal dublu pe baza unui text;
3. Manifestarea unor deprinderi de comportament adecvate în situații de criză;
- 3.1 Dezvoltarea imaginii pozitive față de sine și față de grupul de apartenență;
- aplicare de chestionare;
 - jocuri de rol;
 - activități practice de creștere a stimei de sine, a toleranței, a empatiei prin tehnici specifice;
- 3.2 Promovarea unui comportament adecvat în situații de violență/bullying, inclusiv online;
- exerciții de luare a deciziilor în situații limită;
 - inițierea de proiecte de voluntariat;
 - activități online de simulare a acestor fenomene și rezolvarea lor.

Conținuturi:

Nu judeca după aparențe!

Cunoașteți drepturile!
Suntem diferiți, dar egali!
Fii bun, atunci când poți face rău!
Evită conflictele!

Sugestii metodologice:

În derularea opționalului vor fi incluse proiecte pe echipe, studii de caz, întâlniri cu specialiști: consilier școlar, psiholog, polițist.

Bibliografie:

1. Beldean-Galea, I.E., *Studiul calităților psihomotrice ale unui chestionar de evaluare a fenomenului "bullying" la elevi* în Revista de Psihologie Aplicată, 12(1), pp.15-20, București, 2010.
2. Neamțu, C., *Devianța școlară – Ghid de intervenție în cazul problemelor de comportament ale elevilor*, Ed.Polirom, Iași, 2003.
3. Roșan, A., *Comportamentul violent – screening și strategii de intervenție*, Ed. Alma Mater, Cluj – Napoca, 2009.

FENOMENUL BULLYING, O REALITATE PREZENTĂ ÎN ȘCOALA ROMÂNEASCĂ

Mihaela-Alina Brătuțulete- educatoare
Școala Gimnazială "Ion Țuculescu" Craiova, județul Dolj

Trăim într-o lume în care ne confruntăm cu o mulțime de probleme, în care stresul își pune amprenta nu doar asupra adulților, ci chiar și asupra tinerei generații și mai grav, asupra copiilor. Astfel rolul nostru, al educatorilor trebuie să fie și mai pregnant, fiind nevoiți să găsim resurse diverse pentru a-i putea salva pe acești copii de evaluarea globală negativă, de gândirea irațională, de emoții disfuncționale și de comportamente dezaprobativ.

Comportamentul social și emoțiile elevilor se dezvoltă odată cu fiecare etapa de vârstă și potrivit temperamentului fiecărui copil. Chiar din primele clipe ale vieții copiii intră în interacțiune cu părinții, cu frații, cu alți membrii ai familiei – adulți sau copii. Apoi experiențele se multiplică cu cele de la grădiniță și din comunitate, de felul în care acestea sunt percepute depinzând în mod semnificativ succesul copiilor la școală și în viață. Specificul domeniului socio-emoțional este dat de strânsa legătură care există între planul social și cel emoțional. Ambele dimensiuni se completează reciproc și sunt interdependente. Interacțiunile sociale reușite fac posibilă dezvoltarea unei imagini de sine pozitive și a autocontrolului.

Violența școlară fizică are efecte atât asupra evoluției psihologice a victimei – imagine de sine negativă, frustrare, teama constantă, depresie, cât și a integrității sale corporale, în timp ce violența psihologică afectează de obicei stima de sine a elevului, care se va simți fără valoare și neajutorat. O cercetare din Marea Britanie relevă că în fiecare an un număr de 10 elevi au tentative de sinucidere cauzate de violența școlară! Aceeași cercetare arată că 80% dintre elevi, majoritatea băieți, percep violența verbală, psihologică mai stresantă decât cea fizică.

Bullying-ul este în general caracterizat ca un comportament agresiv, intenționat, menit să provoace suferință și care implică întotdeauna un dezechilibru de putere și tărie între agresor și victimă și se manifestă repetitiv, regulat, într-un grup de copii.

Acesta poate fi:

- fizic: lovire, împingere, pocnire, ciupire, constrângerea celuilalt elev prin contact fizic
- verbal: amenințări, tachinare, insulte, bătaie de joc, șantaj, poreclire, împrăștierea de zvonuri și minciuni;
- emoțional/psihologic: excluderea intenționată a cuiva dintr-un grup sau activitate, manipulare, ridiculizare.

Cyberbullyingul implică utilizarea mediilor electronice (Internet, telefoane inteligente, email-uri, Facebook și rețele sociale, programe de mesaje text/chat, ex. Whats App, platforme foto și video și pagini de internet) pentru a răni o altă persoană.

Acestea pot include mesaje de intimidare, insulte, hărțuire sexuală sau ridiculizare și ocară. În contrast cu bullying-ul tradițional, o trăsătură comună a acestora este anonimatul frecvent al agresorilor cibernetici.

Cyberbullyingul poate fi:

- trimite mesaje răutăcioase și/sau amenințătoare unei alte persoane, folosindu-se de dispozitive mobile sau internet;
- răspândește în mediul virtual zvonuri, mesaje de discreditare sau dezvăluie secrete neplăcute despre o altă persoană, afectându-i în mod negativ reputația;
- trimite mesaje negative pe telefonul altei persoane, atât SMS-uri, cât și mesaje trimise prin intermediul unor aplicații online, de cele mai multe ori sub identitate falsă sau ascunsă;
- creează spații virtuale (website, blog, cont de Facebook) cu conținuturi în care altcineva este ridiculizat (filme, desene, fotografii, texte etc.

Cyberbullyingul și formele sale

- sparge contul de e-mail al altei persoane și se folosește de identitatea acesteia pentru a trimite mesaje sau materiale de amenințare menite să producă suferință;
- inițiază discuții în care anumite persoane sunt invitate sau păcălite să dezvăluie informații personale, care sunt ulterior trimise altora;
- trimite altora fotografii compromițătoare ale unei persoane, fără a avea consimțământul acesteia;
- folosește parola altei persoane pentru a-i modifica profilul pe rețele de socializare sau a posta în numele acesteia conținuturi și mesaje jignitoare la adresa altora;
- exclue deliberat alte persoane din liste de mailing sau grupuri de comunicare online;
- postează mesaje false, jignitoare sau menite să producă suferință, în diverse spații virtuale.

Bullying-ul este întotdeauna un proces în care, în timp, se mărește dezechilibrul de putere, cu frecvență și intensitate care variază. În cazul în care nu intervin adulții să medieze situația, se poate ajunge până la tulburări psihologice și traume.

Trauma este o ca o cămașă de forță creată atunci când un moment devastator rămâne înghețat în timp. Sufocă dezvoltarea ființei și strangulează încercările noastre de a merge mai departe cu viețile noastre. Ne face să ne deconectăm de noi înșine, de ceilalți, de natură și de spirit. Când o amenințare ne domină, înghețăm de frică, ca și cum energiile noastre instinctive de supraviețuire ar fi "pregătite", gata să plece, dar fără să aibă încotro să meargă.

Copiii care sunt victime ale comportamentelor de bullying, au șanse mai mari decât alți copii să dezvolte depresie sau tulburări de anxietate, trăind sentimente acute de tristețe, însingurare, teamă și îngrijorare, să aibă aibă dificultăți de somn și alimentație (ex. pot dormi puțin și agitat; vor avea dificultăți de trezire dimineata, înainte de a pleca la școală; își vor pierde pofta de mâncare sau pot exprima nevoia de a «ronțăi» constant ceva, fără să le fie neapărat foame), să își piardă interesul pentru activități care odinioară le făceau mare plăcere (ex. joaca, citit, interacțiune cu cei din jur etc.), să aibă frecvent dificultăți de sănătate (ex. dureri de cap, stări febrile, greață, dureri de stomac), să înregistreze o scădere, aparent nejustificată, a rezultatelor școlare, însoțită de absenteism sau chiar refuzul de a merge la școală.

Copiii care au experiențe de a agresa sistematic alți colegi, au șanse ca în adolescență și la vârsta adultă să consume alcool și alte substanțe cu risc crescut pentru sănătatea lor fizică și emoțională, să aibă comportamente delincvente, de vandalism, violență fizică extremă, furt, abandon școlar, să devină adulți cu risc crescut de comportament ilegal, violență domestică și abilități minime de menținere a unui loc de muncă.

Abandonul școlar este ultima faza a insuccesului școlar, acestui termen nefiindu-i necesară o definiție complexă. Insuccesul școlar se definește prin rămânerea în urmă la învățătură a unor elevi. Aceștia nu reușesc să obțină un randament școlar la nivelul cerințelor programelor. Din această cauză, ei nu vor reuși să se adapteze la mediul socio-profesional, la nivelul cerințelor acestuia.

Personal, consider că vina aparține în exclusivitate contextului social în care ne aflăm. Atitudinea negativă a unor elevi față de învățătură și muncă este urmarea lipsei motivației. Aceasta este cauzată de problemele familiei care nu întrezăresc o rezolvare: lipsa unui loc de muncă, lipsa banilor, conflictele generate de acestea, atitudinea familiei față de școală.

Bibliografie:

1. KenRigby.net (2016). Online: www.kenrigby.net/02aDefining-bullying-a-new-look, accessed: June 13, 2016
2. Sarková M (2013). Bullying and its forms. The report on the state among school students Slovak elementary schools. World Health Organization office in Slovakia
3. Olweus D (1993). Bullying at School: What We Know and What We Can Do. Wiley-Blackwell.
4. Olweus D (1996). Gewalt in der Schule. Bern (u.a.) , S.60ff.
5. Olweus D (2001). Peer Harassment: A Critical Analysis and Some Important Issues. In: Peer Harassment in School, ed. J. Juvonen and S. Graham, New York.

FENOMENUL BULLYING, O REALITATE PREZENTĂ ÎN ȘCOALA ROMÂNEASCĂ

*Daniela Conu -profesor învățământ primar
Ioana Avarvari -profesor învățământ primar
Școala Gimnazială Nr. 1 Pantelimon Ilfov*

Între bullying și violență există o linie fină de demarcație între cele două concepte. Violența este definită ca un rău fizic sau mental în timp ce bullying-ul este considerat o formă de violență fizică și psihologică, conduită intenționată care vizează producerea unor prejudicii (rănire, distrugere, daune) unor persoane sau propriiei persoane.

Cazurile de bullying sunt în creștere și ne confruntăm cu ele printre elevi. Avem clasa a treia atât eu cât și colega mea Avarvari Ioana, fiecare dintre noi are copii cu CES. A trebuit să abordăm destul de delicat problema acestor copii pentru că în pauze colegii le puneau tot felul de etichete ca de exemplu „picior de lemn” unui copil cu un picior mai scurt, care are multe operații și poartă încălțăminte ortopedică cu o talpă mai înaltă iar deplasarea este mai anevoioasă. Trebuia să fac față mamei care l-a rândul ei jicnea părinții ca nu și-au educat copiii. La fiecare ședință trebuia să mediez conflictele între părinți din cauza jignirilor dintre copii și să îi „educăm și pe părinți”.

O altă problemă cu care ne confruntăm este și aceea a educației copiilor. Ei vin la școală deja cu o amprentă pusă de părinte, și anume cum ar trebui să se comporte ei la școală atunci când un coleg săvârșește o nedreptate la adresa lor. Și am să vă spun o întâmplare petrecută recent. Am un elev în clasă care este destul de cuminte, cel puțin la ore. Nu vorbește neîntrebat și nu deranjează pe nimeni. Într-o zi a lovit un băiețel de la clasa pregătitoare, la toaletă pentru că i-a închis ușa și nu i-a dat voie să treacă. Problema este că l-a dat cu capul de perete, învinețindu-i obrazul. Eu și colega mea l-am luat l-a întrebări să vedem de ce a reacționat așa. Ce credeți că ne-a spus? „Așa mi-a spus tata, să nu mai ”fiu prost” și dacă cineva mă deranjează să îl lovesc și eu”. Și când ne spunea era plin de ură



și nici măcar nu îi părea rău de ce făcuse. Atunci și eu i-am spus, "dacă așa ti-a spus ție tata să faci , dumnealui să vină la școală și să rezolve problema cu părinții copilului vătămat".

Am luat legătura cu familia au recunoscut că ei l-au învățat să procedeze așa, au discutat și cu cealaltă familie și problemele nu au degenerat. Părinții "vinovați" și-au dat seama că putea să se întâmple lucruri chiar mai grave. Referitor la elevul impulsiv aş putea spune că își reprimase emoțiile negative până în acel moment și când a răbufnit nu a mai contat că victima era un copil mai mic decât el.

Comportamentul agresiv apare la indivizi care nu pot face față propriilor probleme: pentru a atrage atenția celorlalți, pentru a se simți importanți, pentru a deține controlul.

În acest proces agresorii și victimele se pot angaja în manifestări din ce în ce mai violente. Cei care provoacă violența de tip „bullying” sunt persoane cu o stimă scăzută de sine, care doresc să se afirme, să braveze și acționează în consecință.

Agresorul nu își dă seama cât de agresiv este și consideră că alții sunt mai agresivi decât el, are puține abilități pentru rezolvarea conflictelor, îi place să domine și are o empatie scăzută pentru ceilalți.

Victimele actelor de violență resimt frecvent un sentiment de furie, frustrare, violență, izolare, depresie, umilință, frustrare, disperare, suferă de răni fizice cât și de tulburări psihice și somatice, riscă să își piardă interesul pentru școală, respectul de sine, de a fi deprimat, de a claca nervos, de a se sinucide.

Bibliografie:

1. *Abuzul și neglijarea copilului*, Salvați Copiii, București, 2013
2. Agabrian Mircea, *Analiza de conținut*, Editura Polirom, București, 2006;
3. Chelcea Septimiu, *Metodologia cercetării sociologice – Metode cantitative și calitative* (ediția a 2-a), Ed. Economică, București, 2004.
4. Krueger Richard A., Mary Anne Casey, *Metoda focus grup. Ghid practic pentru cercetarea aplicată*, Editura Polirom, 2005
5. Vlăsceanu Lazăr, *Metodologia cercetării sociologice*, Editura Economică, București, 2000;

STRATEGII DE PREVENIRE A BULLYING-ULUI

*Raluca Diaconu Dinu-profesor învățământ primar
Școala Gimnazială "Traian" Craiova, județul Dolj*

*Carmen Epuran-profesor limba engleză
Școala Gimnazială "Sf. Dumitru" Craiova, județul Dolj*

Bullying înseamnă folosirea unei forțe superioare pentru a influența sau intimida pe cineva. Este un comportament repetat și intenționat prin care agresorul își persecută, rănește, intimidează victima verbal, relațional și/sau fizic. Comportamentul poate fi învățat în familie sau în alte medii și este favorizat de diferențele sociale, de etnie, religie, gen, comportament, putere, caracteristici fizice etc. Efectele asupra victimei sunt adesea devastatoare din punct de vedere emoțional și comportamental. Cel mai eficient mod de a combate și preveni fenomenul bullying este să oferim elevilor „înțelepciunea” de a ști cum să reacționeze față de agresori cu sau fără ajutorul unui adult. Astfel, fenomenul bullying va dispărea repede, iar copiii vor fi mai încrezători în ei înșiși.

Scriitorul Isaac Asimov afirma că „*Violența este ultimul refugiu al incompetenței*”...

Fenomenul "bullying" a depășit, de multă vreme, granițele acceptabile, fiind din ce în ce mai prezent în societatea românească, în general, și în mediu școlar, în special. Această latură negativă a

mediului educațional se regăsește în numeroase și diferite mijloace de manifestare. Dar, să pornim în demersul nostru de la explicațiile terminologice ale fenomenului.

Rădăcinile etimologice ale cuvântului „bullying” se pot regăsi în secolul XVI, când “my bully” însemna “dragul meu”, “iubitul meu”, venind din cuvântul danez “boele”. Un secol mai târziu a apărut pentru prima dată cu sensul actual, dar abia în secolul XX acest cuvânt a dobândit definițiile academice folosite astăzi. Ca verb, “to bully” înseamnă: a intimidă, a speria, a domina. „Bully” este o persoană care își folosește puterea și tăria sa pentru a speria sau răni persoanele mai slabe (Oxford Advanced Learners Dictionary, 2016). Prof. Dr. Dan Olweus, un profesor cercetător în psihologie din Norvegia, este considerat pionier pe tema bullying-ului, pe baza a aproape 40 de ani de cercetare, implementare și evaluare a programelor de prevenire (Hazelden Foundation, 2016). **Definiția** sa este următoarea:

„Un elev este agresat atunci când el/ea este expus, în mod repetat în timp, unor acțiuni negative din partea unui sau mai multor elevi.... O acțiune negativă este situația în care o persoană provoacă intenționat, sau intenționează să provoace, durere fizică sau discomfort unei alte persoane, prin contact fizic, cuvinte sau în alte moduri.” (Olweus, 1993). Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil/ de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Deseori un copil este tachinat, batjocorit de către colegi, care îl etichetează într-un anumit fel (se face astfel referire la aspectul său fizic sau la situația sa medicală sau familială). Uneori aceste tachinări se pot transforma în adevărate îmbrânceli sau în atacuri mult mai violente la integritatea fizică a copilului.

Bullying reprezintă o formă de abuz emoțional și fizic, care are **trei caracteristici**:

- Intenționat – agresorul are intenția să rănească pe cineva;
- Repetat – aceeași persoană este rănită mereu;
- Dezechilibrul de forțe – agresorul își alege victima cea mai vulnerabilă, slabă, din punctul lui de vedere și care nu se poate apăra singură.

Fenomenul „bullying” este mult mai prezent în mediu școlar decât ne dorim. Acesta se regăsește, în multiple forme, pe coridoarele școlii, în curte, pe străzi și, din păcate, și în sălile de clasă. Nedepistat la timp, bullying-ul poate lăsa traume și poate cauza repercusiuni ireversibile asupra gradului de adaptabilitate a copilului în societate.

Conform precizărilor profesorului Olweus, au fost identificate **trei forme de comportament tip bullying**:

- fizic: lovire, împingere, pocnire, ciupire, constrângerea celuilalt elev prin contact fizic;
- verbal: amenințări, tachinare, insulte, bătaie de joc, șantaj, poreclire, împrăștierea de zvonuri și minciuni;
- emoțional sau psihologic: excluderea intenționată a cuiva dintr-un grup sau activitate, manipulare, ridiculare.

Comportamentul de bullying este o cale prin care unii copii au învățat să primească atenție, chiar dacă într-un mod negativ. Numeroși copii se manifestă astfel pentru a se simți puternici (când ceilalți se tem de ei). Pentru alți copii, comportamentul de bullying reprezintă o cale ușoară de a fi percepuți de ceilalți ca fiind „cool”. Dorința de a fi “la modă” derivă din nevoia de integrare în diferite cercuri de amici. Deseori, copiii se comportă astfel pentru a fi acceptați de cei cu o popularitate mai mare. Există și situații când copiii imită modelele învățate – ei acționează în același mod în care au fost tratați și ei în contextele lor de viață. Și mai există și categoria copiilor care interpretează greșit diferențele culturale și etnice.

Deși a dobândit o amploare internațională, comportamentul de bullying poate fi combătut prin **strategii** bine alese în mediul școlar, dar și în viața de zi cu zi. Primul pas îl reprezintă convingerea elevilor de a comunica orice acțiune violentă fizic sau verbal exercitată asupra lor. Adulții, respectiv cadrele didactice, vor cunoaște astfel situația cu care se confruntă și vor acționa în consecință. Cu toate acestea, copiii pot avea multe **motive** care îi împiedică să le spună adulților despre situațiile de bullying: le este rușine că au fost agresati; se tem de răzbunare; nu cred că adulții îi pot ajuta; au fost abuzați de adulți și cred că este ceva normal să fii abuzat; nu vor să fie etichetați ca „turnători” sau

„trădători”. În aceste situații, adulții trebuie să intervină, pentru că multe dintre cazurile de bullying pot degenera în evenimente care nu mai pot fi gestionate și este nevoie de intervenția specialiștilor.

O problemă nerezolvată poate conduce la un lanț de probleme din ce în ce mai greu de gestionat sau la gesturi extreme. Pentru a învăța cum să facă față experiențelor neplăcute, elevii au nevoie de o îndrumare corectă și clară din partea profesorilor și părinților.

În lipsa acestor îndrumări, **consecințele bullying-ului** pot fi majore, precum: echimoze, excoriații și alte traumatisme inexplicabile; obiecte personale sau vestimentare pierdute sau distruse; dureri prefăcute de cap sau de stomac, frecvente înainte de a merge la școală; schimbări în tabieturile alimentare, cum ar fi mâncatul în exces sau săritul peste mese (copiii pot veni flămânzi de la școală pentru că nu și-au mâncat pachetul); coșmaruri frecvente; scăderea interesului pentru școală, fobie școlară; pierderea prietenilor sau evitarea situațiilor sociale; sentimente de neajutorare și scăderea stimei de sine; fuga de acasă, auto-mutilare sau preocupare legată de suicid.

Majoritatea strategiilor anti-bullying presupun existența a două **principii** pentru combaterea fenomenului:

1. Elevii trebuie să informeze profesorii atunci când au loc situații de bullying.
2. Pedepsirea agresorilor.

Măsurile anti-bullying din cadrul tuturor unităților școlare ar trebui să vizeze următoarele aspecte și este indicat să fie prevăzute în R.O.I.

1. Nu îi vom agresa pe colegii noștri.
2. Vom încerca să-i ajutăm pe elevii care sunt agresați.
3. Vom încerca să-i includem pe elevii care sunt excluși.
4. Dacă știm că cineva este agresat, îi vom spune unui adult din școală și unui adult de acasă.

Prevenirea fenomenului “bullying” în mediul școlar trebuie să se refere la o serie de măsuri la nivelul școlii, dar și la nivelul clasei de elevi. Astfel, în primul caz – **la nivelul școlii**, putem identifica câteva **strategii**:

- § crearea unui sistem integrat de supraveghere a elevilor în școală;
- § întâlniri periodice între cadre didactice, pentru dezvoltarea unor proceduri de intervenție în situații de bullying;

- § crearea unei rețele de instituții suport;
- § realizarea unor materiale de prevenire a fenomenului bullying;
- § întâlniri periodice conducerea școlii – părinții reprezentanți ai claselor.

La nivelul clasei de elevi, pot fi identificate alte măsuri, precum:

- § întâlniri periodice cadru didactic / diriginte – părinți – elevi;
- § reguli împotriva fenomenului bullying – inserate în “regulile clasei”;
- § activități / discuții despre bullying la ora de dirigenție;
- § identificarea potențialelor victime și a potențialilor agresori.

După cum se poate constata, rolul profesorului – diriginte este unul major în prevenirea, identificarea, soluționarea situațiilor conflictuale din clasa de elevi. Colaborarea între cadrele didactice ale școlii și părinți poate “ține în frâu” acest flagel de anvergură internațională. Unul dintre cele mai eficiente moduri de a combate și preveni fenomenul bullying este să oferim elevilor „înțelepciunea” de a cunoaște cum să reacționeze față de agresori.

Astfel, colaborarea profesori – elevi se dovedește vitală în acest demers. În consecință, fenomenul bullying va dispărea repede, iar copiii vor fi mai fericiți și mai încrezători în ei înșiși. Scandalurile legate de agresivitatea din mediul școlar sunt niște exemple grăitoare despre cum acest fenomen poate ajunge la niște extreme. Este de datoria noastră, fie profesori, fie părinți, să gestionăm astfel de episoade violente și să reușim să reinstaurăm climatul de liniște și pace în mediul școlar, dar și în familie.

Bibliografie:

1. Beldean-Galea, I.E., *Studiul calităților psihometrice ale unui chestionar de evaluare a fenomenului "bullying" la elevi* în Revista de Psihologie Aplicată, 12(1), pp.15-20, București, 2010.
2. Neamțu, C., *Devianța școlară – Ghid de intervenție în cazul problemelor de comportament ale elevilor*, Ed. Polirom, Iași, 2003.
3. Olweus, Dan, *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*, Wiley – Blackwell, New-York, U.S.A., 1993.
4. Roșan, A., *Comportamentul violent – screening și strategii de intervenție*, Ed. Alma Mater, Cluj – Napoca, 2009.

BULLYING-UL ÎN ȘCOALĂ? CUM FAC FAȚĂ PROVOCĂRILOR?

*Ioana Dorolți -profesor
Școala Gimnazială "Gheorghe Lazăr" Zalău, județul Sălaj
Gabriel Dorolți -profesor
Școala Gimnazială "Corneliu Coposu" Zalău, județul Sălaj*

Violența este una din marile probleme ale lumii contemporane. Termenul de violență vine de la latinescul "vis" care înseamnă "forță" și care trimite la ideea de putere, de dominație, de utilizare a superiorității fizice, adică a forței asupra altuia. Violența este o situație de interacțiune (implicând unul sau mai mulți actori), prin care se aduc prejudicii altora (corporale sau morale), manifestându-se prin diferite modalități (directe sau indirecte).

Bullying-ul implică, potrivit lui Rigby, *o dorință de a răni + acțiune dureroasă dezechilibru de putere + (tipic) repetiție + utilizarea nedreaptă a puterii + plăcere evidentă din partea agresorului + sentiment de opresiune din partea victimei*" (Rigby, 2002). Conform unui studiu făcut de Asociația Salvați Copiii, în 2016, în mod repetat, în școală, 3 din 10 copii sunt excluși din grupul de colegi. 3 din 10 copii sunt amenințați cu bătaia sau lovirea de către colegi. 1 din 4 copii a fost umilit în fața colegilor. 23% dintre copii au menționat că s-a întâmplat să fie amenințați cu excluderea din grup, 31% că au fost excluși și 39% că un alt copil a cerut cuiva să nu se joace sau să nu vorbească cu ei. 37% dintre copiii participanți la chestionar au mărturisit că s-au răspândit zvonuri umilitoare și denigratoare în spațiul școlii despre ei. 73% dintre copii afirmă că au fost martorii unei situații de bullying în mediul școlar.

Curtea școlii este un micro-univers social în care copiii primesc primele lecții de viață în afara familiei. Vorbim despre validare, acceptare, empatie, dar din păcate, vorbim și despre teamă, rușine, respingere. De cele mai multe ori, încărcarea negativă de la școală reverberează și acoperă emoțiile pozitive, ambiția și potențialul copiilor. Violența în școli este una dintre cele mai vizibile forme de violență asupra copiilor. Școlile nu pot îndeplini rolul important de învățare și socializare, dacă acestea sunt un mediu în care se manifestă agresivitatea, intimidarea (bullying), violența.

Sunt laudabile eforturile instituțiilor de a întreprinde acțiuni de prevenire a situațiilor de hărțuire în școală prin lecții informative, discuții, intervenții active, dacă aceste situații au avut loc și au fost observate de pedagogi. Cu toate acestea, odată cu utilizarea tot mai largă a tehnologiilor informaționale de comunicare de către elevi, fenomenul hărțuirii între copii are loc, tot mai frecvent și cu o gravitate mai mare, și în mediul online.

Atât în cazul hărțuirii în școală, cât și în cazul celei din mediul online, suferința copiilor hărțuiți se manifestă prin izolare, tristețe, stimă scăzută de sine, sentimentul de singurătate, eșec sau chiar abandon școlar, stări depresive și chiar tendințe suicidale. Problema hărțuirii în general și în special în școală are un caracter complex, ea începe pe coridoarele școlii și poate continua online, precum și viceversa. Acest lucru demonstrează că o astfel de problemă necesită și o abordare complexă.

Olweus a făcut diferența între trei tipuri de bază de comportament tip bullying:

- fizic: lovire, împingere, pocnire, ciupire, constrângerea celui alt elev prin contact fizic
- verbal: amenințări, tachinare, insulte, bătaie de joc, șantaj, poreclire, împrăștierea de zvonuri și minciuni
- emoțional/psihologic: excluderea intenționată a cuiva dintrun grup sau activitate, manipulare, ridiculizare.

Comunicarea digitală a devenit un mijloc vital de exprimare pentru tineri și copii, o platformă pentru întâlniri virtuale și relații sociale între nativii digitali.

Cu toate acestea, spațiile de comunicare online poartă riscuri multiple pentru bullying. Bullying-ul cibernetic denotă utilizarea mediilor electronice (Internet, telefoane inteligente, email-uri, Facebook și rețele sociale, programe de mesaje text/chat, ex. WhatsApp, platforme foto și video și pagini de internet) pentru a răni o altă persoană. Acestea pot include mesaje de intimidare, insulte, hărțuire sexuală sau ridiculizare și ocară.

În urma studiilor, s-a constatat că bullying nu înseamnă numai un comportament agresiv în viața reală a copiilor, ci și în cea virtuală.

Primul factor care conduce la un astfel de comportament este legat de mediul familial și de ceea ce copiii văd acasă, la părinți - violență fizică sau emoțională.

Al doilea factor major ține de școală, unde comportamentele de bullying apar cu foarte mare ușurință. Cauzele cele mai des întâlnite care determină astfel de comportamente ale agresorului pot fi lipsa de empatie, egocentrismul, orgoliul, superficialitatea relațiilor umane, și, mai ales, expunerea și preluarea unor modele de comportament similare.

Se consideră că cei care provoacă „bullying” sunt acele persoane care nu primesc suficientă atenție, care doresc astfel să iasă în evidență, să braveze și acționează în consecință. Lipsa de afecțiune, de aprobare, de îndrumare, de feedback pozitiv, lipsa iubirii, neglijarea, încurajarea unor noi stiluri de viață, noi moduri de impunere, de a câștiga bani (droguri, prostituție, găști) sunt factori facilitatori pentru bullying. Nevoia de putere și de dominare fac din victimă o țintă, iar agresorii vor răni fizic, social sau emoțional pe ceilalți. De cele mai multe ori, cei care hărțuiesc, au fost hărțuiți sau sunt ei înșiși hărțuiți, de colegi, de familie.

Copiii care sunt agresori sunt de fapt cei care vor să demonstreze, în forță, din păcate, că au o bună stimă de sine, că dețin controlul și sunt superiori celorlalți. Familiile unde se folosește adesea pedeapsa corporală, constituie un mediu „prielnic” pentru dezvoltarea comportamentelor deviate de tip bullying, inadecvate adaptării la cerințele sociale, incapabile de înțelegere a disciplinei pozitive și respectării unor reguli pentru buna funcționare.

Situația de bullying rareori implică doar două părți care interacționează, tradițional definite ca agresor și victimă. De obicei este o situație de grup, implicând mai mult de doi participanți în diferite roluri, lucru care reflectă dinamica de la bază a statutului și relațiile de putere din grup. În anumite definiri de rol, tiparul bullying este prezentat ca un triunghi sau chiar un dreptunghi, implicând agresorul, asistentii agresorului (numiți și adepți), victima, martorii pasivi și posibili apărători, care sprijină activ victima, luând o poziție clară și opunându-se agresorului:

Efectele Bullying-ului?		
a. pentru victimă	b. pentru agresor	c. pentru martori
● stima de sine scăzută ● depresie ● tulburări de somn și coșmaruri frecvente ● scădere a performanței școlare, pierderea interesului pentru învățare	● stima de sine ridicată ● satisfacție ● predispoziție la un comportament agresiv ca adult ● dificultatea de a-și face prieteni ● riscul de a-și abuza familia și copiii; ● manifestarea unui comportament antisocial; ● dificultatea de a se integra profesional pe piața muncii	● pot deveni agresori ● sunt percepuți ca fiind slabi, din cauza faptului că nu s-au implicat ● remușcarea ● frica

Bullying-ul nu este o etapă normală a dezvoltării copiilor și adolescenților, ci e considerat ca fiind un fenomen ce precede comportamente agresive cu consecințe și mai grave. Motivele pentru care elevii hărțuiesc și agresează alți elevi sunt: dorința de a-i domina pe ceilalți, de a fi populari, de a avea putere și de a fi respectați de restul grupului. Întotdeauna este atacat punctul slab al victimei, iar dacă aceasta este afectată, hărțuitorii își vor continua acțiunile de umilire și mai mult.

În spatele acestui comportament de tip bullying există o stimă de sine scăzută a hărțuitorului, compensată prin agresivitate, prin dorința de a atrage atenția, chiar dacă într-un mod negativ. De regulă, părinții acestor copii sunt autoritari sau agresivi, iar ei adoptă comportamentul învățat acasă.

În concluzie, acest fenomen, aflat în ascensiune în mediul școlar și nu numai, trebuie tratat cu maximă seriozitate, prevenit, depistat și rezolvat la timp. Este de datoria noastră, ca adulți (fie profesori, fie părinți), să gestionăm episoadele violente și să reușim să reinstaurăm climatul de liniște și pace în mediul școlar, dar și în familie. Un rol major îl avem noi, profesorii, în prevenirea, identificarea și soluționarea situațiilor conflictuale dintre copii. Colaborarea dintre cadrele didactice și părinți poate "ține în frâu" acest flagel de anvergură internațională.

Bibliografie:

1. Curelaru, M., *Violența în școală. Repere pentru analiză și intervenție*, Editura Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași; 2013
2. Debarbieux, E., *Violența în școală: o provocare mondială?*, Editura Institutul European, Iași; 2010
3. Ferreol, G. și Neculau, A. (coord.), *Violența. Aspecte psihosociale*, Editura Polirom, Iași; 2003
4. Jigău, M. (coord.), *Prevenirea și combaterea violenței în școală. Ghid practic pentru directori și cadre didactice*, Editura Alpha MDN, Buzău; 2006
5. Imagine- <https://dgaspctr.ro/violenta-si-abuzul-in-familie-si-societatea/>

EFECTELE FENOMENULUI DE BULLYING

Maria Magdalena Dumitrașcu - profesor
Liceul Tehnologic "Transporturi Căi Ferate" Craiova, județul Dolj

Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil/de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Cuvântul „bullying” nu are o traducere exactă în limba română, însă poate fi asociat cu termenii de intimidare, terorizare, brutalizare. Bullying-ul nu presupune existența unui conflict bazat pe o problemă reală, ci pe dorința unor persoane de a-și câștiga puterea și autoritatea, punându-i pe alții într-o lumină proastă. Fenomenul bullying poate fi prezent în orice tip de comunitate, în grupuri sociale, unde persoanele interacționează unele cu altele: la școală, la locul de muncă, în familie, în cartiere, în biserică, în mass-media, chiar între țări etc. Se creează astfel o stare de conflict, care nu poate fi depășită decât dacă se conștientizează existența fenomenului.

Bullying-ul este o acțiune care produce injurii celorlalți efectuată în mod repetat, care se poate manifesta fizic, prin agresivitate fizică sau psihologic, prin producerea unor daune emoționale. Instrumentele acestui fenomen sunt cuvintele, acțiunile sau excluderea socială. Fenomenul de bullying poate fi inițiat de o persoană sau de un grup de persoane (*mobbing*), implicând un raport de putere inegal, deoarece victima, în cazul acestui fenomen nu dispune de resurse (fizice, psihologice, sociale) pentru a se apăra. Victima pozează într-o ipostază de regulă vulnerabilă, care prezintă anumite slăbiciuni pe care bully-ul le poate exploata. Victima manifestă imposibilitate de apărare și sentimente de neputință. Spectatorii (*bystanders*) sunt și ei persoane implicate în fenomenul de bullying, chiar dacă nu în mod direct, însă asistă la acțiune. Bullying-ul este considerat o formă de violență fizică și psihologică, o conduită intenționată care vizează producerea unor prejudicii (rănire, distrugere, daune) unor persoane (inclusiv propriei persoane), cu diferite cauze care determină noi forme de violență.

Fenomenul de bullying este foarte răspândit atât în școlile din România, cât și la nivel mondial. Acesta se referă la agresiunea sau hărțuirea fizică sau verbală, care se repetă pe o anumită perioadă și care implică un dezechilibru al puterii între două persoane, cel mai adesea copii. Din păcate, bullying-ul poate avea urmări periculoase asupra dezvoltării normale a unei persoane. Deși fenomenul este mai răspândit în rândul copiilor, bullying-ul poate avea loc și în cazul adulților. Agresorul poate fi: un alt coleg de la școală; șeful sau un coleg de serviciu care intimidează; partenerul care îl controlează pe celălalt; un vecin;

un partener de afaceri; un membru al familiei; o altă persoană implicată într-o relație abuzivă.

Atât copiii care sunt agresați (*bullied*), cât și agresorii (*bullies*) pot dezvolta probleme serioase și de durată, din punct de vedere emoțional. Bullying-ul include acțiuni precum amenințarea, răspândirea zvonurilor, atacarea unei persoane din punct de vedere fizic sau verbal și excluderea dintr-un grup.

Tipuri de bullying: bullying verbal, bullying fizic, bullying social, cyberbullying.

Semne care pot apărea în cazul copiilor agresați

- Leziuni sau lovituri inexplicabile;
- Haine, cărți, dispozitive tehnologice sau bijuterii pierdute sau distruse;
- Dureri frecvente de cap sau de stomac, stări de rău sau mințitul cu privire la starea de sănătate;
- Modificări ale obiceiurilor alimentare, cum ar fi supraalimentarea sau subalimentarea;
- Tulburări de somn și coșmaruri frecvente;
- Scădere a performanței școlare, pierderea interesului pentru învățare;
- Pierderea bruscă a prietenilor sau izolarea socială;
- Apariția unui sentiment de neputință și scăderea stimei de sine;

· Manifestarea unor comportamente autodistructive, cum ar fi fugitul de acasă, autovătămarea sau gândurile suicidare.

Efectele bullying-ului asupra copilului

Bullying-ul are efecte negative asupra sănătății victimei și a familiei acesteia, atât pe termen scurt, cât și pe termen lung. Pentru ca acest fenomen să fie stopat, este crucial ca persoanele să înțeleagă cu adevărat cât de traumatizant poate fi bullying-ul. Copiii care sunt hărțuiți suferă atât pe plan emoțional, cât și social, pentru că le este greu să își facă prieteni, astfel că vor avea o stimă de sine scăzută: vor începe să creadă că ceea ce se spune despre ei este adevărat. Victimele bullying-ului pot experimenta mai multe emoții: tristețe, mâhnire, frustrare, singurătate și izolare. Mai mult, și părinții victimelor pot experimenta un sentiment de eșec cu privire la creșterea și îngrijirea copilului lor și pot fi copleșiți de întreaga situație.

Așadar, pe măsură ce copiii agresați devin adulți, ei vor continua să aibă dificultăți în resimțirea respectului și stimei de sine, vor avea dificultăți în dezvoltarea și menținerea relațiilor cu ceilalți și vor evita interacțiunile sociale. De asemenea, vor dezvolta un sentiment intens de vină și vor avea cu greu încredere în oameni, aspect care le va afecta relațiile cu ceilalți, inclusiv la locul de muncă. Ei pot începe inclusiv să aibă convingeri incorecte cu privire la agresiunile suferite, cum ar fi să se convingă pe ei înșiși că bullying-ul nu a fost atât de dureros precum își amintesc.

Cum poate fi stopat bullying-ul

Este foarte important ca toți factorii de decizie, precum părinții, profesorii, dar și autoritățile să coopereze pentru a înțelege fenomenul de bullying, consecințele acestuia și pentru a găsi modalități de a-l stopa. Este nevoie ca bullying-ul să fie luat în serios de către părinți și profesori, pentru că efectele produse sunt foarte periculoase.

În primul rând, părinții trebuie să fie foarte atenți la comportamentul copilului. Aceștia trebuie să observe dacă este ceva în neregulă cu copilul lor și să vorbească cu el, arătându-i empatie, sprijin și înțelegere. Mai mult, copiii care ajung să fie agresori văd acest tip de comportament în familiile lor, la școală, pe Internet sau în mass-media. Și agresorii au nevoie de ajutor – trebuie să înțeleagă consecințele acțiunilor lor și că le fac rău celorlalți. Tocmai de aceea, este important ca părinții să își educe copiii și să le insuflă modele pozitive de comportament.

Concluzii

Bullying-ul este un fenomen real, foarte răspândit, care afectează în mod negativ atât victima, cât și agresorul. Tocmai de aceea, acesta nu trebuie tolerat sub nicio formă. Discuția părinți-copii, profesor-copii și consilierea specializată sunt metode de a contribui semnificativ în dezvoltarea relațiilor sănătoase între copii.

Surse

<https://www.bullying.co.uk/general-advice/what-is-bullying/>

<https://www.medicinenet.com/bullying/article.htm>

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/324089#Bullying-has-serious-effects-on-health>

<https://www.verywellfamily.com/bullying-impact-4157338>

<https://www.psychom.net/effects-of-bullying>

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/283042>

BULLYING-UL. CAUZE, EFECTE ȘI MODALITĂȚI DE COMBATERE

Andreea- Marina Gălă- profesor învățământ preșcolar
Grădinița cu Program Normal Puțuri, județul Dolj

Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil/de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Cuvântul „bullying” nu are o traducere exactă în limba română, însă poate fi asociat cu termenii de intimidare, terorizare, brutalizare. Bullying-ul nu presupune existența unui conflict bazat pe o problemă reală, ci pe dorința unor persoane de a-și câștiga puterea și autoritatea, punându-i pe alții într-o lumină proastă.

Fenomenul de bullying este foarte răspândit atât în școlile din România, cât și la nivel mondial. Acesta se referă la agresiunea sau hărțuirea fizică sau verbală, care se repetă pe o anumită perioadă și care implică un dezechilibru al puterii între două persoane, cel mai adesea copii. Din păcate, bullying-ul poate avea urmări periculoase asupra dezvoltării normale a unei persoane.

Bullying poate fi prezent în orice tip de comunitate, în grupuri sociale, unde persoanele interacționează unele cu altele: la școală, la locul de muncă, în familie, în cartiere, în biserică, în mass-media, chiar între țări etc. Se creează astfel o stare de conflict, care nu poate fi depășită decât dacă se conștientizează existența fenomenului.

Dacă la grădiniță fenomenul este prezent în faza incipientă, la școală se dezvoltă drastic. Sunt sute de cazuri în care părinții își mută copiii în alte unități de învățământ pentru că au fost agresați, fizic sau verbal, de alți colegi.

Comportamentele de bullying reprezintă o încercare de a obține ceva prin metode coercitive, prin intimidare, fiind asociată cu așteptări de succes ale comportamentului agresiv.

Comportamentul de agresiune apare ca o modalitate de a face față propriilor lor probleme: pentru a obține atenția celorlalți, pentru a deveni populari, pentru a se simți importanți sau în control.

Familiiile în care există violență oferă un mediu optim pentru formarea agresorilor. Copiii își copiază părinții, bunicii, rudele apropiate. Au modele de urmat în acest sens. Din aceste considerente, violența domestică naște agresori.

Copiii agresori au învățat că a fi puternic înseamnă ca ceilalți să se teamă de tine. Părinții, de multe ori, își umilesc copiii și îi constrâng prin forță să facă anumite lucruri, considerând astfel că ei fac educație. Alții pun presiune pe copii simțind nevoia de a demonstra că sunt ”cineva”. Îi determină astfel să devină agresori pentru a stârni admirația.

Copilul trebuie să aibă o stimă de sine ridicată, consolidată permanent de părinți.

Bullying-ul poate avea loc indiferent de context, însă copiii care sunt agresați prezintă unul sau mai mulți factori de risc:

Ø sunt prcepuți ca fiind slabi,

Ø sunt depresivi, anxioși sau au o stimă de sine scăzută,

Ø nu au o relație foarte apropiată cu părinții sau au probleme în familie,

Ø nu pot respecta reguli, văd violența ca pe un răspuns pozitiv și au prieteni care îi agrează pe alții, la rândul lor.

Cei care îi agrează pe ceilalți nu trebuie să fie neapărat mai puternici sau mai mari decât cei pe care îi agrează. Dezechilibrul puterii poate proveni din mai multe surse, iar copiii care îi intimidează pe ceilalți pot prezenta mai mult de una din aceste caracteristici.

Este recomandat ca părinții să fie atenți la anumite semne de avertizare care pot indica faptul că cel mic este victima bullying-ului sau, dimpotrivă, că îi agrează pe alți copii. Recunoașterea acestor semne este un prim pas important în luarea măsurilor împotriva bullying-ului, pentru că nu toți copiii care sunt agresați vor solicita ajutor – ci vor suferi în tăcere și se vor lupta singuri cu agresorul.

Bullying-ul are efecte negative asupra sănătății victimei și a familiei acesteia, atât pe termen scurt, cât și pe termen lung. Pentru ca acest fenomen să fie stopat, este crucial ca persoanele să înțeleagă cu adevărat cât de traumatizant poate fi bullying-ul.

Copiii care sunt hărțuiți suferă atât pe plan emoțional, cât și social, pentru că le este greu să își facă prieteni, astfel că vor avea o stimă de sine scăzută: vor începe să creadă că ceea ce se spune despre ei este adevărat.

Victimele bullying-ului pot experimenta mai multe emoții: tristețe, mâhnire, frustrare, singurătate și izolare. Mai mult, și părinții victimelor pot experimenta un sentiment de eșec cu privire la creșterea și îngrijirea copilului lor și pot fi copleșiți de întreaga situație.

Experiențele avute în copilărie ne modelează ca adulți, este lesne de înțeles de ce efectele bullying-ului persistă până la vârsta adultă, influențând percepția unei persoane despre ea însăși și despre ceilalți. Chiar dacă bullying-ul nu mai are loc, adultul poate resimți din plin consecințele acestuia, care îi pot influența negativ viața. Printre consecințele bullying-ului se numără: dificultatea de a stabili relații interpersonale de durată, care duce la izolare socială, gânduri și tentative de suicid, tulburări de anxietate, comportament autodistructiv, și riscul de a dezvolta o tulburare psihică,

Așadar, pe măsură ce copiii agresati devin adulți, ei vor continua să aibă dificultăți în resimțirea respectului și stimei de sine, vor avea dificultăți în dezvoltarea și menținerea relațiilor cu ceilalți și vor evita interacțiunile sociale.

De asemenea, vor dezvolta un sentiment intens de vină și vor avea cu greu încredere în oameni, aspect care le va afecta relațiile cu ceilalți, inclusiv la locul de muncă. Ei pot începe inclusiv să aibă convingeri incorecte cu privire la agresiunile suferite, cum ar fi să se convingă pe ei înșiși că bullying-ul nu a fost atât de dureros precum își amintesc.

Este important de menționat că bullying-ul are efecte și asupra agresorului, pentru că acesta adoptă acest tip de comportament din mai multe motive. Dacă nu sunt luate măsuri de stopare, acest tip de comportament va persista și chiar se va înrăutăți de-a lungul timpului.

Este foarte important ca toți factorii de decizie, precum părinții, profesorii, dar și autoritățile să coopereze pentru a înțelege fenomenul de bullying, consecințele acestuia și pentru a găsi modalități de a-l stopa. Este nevoie ca bullying-ul să fie luat în serios de către părinți și profesori, pentru că efectele produse sunt foarte periculoase.

În primul rând, părinții trebuie să fie foarte atenți la comportamentul copilului. Aceștia trebuie să observe dacă este ceva în neregulă cu copilul lor și să vorbească cu el, arătându-i empatie, sprijin și înțelegere. Mai mult, copiii care ajung să fie agresori văd acest tip de comportament în familiile lor, la școală, pe Internet sau în mass-media. Și agresorii au nevoie de ajutor – trebuie să înțeleagă consecințele acțiunilor lor și că le fac rău celorlalți. Tocmai de aceea, este important ca părinții să își educe copiii și să le insufle modele pozitive de comportament.

Dacă suspectați că cel mic este victima bullying-ului, luați legătura cu profesorii pentru a găsi o soluție. În aceste situații, psihoterapia pentru copii poate fi de folos: specialistul îl va ajuta pe micuț să își gestioneze sentimentele, astfel încât acestea să nu aibă consecințe negative pe termen lung. În cazul în care vă simțiți copleșit, ca părinte, de ceea ce i se întâmplă copilului, este indicată psihoterapia de familie.

Bullying-ul este un fenomen real, foarte răspândit, care afectează în mod negativ atât victima, cât și agresorul. Tocmai de aceea, acesta nu trebuie tolerat sub nicio formă.

Bibliografie:

<https://www.bullying.co.uk/general-advice/what-is-bullying/>

<https://www.medicinenet.com/bullying/article.htm>

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/324089#Bullying-has-serious-effects-on-health>

COMBATAREA BULLYING-ULUI ÎN MEDIUL ȘCOLAR

Ghenea Simona-profesor învățământ primar
Colegiul Național "Elena Cuza" Craiova, județul Dolj

Violența școlară reprezintă o realitate cu care se confruntă tot mai des cadrele didactice.

Cartografierea cauzelor comportamentului violent în școală mi se pare obligatorie pentru a putea elabora o strategie anti-violență eficientă la nivelul clasei.

Fenomenul violenței școlare este extrem de complex și m-a preocupat să le dezvălui elevilor încă din clasa pregătitoare diversele sale modalități de manifestare care pot să apară în viața unei clase: loviri, injurii, porecliri, atitudini ironice, sarcastice, imitații, bruscări, împingeri, etc. Demersurile mele au fost animate de convingerea că, dacă elevii vor cunoaște aspectele care se ascund sub eticheta *bullying*, voi putea să previn cu succes apariția unor comportamente nedorite printre elevii mei.

Rolul profesorului este acela de a le insufla copiilor respectul față de ceilalți, de a le explica ce înseamnă a trăi în societate: a te înțelege reciproc, a asculta opiniile celor din jur, a exprima problemele în mod pașnic, nu violent, a-și controla pornirile nervoase, etc.

În clasa pregătitoare am folosit diverse jocuri de rol, dramatizări la disciplina Dezvoltare personală pentru ca elevii să deosebească faptele bune de faptele rele, consecințele unor acțiuni pe care le fac.

Am elaborat împreună cu ei regulile clasei, sub forma unui joc, fiind animată de gândul că în acest mod le vor și respecta. O altă modalitate de a le inocula respectul față de ceea ce este corect, a fost să le citesc povestiri cu tâlc, pe baza acestora purtând discuții despre comportamentul unor personaje, despre pedeapsă și recompensă și despre importanța respectării adulților.

În clasele mai mari le-am cerut lor să citească diverse lecturi având ca temă aspecte din viața de școlar, am analizat situații și cazuri și le-am cerut să se transpună în locul personajelor, să propună alte soluții decât cele ale autorului. I-am determinat astfel să aibă relații foarte bune cu colegii, să fie altruști. Orele de educație civică au fost și sunt extrem de benefice, elevii însușindu-și noțiuni despre drepturile și îndatoririle individului, despre libertate și normă, despre trăsăturile de caracter și importanța autocontrolului în toate situațiile.

Am implicat elevii la toate clasele în diverse activități extracurriculare prin care să se familiarizeze cu anumite concepte prin joc, am derulat campanii de conștientizare a implicațiilor violenței și în rândul părinților, am aplicat chestionare, ghiduri de interviu, etc.

În vederea dezvoltării unei strategii de prevenire a comportamentelor violente vă prezint câteva activități :

- *O săptămână a faptelor bune* în cadrul căreia elevii au fost îmbrăcați în alb și au ținut un jurnal al faptelor pe care le-au făcut. Fiecare elev a prezentat în fața colegilor jurnalul care a fost realizat cât mai interesant, fie prin lipirea unor imagini, fotografii cu ei, fie prin desene realizate, fie prin postere inedite.

- *Adoptă un personaj negativ și schimbă-i comportamentul!*—elevii au ales un personaj negativ și au realizat benzi desenate cu diverse idei prin care el se va transforma într-unul pozitiv. Astfel am avut un lup care de urgență a fost dus la școală să învețe să respecte celelalte animale, elevii demonstrând că ei văd școala ca pe un factor principal de schimbare a comportamentelor din nedorite, în unele acceptate de societate.

- *Noi nu suntem violenți!*—concurs de desen, pictură pe tema violenței, dar nu pe suport de hârtie, ci pe tricourile colegilor. S-au transmis diverse mesaje antiviolență, precum: "Dacă dai cu vorba sau cu pumnul, doare la fel de tare!", "Fii deștept! Nu violent!" etc.

- *Autostrada internetului*— activitate desfășurată în colaborare cu poliția, despre capcanele navigării pe internet și importanța comunicării sigure în online

· *O mână de ajutor și cinci îngeri păzitori!* – pe o coală de carton elevii au desenat conturul mâinii lor stângi și pe fiecare deget au notat numele fiecărei persoane la care știu că ar putea apela dacă ar fi victima unor acte de violență

· *Ți-ai umplut rucsacul azi?* – o coală de hârtie se va împărți în două. Pe jumătățile obținute elevii vor avea de desenat câte un rucsac. Vor lipi pe rucsacul stâng activități pozitive, comportamente pozitive descoperite la colegi într-o zi, iar pe cel din dreapta vor scrie ce au învățat despre sine în aceea zi, dacă și-au putut controla emoțiile, dacă au evitat o ceartă, dacă au aplanat un conflict între colegi, etc.

· *Bingo nonviolentă* – joc desfășurat în sala de clasă cu toți elevii. Elevii trebuie să găsească în clasă colegi care sunt de acord, ca și ei, cu anumite afirmații scrise pe cartonașul de bingo. Când au completat toate rubricile pot striga *Bingo!* Afirmațiile sunt legate de comportamente antiviolență.

· *Cuvinte prietene în careu* – în special la clasa pregătitoare unde se folosesc cu precădere litere mari de tipar, li se dă elevilor o fișă cu un careu și trebuie să găsească cuvintele "prietene", nu violente.

· *Dramatizări, viziuneri de filmulețe educative pe tema anti-violență* sunt doar câteva dintre cele pe care le mai amintesc din cele desfășurate la clasă.

Orice strategie educativă, inclusiv cea de prevenire și ameliorare a violenței elevilor, nu ar avea șanse de izbândă dacă nu m-aș fi bazat pe cunoașterea cât mai profundă a trăsăturilor psihologice individuale ale fiecărui elev, investigarea și cunoașterea personalității elevilor cu potențial violent devenind o prioritate. Am acordat mare atenție și climatului familial, mediului social din care provine copilul. Am studiat teoriile pe tema afectivității, conștientă fiind de importanța acestora în dezvoltarea copilului (psihică, fiziologică și somatică) și rolul predominant al afectivității materne. "Teoria atașamentului" [2] Neamțu (pag. 47), de exemplu, mi-a atras atenția și este adevărat că rolul afectivității este uriaș în formarea copilului. Un copil privat de afecțiune va dezvolta forme de comportament violent, tocmai ca pe o formă de apărare de cei din jur.

Am încercat să adaptez situațiile de învățare fiecărui elev, pentru a nu ajunge să cunoască eșecul, cunoscut fiind faptul că cei cu randament scăzut la învățătură dezvoltă și comportamente violente pentru că nu înțeleg ceea ce învață.

Am descoperit metode utile în cartea Emiliei Albu: *Manifestări tipice ale devierilor de comportament la elevii preadolescenți. Prevenire și terapie*.

"Metoda modelării, bazată pe învățarea socială: prezentarea și recomandarea ca modele a unor elevi din anturajul imediat al subiectului violent, care este invitat să încerce (mai întâi prin imitație, apoi prin preluare conștientă) să internalizeze comportamentele dezirabile ale modelului propus." [1] Albu (pag. 76). Autoarea mai menționează tehnicile nonverbale și diverse tipuri de chestionare.

Toate metodele pe care le-am folosit la clasă au urmărit prevenirea apariției fenomenului de violență sub orice formă la elevii din clasa mea și pot spune că au avut succes, sintonia clasei fiind cea dorită.

Bibliografie:

[1] ALBU, E.- *Manifestări tipice ale devierilor de comportament la elevii preadolescenți. Prevenire și terapie*. București, Editura Aramis Print SRL, 2002.

FORME DE BULLYING ȘI METODE DE ÎNLĂTURARE A ACESTUIA

Dorina Gherghe-profesor
Cristina-Alina Coanca-profesor

Liceul Teoretic "Constantin Brâncoveanu" Dăbuleni, județul Dolj

Bullying-ul este în general caracterizat ca un comportament agresiv, intenționat, menit să provoace suferință și care implică întotdeauna un dezechilibru de putere și tărie între agresor și victimă și se manifestă repetitiv, regulat, într-un grup de copii.

Spre deosebire de comportamentele de violență, care apar spontan între copii, urmare a trăirii unor emoții intense (ex. furie, frustrare, teamă etc.) și dispar de îndată ce intensitatea trăirilor emoționale se diminuează, iar situațiile punctuale sunt rezolvate, comportamentele de bullying nu dispar de la sine.

Bullying-ul este o problemă relațională care solicită întotdeauna o soluție și schimbări semnificative la nivelul relațiilor dintre copii și în dinamica grupului. Pentru eliminarea comportamentelor de bullying este necesară o intervenție directă din partea adulților, în contextul în care acestea apar, cel mai adesea în mediul școlar. Dacă la gradinita fenomenul este prezent în faza incipientă, la școală se dezvoltă tot mai rapid. Copiii sunt agresati verbal, fizic și psihic. Există și părinți care își muta copiii în alte unități de învățământ din cauza acestor agresiuni.

Problemele apărute sunt și oglinda dezechilibrului din familie. Familiile în care există violență oferă un mediu optim pentru formarea agresorilor. Copiii își copiază părinții, bunicii, rudele apropiate. Au modele de urmat în acest sens. Din aceste considerente, violența domestică naște agresori. Copiii agresori au învățat că a fi puternic înseamnă ca ceilalți să se teamă de tine.

Părinții, de multe ori, își umilesc copiii și îi constrâng prin forță să facă anumite lucruri, considerând astfel că ei fac educație. Alții pun presiune pe copii simțind nevoia de a demonstra că sunt "cineva". Îi determină astfel să devină agresori pentru a stârni admirația. Copilul trebuie să aibă o stimă de sine ridicată, consolidată permanent de părinți.

Când un copil este etichetat, tachinat, batjocorit, îmbrâncit sau chiar lovit repetitiv, este clar că asistăm la fenomenul de bullying. Ca părinți, cel mai simplu e să-i observăm pe copiii în curtea școlii, aceasta din urmă reprezintă un micro-univers social în care copiii primesc lecții de viață în afara familiei.

Indiferent dacă aveți un copil agresat sau agresor, trebuie să luați atitudine. De multe ori agresorii se pot simți victime. Un copil care nu știe să se apere poate recurge la violență.

Ca părinte, puteți interveni doar în cazul propriului copil, indiferent în ce postură se află. Neavând o jurisdicție în acest sens este recomandat să apelați la sprijinul învățătoarei, dirigintelui, profesorului, consilierului școlar, directorului, polițistului de proximitate sau Direcției de Protecția Copilului de sector.

Puteți interveni cu un ton calm, împăciuitor, la început, și apelați la un specialist din cadrul școlii pentru a sta de vorbă cu fiecare copil și să identifice cauzele declanșării fenomenului de bullying.

Una dintre tacticile cele mai utile este ca toți factorii responsabili să se implice. Părinții, profesorii, elevii și personalul auxiliar trebuie să colaboreze pentru stoparea violenței.

EDUCAȚIA LA GRANIȚA DINTRE REAL ȘI VIRTUAL

Daniela Grecu-profesor

Mihaela-Alina Ciucă-profesor

Școala Gimnazială "Sf. Dumitru" Craiova, județul Dolj

Organizația neguvernamentală "Salvați Copiii" România este una din cele mai active organizații care, din 1990, militează activ pentru drepturile copilului și protecția acestuia în România. Cum una dintre prioritățile organizației este protecția copiilor împotriva violenței, aceasta coordonează programul Ora de Net (Safer Internet), program spijinit de Comisia Europeană.

De câțiva ani facem parte din comunitatea de voluntari Ora de Net, prilej cu care am participat de-a lungul timpului mai multe activități organizate de această organizație.

Astfel, în urma participării la cursul de formare "Folosirea utilă, creativă, sigură a Internetului" (FUCSI) am implementat proiectul „LA GRANIȚA DINTRE REAL ȘI VIRTUAL – CUM POT TRECE, ÎN SIGURANȚĂ, GRANIȚA!”.

Spațiul virtual este unicul mediu în care elevii noștri încearcă să își compenseze imaturitatea emoțională și socială, accesând o serie de materiale disponibile pe Internet, relaționând cu alte persoane prin intermediul chaturilor și a rețelelor de socializare, toate aceste lucruri făcându-le în mod nesupravegheat (de către părinți în special), insuficient informați și în necunoștință de cauză privind pericolele la care se expun.

Grupul țintă al proiectului „LA GRANIȚA DINTRE REAL ȘI VIRTUAL – CUM POT TRECE, ÎN SIGURANȚĂ, GRANIȚA!”, l-a reprezentat elevii claselor gimnaziale. Aceștia aveau nevoie de a cunoaște pericolele la care se expun în urma navigării pe Internet în mod nesupravegheat.

În urma activităților pe care le-am desfășurat, elevii noștri au deveni conștienți privind fenomenele negative din social media (cyberbullying, hatespeech, fakenews etc.), și au navigat în siguranță pe Internet.

Proiectul „LA GRANIȚA DINTRE REAL ȘI VIRTUAL – CUM POT TRECE, ÎN SIGURANȚĂ, GRANIȚA!” a avut ca scop promovarea utilizării într-un mod sigur și responsabil a tehnologiei on-line și a telefoanelor mobile, de către adolescenți, precum și conștientizarea și educarea acestora asupra pericolelor navigării nesupravegheate pe Internet.

Resursele materiale utilizate au constat în coli A4, markere, foi de flipchart, videoproiector, calculator. Activitățile s-au desfășurat pe parcursul a 10 ore (pregatirea materialelor), respectiv 4 ore pentru prezentarea și realizarea activităților

Resurse web folosite au fost cele puse la dispoziție de organizatorii cursului: https://oradenet.salvaticopiii.ro/docs/Ghidul_utilizarii_in_siguranta_a_Internetului.pdf

Așadar, printre termenii prezentați în proiect s-au numărat următorii:

- Cyberbullying-ul sau hărțuirea online este bullying-ul relizat prin dispozitive mobile sau internet. Cyberbullying-ul este foarte neplăcut pentru că poate fi public, greu de dat jos de pe Internet și te poate afecta tot timpul, chiar și când ești acasă.

- Știrile false (fake news) reprezintă un tip de jurnalism galben sau de propagandă, care constă în răspândirea de informații false difuzate prin mass-media tradițională sau prin social media tradițională precum TV sau ziare. Știrile false sunt scrise și publicate cu intenția de a induce în eroare, în scopul de a deteriora reputația unei agenții, entități sau persoane, precum și pentru câștig financiar sau politic, de multe ori folosind titluri senzaționale, necinstite, sau pur și simplu fabricate pentru a crește numărul de cititori, pentru răspândirea în mediul online și pentru venituri prin click-uri pe Internet

- Discursul instigator la ură („hate speech”) este un discurs destinat atacării, intimidării, umilirii, discreditării sau incitării la violență ori la acțiuni care pot produce prejudicii împotriva unei

persoane sau unui grup de persoane pe motiv de rasă, etnie, naționalitate, vârstă, religie, sex, categorie socială, orientare sexuală, infectare cu HIV, dizabilitate.

Rezultatele reprezintă reușitele proiectului "La granița dintre real și virtual – Cum pot trece, în siguranță, granița!" și au presupus un nivel sporit de conștientizare privind pericolele navigării nesupravegiate pe Internet, înțelegerea conceptelor de siguranță on-line.

Efectele proiectului au constat în adoptarea unui comportament responsabil în timpul navigării pe Internet.

Webografie

<https://ro.wikipedia.org/>

DEZVOLTĂ UN CLIMAT ȘCOLAR POZITIV PENTRU A PREVENI BULLYING-UL SAU ORICE FORMĂ DE VIOLENȚĂ

Ștefana Ifrim-profesor

Colegiul Tehnic Auto "Traian Vuia" Focșani, județul Vrancea

În calitate de profesori și personal din educație, ne propunem întotdeauna ca elevii noștri să aibă succes, să aibă cunoștințele, abilitățile și atitudinile potrivite pentru a-și găsi cel mai bun loc în societatea în care trăim. Societatea noastră modernă, extrem de diversificată, frumoasă dar din care nu lipsește violența are nevoie de promovarea toleranței ca obiectiv crucial pentru profesori, școală și educația adulților pentru a putea construi caractere empatică diminuând astfel sau eliminând violența din școală și societate.

Violența în școală se manifestă atât sub forma unor acțiuni singulare, cât și sub forma intimidărilor permanente, înjosirilor și a hărțuirii sistematice (bullying), toate acestea constituind o încălcare a drepturilor copilului la educație, sănătate și bunăstare.

Astfel, în urma unei analize temeinice asupra nevoilor școlii noastre și pentru că ne-am dorit asigurarea unei educații de calitate pentru elevi, într-un mediu prietenos, am considerat ca fiind prioritară dezvoltarea profesională a cadrelor didactice în domenii precum combaterea violenței a bullyingului în mediul școlar, promovarea diversității a toleranței și incluziunii școlare".

După elaborarea unui proiect de mobilitate în domeniul Educației școlare, pe tema " **STOP abandonului școlar și bullying-ului! START incluziunii!**" Nr.2019-1-RO01—KA101-061623 Acțiunea Cheie 1, Flux 3 finanțat de Uniunea Europeană, un număr de nouă profesori din școala noastră au beneficiat de programe de formare și dezvoltare profesională pe domenii precum: combaterea abandonului școlar, diversitate la clasă, incluziunea școlară, predarea toleranței și depășirea discriminării, despre inteligență emoțională, managementul conflictului, bullying și medierea în perechi în diferite țări europene.

Ca unul dintre beneficiarii unei activități de mobilitate din cadrul acestui proiect pe tema "Managementul Conflictului, Inteligența Emoțională și Prevenirea fenomenului de Bullying " în școli, desfășurat în Barcelona, Spania am învățat să le oferim elevilor noștri informații adaptate vârstei și nivelului lor de dezvoltare despre managementul conflictului, formele bullyingului, și strategii de prevenire a oricărei forme de agresiune.

Conflict Management, Emotional Intelligence and Bullying Prevention Barcelona 2021

Un mecanism eficient în rezolvarea conflictelor dintre elevi la care școala poate apela, este "Peer Mediation" sau "medierea de la egal la egal". Definită ca o metodă de rezolvare a conflictelor bazată pe o abordare de negociere și mediere sau o combinație a ambelor, se concentrează pe prevenire și descoperire, și acordă importanță deosebită atât mediatorului, cât și mediatului. De fapt, atunci când există un conflict între elevi, grupul extins de elevi al unei clase cunoaște cel mai bine

situația. Astfel, alți elevi pot ajuta în mod real persoana care este agreasată. Medierea timpurie sau negocierea pot rezolva cu ușurință problema și pot preveni escaladarea tensiunilor.

Medierea în perechi implică doi studenți mediatori instruiți care asistă două persoane aflate într-un conflict printr-un proces structurat pentru a ajunge la soluționarea unei dispute.

Pentru a dezvolta un astfel de mecanism într-o clasă de elevi sau într-o școală, este nevoie de:

1. Construirea unui sistem funcțional (include: formatori de mediere, perechi de mediatori din rândul elevilor și o sală de mediere)

2. Dezvoltarea unei strategii de funcționare care cuprinde mai multe etape:

a. publicitatea - poate fi realizată printr-un chestionar, ședință de clasă, postere etc pentru a înțelege importanța medierii;

b. selecția - stabilirea unor standarde și proceduri stricte în vederea selectării de "Mediatorii colegi";

c. formarea - instruirea elevilor aleși pentru a fi "mediatori" de către un formator de mediere. Elevii mediatori trebuie să dezvolte minime cunoștințe psihologice, abilități de comunicare și relaționare etc;

d. medierea - se referă la abilitatea de a obține informații, a înțelege situația, a formula strategii de mediere, organizați întâlniri de mediere, faceți înregistrări și urmăriți efectul. Scopul este de a depune toate eforturile pentru ca părțile mediate să ajungă la înțelegere și să-și rezolve problemele;

e. evaluarea - este important să se realizeze o evaluare periodică a rezultatelor obținute de către "mediatorii colegi". Scopul este de a îmbunătăți entuziasmul „mediatorilor” și formatorilor și de a promova participarea la un astfel de program în toate clasele;

f. raportarea periodică - este important să se raporteze atât succesul cât și eșecul în urma activităților de mediere către managerul școlii. Scopul este de a înțelege deficiențele mecanismului și de a căuta mijloace noi de rezolvare a problemelor la nivel superior.

Procedura practică a "medierii de la egal la egal" se desfășoară după un scenariu bine stabilit.

1. Obținerea de informații. „Mediatorii colegi” trebuie să fie capabili să obțină informații despre problemele, certurile și conflictele existente între elevii implicați. Să fie capabili să înțeleagă cauzele reale ale conflictului, care de multe ori sunt mult mai profunde (sentimente reprimite, furie, frică, frustrare etc).

2. Comunicarea separată cu fiecare dintre părți. Pentru a efectua medierea fără probleme, „mediatorii” trebuie să comunice cu fiecare parte separat în săli de mediere speciale sau publice, dar care să ofere părților implicate intimitate și confort psihic pentru a putea fi deschiși la actul medierii, pentru a înțelege situația și a accepta să fie mediați.

3. Medierea propriu-zisă. Cu acordul părților interesate, ambele părți vor fi invitate în sala de mediere. Fiecare parte este încurajată să își spună propria poveste și să-și exprime propriile trăiri și sentimente. „Peer mediatorii” ajută la stabilirea contextului în care s-au desfășurat evenimentele, oferă un anumit confort psihologic, și posibile soluții pentru rezolvarea conflictului. Apoi cele două părți sunt încurajate să găsească propriile soluții astfel încât să se poată ajunge la un consens. În acest proces, „mediatorii colegi” ghidează și oferă soluții în timp util.

4. Reconcilierea. După comunicarea soluțiilor de rezolvare a problemelor ambelor părți și mediere, aceștia completează o "declarație acord de soluționare a conflictului" și semnează pentru aprobare. În cele din urmă, ei dau mâna într-un gest de împăcare.

5. Evaluarea. „Mediatorii colegi” urmăresc și observă efectul medierii, realizează înregistrări ale activității de mediere, analizează modul lor de abordare și management al medierii. Dacă medierea eșuează, au două posibilități: să continue să comunice cu părțile implicate repetând pașii de mai sus, sau să raporteze profesorului.

Pentru ca medierea să fie un succes, asigurați-vă că "Mediatorii colegi" au dobândit abilități de comunicare interpersonală astfel încât aceștia să poată găsi cel mai bun mod de a comunica. Actul

medierii trebuie să includă ascultarea, zâmbetul, adresarea unor întrebări obiective, empatia, evitarea argumentelor și criticarea celorlalți, exprimarea opiniilor în mod clar, pentru a fi convingători și a obține răspunsuri de la părțile implicate.

Efectul „medierii de la egal la egal”

Prin practica „medierii de la egal la egal”, elevii care participă la procesul de instruire și practică medierea în mediul școlar, își îmbunătățesc cunoștințele psihologice, învață cum pot comunica eficient cu ceilalți, cum să facă față disputelor, cum să facă relațiile dintre elevii mai armonioase, cum să îmbunătățească relațiile interpersonale în clasă, cum să dobândească autodisciplina, să fie mai toleranți și cum să rezolve problemele și disputele dovedind calități de lider. Prin „medierea de la egal la egal”, conflictele și disputele dintre elevi pot fi rezolvate chiar de la început astfel încât evenimentele neplăcute să fie stopate înainte ca lucrurile să degenereze, ceea ce ajută la construirea unui mediu școlar sănătos, prietenos și sigur unde elevii să se poată dezvolta armonios.

Printr-un management instituțional orientat spre activități și performanță se pot găsi soluții ce pot fi implementate pentru rezolvarea situațiilor de criză la nivelul școlii, al clasei și al indivizilor.

Exemple de activități implementate la clasă:

1. după însușirea noțiunilor generale despre conflict, bullying, managementul emoțiilor aplicați exercițiul despre cele 5 atitudini de conflict.

<https://learningapps.org/view22733534>

[https://docs.google.com/forms/d/1yS92-LGNIp-WNIWryD00fG9a_peEztGuvM8jg-](https://docs.google.com/forms/d/1yS92-LGNIp-WNIWryD00fG9a_peEztGuvM8jg-4UARc/edit)

[4UARc/edit](https://docs.google.com/forms/d/1yS92-LGNIp-WNIWryD00fG9a_peEztGuvM8jg-4UARc/edit)

Discutați cu elevii fiecare situație în parte lăsându-i să argumenteze. Intervenți cu explicații atunci când situația o impune.

2. Jocul de rol. Creați scenarii de conflict, bullying. Doi elevi interpretează roluri. Alți doi elevi vor media conflictul după modelul medierii în perechi.

Bibliografie:

1. Traducere și adaptare din: “Peer Mediation” Mechanism and Practice; 2020 3rd International Workshop on Advances in Social Sciences (IWASS 2020)

BULLYING-UL - O REALITATE A ȘCOLII ROMÂNEȘTI

Cristina Ionescu-profesor

Elisabeta Milea-profesor

Colegiul Național “Nicolae Grigorescu” Câmpina, județul Prahova

De-a lungul experienței noastre de cadre didactice, am observat că în ceea ce privește acest fenomen numit “bullying”, părinții relativizează de foarte multe ori gravitatea unor acte, ajungând până acolo să nege existența bullying-ului, preferând să îl vadă ca pe niște „povești ale tinerilor”, constituind socializarea acestora.

În afară de câteva cazuri extreme, hărțuirea în școală, care este adesea suprimată sau minimizată de adulți, este adesea trecută cu vederea. Bullying-ul între elevi este o problemă din ce în ce mai prezentă în conversațiile cu părinții și profesorii consilieri, profesorii diriginți, dar și mărturiile scrise ale părinților și adolescenților de pe grupurile de whatsapp. În fața mărturiilor emoționante și îngrijorate ale acestor familii, echipe de psihologi, avocați și consilieri școlari s-au întrebat ce este de făcut în acest domeniu, care nu este deloc banal și tinde să ia proporții foarte mari!

De ce bullying-ul în școli este ignorat sau banalizat de către adulți? În acest loc merită să promoveze socializarea între elevi, care sunt componentele care permit apariția unui astfel de fenomen dar și rezonanța pe care acesta o poate avea în cadrul școlar?

Ar trebui să ne întrebăm, înainte de toate, ce este hărțuirea? Hărțuirea unei persoane constă în a o chinui cu încăpățănare, supunând-o la violențe fizice și/sau psihologice repetate. În mediul școlar, mai ales în școala primară și gimnazială, mai rar în liceu, aceste fapte sunt adesea comise de un grup de copii împotriva unui alt grup sau împotriva unui singur copil pe care ceilalți îl consideră diferit (din cauza fizicului său, personalitatea sa, centrele sale de interes, mediul din care provine etc.). Hărțuirea este greu de identificat din cauza naturii sale insidioase: pe lângă atacurile fizice (împingeri, bățai, furt, aruncarea obiectelor personale etc.) și are, ca rezultat, și amenințări, intimidare, critici, umiliri, șantaj.

Toate aceste acte apar de cele mai multe ori departe de ochii adulților: într-un colț al locului de joacă, în clasă, în toalete, în vestiare, la sala de sport, pe terenul din curtea școlii și se continuă, câteodată, în afara programului școlar.

Cu toate acestea, utilizarea acestor termeni nu trebuie să conducă la subestimarea repercusiunilor pe care le generează. Toate aceste acte, repetate zilnic, slăbesc viața de zi cu zi a elevului vizat și împiedică orice împlinire: „Anii de școală gimnazială/liceu m-au traumatizat...”, am auzit adeseori pe foștii elevi confesându-se.

Această dificultate îi privește pe toți adulții din comunitatea educațională, atât pe profesori, cât și pe părinți. În timpul discuțiilor, aceștia din urmă au o reală dificultate în a numi fenomenul hărțuirii, preferând să evite termenii „bullying”, „violență”, „abuz”... Potrivit acestora, copilul lor este chiar „un pic de țăp ispășitor pentru clasă”. Ei descriu fenomenul, dar cred că termenul „hărțuire” este inadecvat, deoarece este asociat cu o situație mult mai gravă.

Școala, pe lângă factorul principal de educație, este și locul de socializare în care tinerii învață să trăiască în grupuri într-un mediu protejat care le garantează un anumit nivel de securitate. Ca orice loc de socializare, școala permite așadar elevului să integreze anumite valori și standarde pe care societatea le consideră că trebuie respectate de toți. Interiorizarea acestor valori ar trebui să permită copilului să se integreze în lumea socială. Școala are, așadar, un rol de incluziune. În schimb, hărțuirea are ca rezultat, în general, excluderea unui elev de către un grup de colegi. În plus, definirea acestui fenomen introduce noțiunea de dominație, de preluare a puterii asupra celui alt, valori care nu sunt considerate acceptabile de corpul social. Această reprezentare colectivă a școlii, care o face un loc protejat, în care copiii sunt încredințați unei echipe de adulți, ar putea explica de ce este atât de greu să ne gândim la bullying într-un mediu școlar.

Cum se manifestă de fapt un elev hărțuit? Odată cu debutul pubertății, la adolescenți au loc schimbări fizice, intelectuale și psihologice, care sunt cu atât mai remarcate de ceilalți semenii cu cât suferă și ei aceleași transformări. De asemenea, se poate râde foarte ușor de aspectul fizic (un tânăr cu păr gras, „coșurile” provocând un fizic inestetic, vizibil sau, dimpotrivă, un adolescent cu un fizic frumos, abilități intelectuale, căruia i se pune o etichetă: „tocilarul”). Un elev maltratat și hărțuit este un tânăr care suferă. Este o chestiune de suferință psihologică care îi împiedică construcția identității.

De fapt, în timp ce adolescentul este în căutarea propriei identități prin imitarea, respingerea, identificarea, însușirea diferitelor trăsături de personalitate ale semenilor săi, persoana hărțuită se vede dezumanizată și redusă, de altfel, particularitatea care a determinat respingerea; în special, riscă să se lipească de imaginea care i-a fost atribuită. Într-adevăr, redus la această imagine, el nu are, ca și alți adolescenți, posibilitatea de a experimenta, de a se căuta pe sine pentru a se regăsi, din moment ce se vede în ochii agresorilor săi (și ai celorlalți, semenilor și familiei), „ieșit din uz” sau „expirat”, cum i-am auzit pe unii vorbind.: „Știi, ceilalți îmi tot spun că sunt gras și, în același timp, au dreptate, sunt doar un gras și nu prea valorez etc. .

Astfel, copilul își pierde ușor stima de sine- mai ales că un copil este, prin definiție, o ființă imatură emoțional și deci mai fragilă decât un adult. Îi va fi foarte greu să se apere singur dacă nu va cere ajutorul adulților, respectiv al profesorilor și/sau al părinților,

Bibliografie:

- 1.Christine Camuset, Nathalie Zampirolo, cu colaborarea Marie-Hélène Rivière, Carole Wiart, Sylvia Berdin, *Hărțuirea între elevi, Le Journal des psychologues* 2010
- 2.Cristea Dumitru, *Tratat de psihologie socială*, Editura TREI, București, 2015, pg.808.

MANIFESTAREA BULLYING-ULUI ÎN RÂNDUL ELEVILOR

*Murgu Diana-profesor
Școala Gimnazială "Traian" Craiova, județul Dolj*

Manifestarea agresivității în rândul elevilor este un fenomen de actualitate la nivel internațional, de o complexitate ce atinge problematici diverse, care se evidențiază prin o varietate de factori cauzatori, forme și aspecte specifice care au determinat ca obiectivul multor studii de specialitate, în special de natură psiho-pedagogică să fie reprezentat de însăși această problematică nefavorabilă într-un mediu al formării.

Cea mai des utilizată definiție a termenului bullying, în literatura de specialitate, este cea dată de Olweus (1999) considerat un pionier în cercetările referitoare la bullying. Astfel, Olweus (1999) stabilește că „bullying este caracterizat după trei criterii: (1) este un comportament agresiv sau o acțiune de a face rău intenționat; (2) este un comportament care se repetă în timp;

(3) relațiile interpersonale se caracterizează printr-un dezechilibru de putere.”

Studiile cu privire la sănătatea copiilor scot la iveală situații îngrijorătoare. Potrivit *World Report on Violence and Health* din 2002 (Krug, Dahlberg, Mercy, Zwi și Rafael, 2002), studiu ce a avut ca grup de referință elevi cu vârsta de 13 ani, a arătat ca această categorie de copii (la nivel internațional) a fost implicată în comportamente de tip “bullying” cel puțin o dată.

Având în vedere numeroasele studii realizate în vederea caracterizării acestui fenomen la nivel global, următorul aspect luat în vizor de cercetătorii în domeniu este reprezentat de evaluarea incidenței acestor evenimente la un nivel restrâns, în vederea identificării de soluții și de combatere până la eliminare a acestor manifestări. Un astfel de exemplu sunt cercetătorii Ahmad & Smith (1990), care au analizat metode de evaluare bully/victim, în cadrul unui eșantion mai amplu, și anume a întregii categorii de elevi de gimnaziu, astfel, cu vârste cuprinse între 9 și 15 ani. Astfel de un real ajutor se dovedește autoevaluarea prin chestionar de tip bully/victim, care anterior fusese folosit în sistemul educațional norvegian. Identificarea prevalenței agresivității reprezintă obiectivul principal al acestei metode de evaluare, dar și victimizarea, comportamente pozitive, precum și formele bullyingului și ale victimizării (*izolare socială, verbală, fizică și indirectă*).

Studii relevante arată ca odată identificați agresorii, cât și victimele, intervenția imediată este necesară în vederea eliminării urmărilor nefaste, pornind de la scăderea rezultatelor școlare, până la abandon școlar, iar în plan psihologic amintim afecțiuni precum anxietatea și depresia. Prevenirea consecințelor bullyingului este responsabilitatea modelelor acestor personalități în formare, părinți și profesori. Aceștia au datoria de a veni în întâmpinarea cercetătorilor, psihologilor, precum și a altor persoane avizate care identifică instrumente de stabilire a cauzelor, de ameliorare, de prevenție și de a aplica aceste instrumente, de a aduce sprijin și înțelegere, de a motiva și inspira spre un mod mai potrivit pentru elevi de a împărtăși experiența educațională din cadrul școlii. Din rândul mediului științific japonez, autorul Kikkawa, atrage atenția asupra dificultății în abordare a hărțuirii în școală, întrucât bullyingul depășește relația agresor-agresat, fiind de o complexitate care își găsește rezolvarea prin dezvoltarea socială a clasei, a școlii, a familiei, a societății în general.

Copiii care agresează alți copii manifestă de obicei nesiguranță, temeri cu rădăcini adânci reprezentate de traume insuficient abordate și rămase de cele mai multe ori în stare latentă în urma abordării acestora la nivel de familie. Un număr semnificativ de autori semnalează cu privire la

importanța mediului emoțional familial în evoluția tânărului în formare în agresor sau victimă. Afecțiunea sau lipsa acesteia, manifestarea violenței sau absența acestor manifestări, sunt doar câțiva factori determinanți în formarea de caractere. D. Olweus semnalează cu privire la gradul de protecție ușor exagerată din partea unor părinți, care pot crește riscul de expunere la bullying pentru copii lor.

Școala este locul în care copiii se dezvoltă, însușesc noi cunoștințe, își formează personalitatea, înțeleg mediul înconjurător economico-social etc. Școala reprezintă mediul care induce copiilor dorința de reușită. Cu toate acestea, comportamentul de tip bullying persistă, se dezvoltă și este foarte des întâlnit în mediul școlar, mediul pe care societatea contează cel mai mult în formarea unei personalități careia viitorul îi aparține. Asta și pentru că școala are la bază principiul egalității, iar diferențele între elevi nu întârzie să apară. Până elevii învață să coexiste în această diversitate, comportamentele abuzive sunt modalitatea multor elevi de a gestiona emoțiile create de această realitate. Nu de puține ori am remarcat agresivități care își au rădăcinile în problematice etnice, fizice, cognitive, spirituale, materiale, sociale etc. Acestea sunt stopate temporar prin explicații și îndrumări, încurajări și realizarea de activități care să promoveze colaborarea între elevi. Acestea au un caracter momentan, întrucât în absența îndrumării, în special în pauze, elevii reiau comportamentele nefaste ameliorate în timpul orei. Mediul școlar reprezintă în realitate un factor din multitudinea de factori a căror implicare este de o necesitate din ce în ce mai evidentă în gestionarea bullyingului.

Bibliografie

Arsova Netzelmann, T.; Steffan E.; Angelova M. *Strategii pentru o clasă fără bullying*. 2016. Krug, E., Dahlberg, I., Mercy J., Zwi, A. & Rafael, L. (eds.) (2002). *World Report on Violence and Health*. <http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/9241545615.pdf> (12/08/2007).

Olweus, D. (1999). Sweden. În P.K. Smith, Y. Morita, J. Junger-Tas, D. Olweus, R. Catalano & P. Slee (eds.), *The nature of school bullying: A cross-national perspective*, London & New York, Routledge.

Pavlenko Lilia, Rusu Cristina, *FENOMENUL BULLYING ÎN ȘCOALĂ*, Conferința "Învățământ superior: tradiții, valori, perspective", Chișinău, Moldova, 27-28 septembrie 2019

Smith P.K., Cowie H., Olafsson R. F., Liefhoghe P.D. (2002) *Definition of bullying: A comparison of terms used, and age and gender differences, in a fourteen-country international comparison*, Child Development, 73(4), 1119-1133.

STRATEGII DE INTERVENȚIE ÎN PREVENIREA ȘI COMBATerea FENOMENULUI DE BULLYING

*Cristina Nălbitoru- profesor învățământ primar
Școala Gimnazială „Traian” Craiova, județul Dolj*

Pentru foarte mulți copii interacțiunea cu alți copii, în locuri în care supervizarea din partea unui adult este mai redusă (în curtea școlii, pe terenul de sport, în pauze, în vestiare sau pe drumul spre casă), reprezintă o lecție de viață foarte dureroasă. Toate aceste experiențe în care un copil este pus să facă anumite lucruri umilitoare pentru distracția altor copii, este hărțuit, etichetat, amenințat, deposedat de anumite bunuri etc., își pun amprenta asupra modului în care el se va percepe pe sine și pe cei din jurul său. Unii dintre acești copii vor alege să adopte și ei același comportament, exploatându-i pe cei pe care îi percep că sunt „mai slabi” decât ei sau mai lipsiți de resurse (ex: nu au prieteni), alții rămân „ciuca bății de joc” pentru că le este frică să vorbească. Mai există și categoria copiilor care reușesc să își înfrunte frica și cer ajutorul unui adult.

Pentru că nu putem să ne însoțim permanent copiii în toate locurile în care aceștia sunt nevoiți să meargă, mai ales la vârsta adolescenței este foarte important să îi învățăm cum să facă față acestor situații. Toate exemplele date mai sus sunt circumscrise fenomenului de bullying.

Bullying-ul este un termen umbrelă care înglobează o serie de comportamente agresive prin intermediul cărora un copil încearcă să obțină unele beneficii cum ar fi: apreciere, valorizare, atenție din partea celorlalți colegi sau chiar o serie de bunuri. Se deosebește de celelalte tipuri de comportamente agresive (lovit, smuls, împins, înjurat) prin faptul că nu apare ca reacție la anumite emoții de disconfort (furie, tristețe, etc).

De ce unii copii aleg să se comporte așa?

Comportamentul de bullying este o cale prin care unii copii au învățat să primească atenție, chiar dacă într-un mod negativ. Alți copii se manifestă astfel pentru că așa au învățat să se simtă puternici (când ceilalți se tem de ei).

Pentru alți copii, comportamentul de bullying reprezintă o cale ușoară de a fi percepuți de ceilalți ca fiind „cool”. Nevoia de integrare este atât de mare, încât copiii pot să se comporte astfel pentru a fi acceptați de copiii cu o popularitate mai mare. Există și situații când copiii imită modelele învățate - ei acționează în același mod în care au fost tratați și ei în contextele lor de viață. Și mai există și categoria copiilor care interpretează greșit diferențele culturale și etnice.

Cum le va fi afectată viața celor care manifestă frecvent comportamente de bullying. Bullyingul este un factor de risc pentru abandonul școlar și delincvență juvenilă. Elevii care agresează sunt de 5 - 6 ori mai predispuși să se implice în acțiuni antisociale la vârsta adultă. (Olweus, 1991) Cel mai adesea, un copil care a fost sever agresat ajunge să întrerupă școala din teama că ar putea să fie agresat din nou. Chiar și în cazul celor mai ușoare forme, expunerea repetată la o experiență de agresare îi predispune pe copii la dezvoltarea a numeroase probleme de sănătate mentală: depresie, anxietate, tulburări de comportament alimentar, etc. (Limber și Nation, 1998).

Ce putem face?

Un copil care este victimă a bullying-ului are nevoie de sprijinul adulților din jurul lui. Cu ajutorul dvs., copiii învață cum să facă față comportamentelor de tachinare, poreclire sau a altor forme mult mai grave. Fiecare copil are nevoie să primească mesajul că aceste tipuri de comportamente sunt inacceptabile. Deoarece bullying-ul apare de obicei în comunitățile de copii, acest mesaj trebuie să fie promovat și întărit atât la școală, cât și acasă.

Pentru că bullying-ul afectează pe toți elevii din grup, nu se reduce doar la copilul care agresează și la victimă, este important să îi învățăm pe copii ce să facă dacă sunt martorii unui asemenea eveniment. Martorii bullying-ului, care sunt de obicei ceilalți copii, de multe ori se simt în secret ușurați că nu sunt ei ținta bullying-ului și tind să evite agresorul, nefiind dispuși să intervină în apărarea copilului agresat. Bullying-ul creează o atmosferă pervazivă de intimidare, frică și tăcere printre copii.

Pași în gestionarea comportamentului de tachinare.

Tachinarea nu poate fi întotdeauna prevenită, iar noi nu putem controla ceea ce spun sau fac ceilalți. Ce putem face într-o astfel de situație este să îl învățăm pe copil cum să își controleze propriile reacții. Aceasta, deoarece multor copii le lipsesc abilitățile sociale necesare pentru a face față glumelor, etichetărilor și farselor colegilor lor. În momentul în care ei plâng sau se înfurie, nu fac decât să își încurajeze colegii în a continua.

Învățați copilul prin joc de rol ce să își spună în situația respectivă sau să o privească diferit. Copilul poate să își spună: „chiar dacă nu îmi place cum mă poreclește pot să fac față acestei situații”; poate să își pună o întrebare care să verifice valoarea de adevăr a celor spuse pe seama sa: „este adevărat ce spune ... despre mine?” (de cele mai multe ori se dovedește că nu); poate să se gândească la calitățile sale care contravin remarcilor negative făcute la adresa sa.

Învățați copilul prin joc de rol să se comporte diferit:

Ignorarea copilului care tachinează - să se comporte ca și cum celălalt este invizibil și să acționeze ca și cum nimic nu s-a întâmplat. (Manifestarea furiei sau izbucnirea în plâns adesea accelerează comportamentele de tachinare). Ignorarea NU este o metodă bună în situații în care

cineva tachinează de foarte mult timp și folosește comportamente de bullying cu scopul de a-l intimida). Dacă este posibil, este recomandat să plece din situație.

Transmiterea de mesaje la persoana I - acest tip de mesaj asertiv este o metodă bună de exprimare a propriilor emoții: „Sunt trist/nu-mi place când faci glume pe seama ochelarilor mei, aș prefera să încetezi”. Exersarea acestei tehnici presupune stabilirea contactului vizual și folosirea unui ton ferm. Această tehnică funcționează când este folosită într-un cadru controlat, în care există un adult, există niște reguli, etc. (cum ar fi în clasă, la școală). Folosirea ei în recreație sau în curtea școlii poate să ducă la agravarea situației (copilul care tachinează face și mai rău deoarece a observat că ceea ce face el, produce o emoție sau a obținut ceea ce și-a dorit).

Răspunsul paradoxal. Această tehnică învață copilul cum să-și schimbe modul în care vede sau înțelege cuvintele pe care celălalt le spune la adresa sa. Astfel, el poate să schimbe cuvintele de tachinare în complimente. De exemplu, un copil face glume pe seama sa că poartă ochelari și spune „aragaz cu 4 ochi”. În această situație, poate să răspundă politicos: „Mulțumesc că ai remarcat că am ochelari!” (copilul care a făcut remarcă nepotrivită este de regulă confuz când nu primește reacția obișnuită de furie sau de frustrare). Un alt tip de răspuns paradoxal este exprimarea acordului față de aspectele la care se referă cel ce tachinează. De exemplu, răspunsul adecvat la adresa unui copil care tachinează și spune „Ai așa de mulți pistrui!” ar putea fi „Este adevărat, am o mulțime de pistrui!”. Acordul cu aspectele semnalate elimină dorința de a ține ascuns pistruii, lasă agresorul fără replică deoarece conflictul este blocat.

Răspunsul cu un compliment este un alt tip de reacție care descurajează tachinarea. De exemplu, dacă cineva râde de modul în care copilul aleargă, acesta ar putea răspunde cu un compliment „Tu ești un bun alergător!”. Umorele este un alt tip eficient de reacție deoarece este total diferit de răspunsul așteptat și subliniază faptul că nu există un punct vulnerabil care să fi fost atins. În plus, râsul poate să schimbe o situație cu potențial de rănire, într-una comică.

Pentru situațiile în care comportamentul de bullying se menține și nimic nu pare să funcționeze, copiii au nevoie să solicite ajutorul unui adult: Primul pas în reducerea comportamentelor de bullying este să le recunoaștem și să facem ceva pentru stoparea lor (ex. să semnaleze prietenilor, cadrelor didactice, părinților atunci când nu știu sau nu reușesc să facă față singuri).

Ce trebuie să facă un copil care este agresat?

- Să ignore comportamentul de agresare (doar în faza inițială!).
- Să se distanțeze de situația și locul respectiv.
- Să reacționeze într-o manieră fermă (învățarea abilităților asertive).
- Să se asigure de protecție (solicitarea ajutorului).

Ce este important să evite un copil care este agresat: să se înfurie/să plângă; să se comporte agresiv (să lovească, să înjure etc.), să aducă alți copii sau o gașcă cu ajutorul căreia să își facă dreptate, să răspundă cu tachinare. Toți adulții, cadre didactice și părinți, care au legătură cu școala trebuie să fie vigilenți în a identifica acest fenomen și a interveni. O dată identificat fenomenul, este necesar ca adulții să respecte cele 3 principii de intervenție:

1. Să acționeze imediat
2. Să-i ofere credit copilul agresat
3. Să ia măsuri pentru a diminua puterea celui care agresează.

Bibliografie:

1. Beldean-Galea, I.E., *Studiul calităților psihometrice ale unui chestionar de evaluare a fenomenului "bullying" la elevi* în Revista de Psihologie Aplicată, 12(1), pp.15-20, București, 2010.
2. Neamțu, C., *Devianța școlară – Ghid de intervenție în cazul problemelor de comportament ale elevilor*, Ed.Polirom, Iași, 2003.
3. Olweus, Dan, *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*, Wiley – Blackwell, New-York, U.S.A., 1993.
4. Roșan, A., *Comportamentul violent – screening și strategii de intervenție*, Ed. Alma Mater, Cluj – Napoca, 2009.

PREVENIREA ȘI COMBATerea BULLYING-ULUI ÎN ȘCOALĂ

Nadia-Alina Năstasă-profesor învățământ primar
Școala Gimnazială Gâdiniți, județul Neamț

Introducere

Bullying-ul este o problemă de actualitate, cu multiple consecințe în dezvoltarea armonioasă a personalității celor implicați. Conform Asociației Americane de Psihologie, bullying-ul este o formă de comportament agresiv, în care o persoană provoacă, în mod intenționat și repetat, un disconfort unei alte persoane. Definit astfel ca o formă de intimidare, hărțuire sau agresiune care implică intenționalitate, dezechilibru al puterii și repetitivitate, bullying-ul poate să apară între copii, la școală sau în afara acesteia, și chiar și între adulți, la locul de muncă sau în cadrul relațiilor pe care ei le stabilesc în viața de zi cu zi.

Prezent în viața școlii, bullying-ul este un fenomen pe care încercăm să îl stopăm. Sunt elaborate numeroase programe și acțiuni prin care reprezentanți ai societății (ONG-uri, Poliția Română, Direcția Generală de Asistență socială și Protecția Copilului etc.) se alătură școlii și familiei în demersurile de a conștientiza gravitatea acestui comportament agresiv în rândul copiilor și tinerilor și de a reduce incidența acestuia.

La nivelul școlii, pot fi organizate activități care să sprijine elevii în depistarea și raportarea cazurilor de bullying și care să le dea curaj celor implicați să vorbească despre propriile experiențe și să ceară ajutor.

Obiectivele și metodologia cercetării

1. Obiectivele urmărite au vizat următoarele aspecte:

- Măsurarea nivelului de agresivitate din școală;
- Realizarea și implementarea unui program de intervenție focalizat pe problemele identificate;
- Stabilirea gradului de eficiență a programului.

2. Ipoteza de lucru: Există o corelație între nivelul de agresivitate din școală și gradul de implicare a factorilor educativi. Mai exact, am urmărit să vedem în ce măsură scade numărul cazurilor de agresivitate (bullying) dacă acestea sunt raportate corespunzător și analizate la nivelul claselor/grupurilor de elevi și în întâlnirile cu părinții.

3. Descrierea cercetării:

a) Descrierea subiecților: La acest studiu au participat 79 de elevi din clasele V-VIII din cadrul școlii noastre (toți elevii ciclului gimnazial), având vârsta cuprinsă între 11 și 14 ani, provenind din mediul rural.

b) Descrierea procedurii de investigare:

Pentru măsurarea nivelului de agresivitate din școală și identificarea elevilor care manifestă în mod constant probleme comportamentale, precum și a elevilor asupra cărora se răsfrâng aceste comportamente, a fost elaborată o fișă de observație prin care se obțin informații privind: contextul, elevul agresor, persoana agresată, tipul de agresiune, atitudinea celorlalți elevi / cadre didactice în momentul incidentului, Au fost selectați câte 3 elevi de la fiecare clasă și au fost instruiți în ceea ce privește tipologia fenomenului de violență școlară și modalitatea de completare a fișei de observare. Aceleași instrucțiuni le-au fost prezentate și profesorilor care predau la clasele de gimnaziu. Fișele au fost completate zilnic, timp de trei săptămâni. Datele furnizate de acestea au fost centralizate, fiind elaborat un raport cuprinzând rata incidenței comportamentelor violente pe săptămână, elevii care manifestă frecvent acest tip de comportament, elevii agresati în mod repetat, conjunctura în care au acestea loc.

Pe baza informațiilor culese, au fost elaborate planuri de intervenție pentru fiecare clasă de elevi. S-au desfășurat activități de conștientizare și recunoaștere a fenomenului de bullying, a

urmărilor atât pe termen scurt cât și pe termen lung pe care le are, a creșterii nivelului de implicare în prevenirea și diminuarea actelor de bullying. S-a avut în vedere în mod deosebit creșterea gradului de încredere a elevilor-victimă în colegi și profesori, vorbind despre experiențele personale prin care au trecut, precum și formarea de atitudini anti-bullying în rândul elevilor, care să conducă la comportamente de protejare a elevilor agresați și la raportarea imediată a situațiilor observate.

Au fost organizate activități școlare și extrașcolare menite să dezvolte relații pozitive între elevi; au avut loc lectorate cu părinții, în care s-a pus accent îndeosebi pe efectele bullying-ului asupra copilului și semnele care pot apărea în cazul copiilor agresați.

Concluzii

Pentru a combate fenomenul de bullying și astfel a elimina efectele negative pe care acesta le are asupra stării de bine a copiilor și a adolescenților, sunt necesare programe de intervenție anti-bullying. Aceste programe trebuie concepute în așa fel încât să asigure implicarea activă, asumată și bine documentată, atât de către copii cât și de către cadrele didactice și părinți. Ele trebuie să aibă la bază patru principii-cheie (programul Olweus de prevenire a bullying-ului):

1. deschidere, interes pozitiv și implicare în viața copiilor;
2. stabilirea unor limite ferme pentru comportamentul inacceptabil;
3. aplicarea consecventă a pedepselor atunci când sunt încălcate regulile, evitându-se abordări ostile, neproductive;
4. asumarea rolului de adulți care acționează ca autorități și modele pozitive.

Astfel, adoptând o abordare ce implică întreaga școală, se evidențiază fără echivoc faptul că bullying-ul este o responsabilitate comună, iar diminuarea și eliminarea acestui fenomen depinde de calitatea implicării și colaborării dintre profesori, elevi și părinți.

Bibliografie:

Neacșu, I., Mareș, T., Nica, M., *Copilul și violența. Comportamente și responsabilități*, Editura Semne, București, 2006

Neamțu, C., *Devianța școlară. Ghid de intervenție în cazul problemelor de comportament ale elevilor*, Editura Polirom, Iași, 2003

ROLUL GRĂDINIȚEI ÎN PREVENIREA ȘI COMBATerea BULLYING-ULUI

*Elena Neagoe - profesor învățământ preșcolar
Școala Gimnazială Udrești, comuna Dănicei, județul Valcea*

Motto : „Educă azi, ca să nu vindecî mîine“

Poster realizat de preșcolarii Grădiniței Udrești

Fenomenul de bullying a existat dintotdeauna, și a fost ascuns sub preș multă vreme, însă în ultimii ani a devenit un fenomen din ce în ce mai periculos, și a captat atenția psihologilor, părinților și cadrelor didactice.

Bullying-ul este definit ca violență repetată, continuă, cu intenția de a face rău unui copil (sau grup de copii). Nu există un profil tipic al copiilor victime sau agresori, dar există profiluri de „risc”: copil în perioade dificile (divorț, doliu), introvertit, copil cu CES; sau un copil victimă a violenței în familie.

Grădinița este primul pas în prevenirea agresiunii la școală. Abilitățile psiho-sociale trebuie transmise de la o vârstă



fragedă . Prin urmare, la grădiniță, nu trebuie să uităm de emoții, reguli de civilitate, empatie și stimă de sine. La copiii mici, invidia, frustrarea, competiția se manifestă uneori foarte violent printr-o furie care poate fi irațională. Dacă în definiția agresiunii școlare intervine noțiunea de grup, la copiii mici, această noțiune este foarte fluctuantă: prieten într-o zi, dușman a doua zi. Noțiunea de apartenență la un grup evoluează în funcție de interesele copiilor. Conflictele au loc cel mai adesea „față în față” și grupul se implică rar în dezacordul dintre doi copii. Prin urmare, este ușor să interveniți într-o situație de agresiune între doi copii mici, oferindu-le un cadru și limite.

Copiii nu vin în grădiniță cu un model relațional de cooperare. Depinde de educatoare să îi învețe pe copii să-și identifice emoțiile (vocabularul emoțiilor), să le verbalizeze (sau să le exprime prin jocuri de rol) și să-i ajute să înțeleagă ce se întâmplă în mintea și corpul lor. Empatia trebuie transmisă (nu este un subiect de predat ci de transmis) prin promovarea jocurilor de cooperare. Este mai înțelept din partea educatoarei să responsabilizeze sau să propună o activitate de colaborare cu „dușmanul” decât să sancționeze sau să pedepsească. Datoria noastră de adulți este să învățăm copiii să gestioneze corect și sănătos conflictele cu alții copii și să accepte de mici diferențele dintre ei și ceilalți.

Depinde de măiestria educatoarei să gestioneze eficient astfel de situații, să transmită și să formeze comportamente pozitive pentru reglarea comportamentelor sociale și construirea unui climat pozitiv în grupul de copii

Recomandări și soluții în combaterea bullying-ului

Dacă în grupă există un copil care agrează:

- acordă importanță motivelor pentru care copilul recurge la acest fenomen;
- oferă-i un mediu sigur și prietenos;
- încurajează comportamentele pozitive;
- acordă-i atenție și inițiază jocuri la care să participe toți copiii din grupă;
- încurajează-l să-și exprime sentimentele și frustrările;

Dacă în grupă există un copil care este agresat:

- învață-l să ignore comportamentul de agresiune: „Nu-i răspunde și pleacă de lângă el/ea”;
- învață-l să-ți solicite sprijinul, explică-i că nu trebuie să copieze comportamentul agresorului sau să arate că-i este teamă: „Tu, copil isteț cum te știu, vei zămbi, te vei comporta civilizat, vei vorbi calm și îi vei spune că te vei juca cu el atunci când se va comporta frumos”;
- inițiază jocuri în care copilul învață ce să spună în situația respectivă și să se comporte diferit.

Exemple de activități desfășurate la grupa mea:

- „Cutia cu emoții” – implicarea copiilor într-un program zilnic de jocuri și activități liniștitoare în cadrul întâlnirii de dimineață. Jocurile vor fi integrate de cadrele didactice în activitatea curentă. Activitatea pornește de la prezentarea zilnică a unei cutii în care se află câte un tip de materiale diferite de la o zi la alta, cu ajutorul cărora vor exersa un joc sau vor realiza un produs care să îi ajute să se autoregleze atunci când simt diferite stări precum oboseală, furie, nervozitate etc. Copiii vor fi încurajați să dezvolte jocurile propuse cu idei proprii folosindu-se de materialele prezentate. Copiii sunt astfel încurajați să își exprime emoțiile și să caute soluții pentru eliberarea acestora în moduri pașnice și inovatoare.

- „Patrula spiridușilor” – formarea unei echipe de câte doi-trei copii pe zi care are următoarele responsabilități: oferă soluții pozitive comportamentelor inadecvate ale colegilor în timpul pauzelor de joacă, a jocului liber din clasă sau afară, oferă ajutor celor care au dificultăți în diferite contexte precum îmbrăcat, sarcini de lucru din timpul activităților zilnice etc.

- „Colțul de relaxare” – amenajarea în spațiul grupei/clasei a unui colț antistres în care copiii care simt nevoia unui moment de detensionare se pot retrage ca să se simtă în siguranță și să își poată regla stările de emoție;

- „Stop Bullying!” - realizarea unui poster cu un mesaj și imagini antibullying de către copiii din grupă.

Aplicarea sistematică a strategiilor de combatere și prevenire a bullyingului, ca părți sau momente în activitățile de la școală sau grădiniță ar putea să contribuie pe termen lung la formarea unor indivizi responsabili, autonomi și pregătiți pentru provocările societății .

Bibliografie:
www.salvaticopiii.ro
www.kidmagia.ro
www.paginadepsihologie.ro

FENOMENUL BULLYING - FORMĂ DE ABUZ EMOȚIONAL ȘI FIZIC

*Maria Oncea-profesor învățământ preșcolar
Grădinița cu Program Normal Știuca, județul Timiș*

Abuzul emoțional constă în expunerea repetată a unui copil la situații al căror impact emoțional depășește capacitatea sa de integrare psihologică. În această situație, abuzul emoțional vine din partea unei persoane care se află în relație de încredere, de răspundere sau de putere cu copilul. Ca modalitate concretă, o situație de abuz emoțional poate îmbrăca formă de umilire verbală și/sau nonverbală, intimidare, amenințare, terorizare, restrângerea libertății de acțiune, denigrarea, acuzațiile nedrepte, discriminarea, ridiculizarea și alte atitudini ostile sau de respingere față de copil.

Bullying reprezintă o formă de abuz emoțional și fizic, care are trei caracteristici:

- Intenționat – agresorul are intenția să rănească pe cineva;
- Repetat – aceeași persoană este rănită mereu;
- Dezechilibrul de forțe – agresorul își alege victima care este percepută ca fiind vulnerabilă, slabă și nu se poate apăra singură.

Fenomenul „bullying” este mult mai des întâlnit decât ne-am dori să credem. Se întâmplă pe coridoarele școlii, în curte, pe străzi și, din păcate, uneori și în sălile de clasă. Nedepistat la timp, bullying-ul poate lăsa traume și repercusiuni ireversibile asupra adaptabilității copilului în societate.

Care sunt cauzele bullying-ului?

Cazurile de bullying implică cel puțin un agresor și o victimă, iar, în unele cazuri, există și martori. Putem discuta despre bully-ing fizic, verbal, sexual sau psihic.

Expunerea la violență a unei persoane poate duce mai departe, precum „efectul fluturului” (o acțiune mică într-un anumit loc, la un anumit moment-dat, poate produce schimbări majore, exponențial amplificate, în alte zone) la alte fenomene de bully-ing, atât din partea agresorului, cât și din partea celui agresat. De multe ori, agresorul adoptă violența ca ultimă posibilitate de defulare și exprimare, fiind la rândul său abuzat ori neglijat. Cauzele cele mai des întâlnite care determină astfel de comportamente ale agresorului pot fi lipsa de empatie, egocentrismul, orgoliul, superficialitatea relațiilor umane, și, mai ales, expunerea și preluarea unor modele de comportament similare – de cele mai multe ori, copilul reproduce cu semenii săi ceea ce vede acasă.

Conform ghidului pentru facilitatori “ADOLESCENȚII – DREPTURI ȘI LEGI ” , „bullying-ul” se caracterizează prin:

- cel mai adesea are loc între persoane de vârste apropiate;
- poate implica multe lucruri, cum ar fi poreclirea unei persoane, ridiculizări, umiliri, excluderea cuiva de la o activitate sau jignirea persoanei, dar poate implica și violența fizică, precum loviri cu palmele sau cu picioarele;
- comportamentul este frecvent și se repetă, nefiind doar ceva spontan sau izolat. Este vorba de o hărțuire calculată și cu scop bine definit a unei persoane, ce poate avea loc, în cazuri extreme, pe

perioade lungi de timp, uneori chiar mai mari de un an. Deși este des întâlnit, comportamentul nu este unul inofensiv, ci neplăcut, amenințător, inacceptabil;

- comportamentul presupune un dezechilibru de putere – agresorul are puterea, în timp ce victima nu poate să se apere sau să oprească agresiunea;

- de cele mai multe ori, agresorul nu este singur, în preajma lui mai fiind și alte persoane care nu intervin. Astfel, agresorul consideră că este “aprobat” sau încurajat să continue, iar “recompensa” pe care o așteaptă este ca ceilalți să îl considere dur și să se teamă de el.

Pentru că bullying-ul nu este un simplu joc între copii, ci o experiență traumatizantă pentru toți copiii implicați, indiferent de rolul jucat: victimă, agresor sau martor, este foarte important să facem față, în școală, acestui fenomen.

Răzbunarea, violența fizică nu fac decât să intensifice conflictul și pot duce la vătămarea elevilor. Trebuie ca elevii să evite să se răzbune sau să răspundă hărțuirii cu violență. Este mult mai potrivit ca în locul violenței, elevul să apeleze la umor și să răspundă agresorului printr-o replică prin care să reducă tensiunea.

Cel mai potrivit este ca elevul să ignore agresorul și singura formă în care este bine să îi ignore pe agresori este aceea de a nu se lăsa afectat emoțional de ceea ce aceștia spun: să nu creadă și să nu ia în serios insultele sau injuriile lor.

Dintre tipurile de violență manifestate în școală, violența verbală este cel mai des întâlnită și se manifestă prin: amenințări sau intimidări pentru a obține unele beneficii sau pentru a-și demonstra superioritatea.

Acestea sunt destul de frecvente între copii, dar și în relația adulți-copii, atunci când adultul nu reușește să își impună autoritatea și să convingă copilul să urmeze un anumit comportament; critica neconstructivă, folosirea sarcasmului sau a insultelor atunci când sunt exprimate păreri referitoare la rezultatele obținute de victima; poreclele care jignesc și care fac referire la înfățișarea fizică, la clasa socială sau la apartenența etnică.

Toate acestea sunt modalități de umilire și de micșorare a stimei de sine a elevului;

tipetele sau cuvintele spuse pe un ton răstit. Pentru mulți oameni, un ton ridicat pare o urmare firească a frustrării sau a furiei. Când apare frecvent în relația cu un copil, poate avea efecte foarte puternice asupra echilibrului emoțional al copilului; învinuirile și reproșurile repetate. Apare frecvent tendința de a acuza victima pentru comportamentul pe care îl are agresorul: manipularea emoțională. Atunci când victima încearcă să iasă din relația cu persoana care o agresează verbal – să întrerupă prietenia, să îl ignore sau să iasă din grupul respectiv -, agresorul poate face apel la diverse modalități de manipulare a victimei; neîncrederea în deciziile victimei și descurajarea continuă.

Cu toții ne dorim școli în care relațiile de colaborare, colegialitate și prietenie primează. În fond, vorbim despre locul în care copiii obțin deprinderi esențiale și dezvoltă relațiile definitorii pentru viitorul lor.

Este necesar ca școala să rămână mediul sigur și prietenos unde copiii obțin cunoștințe și deprinderi esențiale și dezvoltă relații definitorii pentru viitorul lor.

Bibliografie:

Organizația „Salvați Copiii” din România și Spania, San Saturnino Italia, Universitatea Anglia Ruskin din Cambridge-UK, Colegiul Universitar Artesis Plantijn din Antwerp –Belgia;
Ghidul pentru a facilitatori ”ADOLESCENȚII – DREPTURI ȘI LEGI”, București 2014.

BULLYING, CARE SUNT EFECTELE ACESTUI FENOMEN ȘI CUM POATE FI STOPAT?

*Diana Valentina Opariuc-profesor învățământ preșcolar
Grădinița cu Program Prelungit "Prichindel" Suceava, județul Suceava*

Acest fenomen este foarte frecvent și răspândit în școlile din România, cât și la nivel național, mondial. Acest fenomen se referă la o agresiune foarte gravă, atât fizică cât și verbală care se repetă de foarte multe ori și implică un dezechilibru al puterii între două persoane, cel mai adesea se manifestă la copilași.

Ce înseamnă acest fenomen? Bullying-ul este un comportament nedorit, agresiv în rândul copiilor de vârstă școlară, care implică un dezechilibru de putere real sau perceput. Comportamentul se repetă sau are potențialul de a fi repetat în timp. Atât copiii care sunt hărțuiți, cât și cei care îi agresează pe alții pot avea probleme grave și de durată.

Bullying-ul în rândul școlarilor este cu siguranță un fenomen foarte vechi. Faptul că unii copii sunt hărțuiți și atacați în mod frecvent și sistematic de alți copii a fost descris în lucrări literare, iar mulți adulți au experiență personală în acest sens din zilele lor de școală. Deși mulți sunt familiarizați cu problema agresiunii/victimei, abia recent, la începutul anilor 1970, s-au făcut eforturi pentru a o studia sistematic (Olweus, 1973a, 1978).

Pentru o perioadă considerabilă, aceste încercări s-au limitat în mare parte la Scandinavia. Cu toate acestea, în anii 1980 și începutul anilor 1990, hărțuirea în rândul școlarilor a primit o oarecare atenție publică în Japonia, Anglia, Australia, Statele Unite și alte țări. Există acum indicii clare ale unui interes din ce în ce mai mare al societății, precum și al cercetării pentru problemele agresiunii/victimelor în mai multe părți ale lumii.

Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil/de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Un copil este etichetat, tachinat, batjocorit în cercul său de cunoștințe sau de către colegi care îl strigă într-un anume fel (făcând referire la aspectul fizic sau probleme de ordin medical/familial).

Uneori aceste tachinări se transformă în îmbrânceli sau chiar, în unele cazuri, în atacuri fizice. K. Rigby definește Bullying-ul ca dorința de a răni + acțiune dureroasă + dezechilibru de putere + (de obicei) repetat + utilizarea nedreaptă a puterii + bucuria evident din partea agresorului + sentiment de opresiune din partea victimei.

Într-un studiu realizat în Japonia autorul Kikkawa evidențiază că Bullyingul nu este o problemă simplă care apare în relații între agresor și agresat, dar este o problemă complicată care trebuie să fie rezolvată prin dezvoltarea mediului social al clasei, al școlii, a familiei precum și a societății.

Școala este locul în care copiii își dezvoltă propriile forțe, primesc cunoștințe noi, își formează personalitatea proprie, îi face pe copii să perceapă realitatea și lumea care ne înconjoară. Școala este mediul care educă în fiecare copil dorința de a reuși, de a depăși obstacolele.

Și totuși comportamentul bullying persistă și este foarte des întâlnit în mediul școlar, mediul pe care societatea contează cel mai mult în formarea unei personalități căreia viitorul îi aparține.

Bullying-ul este o formă a agresivității care este frecvent întâlnită în rândul școlarilor mici, manifestându-se printr-un comportament agresiv asupra unuia sau mai multor elevi din clasă, folosind insulte, porecle, minciuni, intimidări, amenințări în adresa cuiva sau chiar poate ajunge la acte de violență cum ar fi: lovirea, pocnirea, împingerea, trasul de păr, de urechi.

Ce efecte poate avea bullying-ul asupra copilului?

- Izolare socială.
- Răni produse la nivel fizic și efectele acestora.
- Afecțiuni ale pielii, probleme cu stomacul și inima.
- Un sistem imunitar scăzut.
- Apariția sentimentului de rușine.

- Tulburări ale somnului.
- Modificări ale obiceiurilor alimentare.
- Scăderea stimei de sine.
- Dureri de cap, de stomac.

Bullying-ul este un fenomen real, foarte răspândit, care afectează în mod negativ atât victima, cât și agresorul. Tocmai de aceea, acesta nu trebuie tolerat sub nicio formă.

Important de reținut!

Toți adulții, cadre didactice și părinți, care au legătură cu școala trebuie să fie vigilenți în a identifica acest fenomen și a interveni. O dată identificat fenomenul este necesar ca adulții să respecte cele 3 principii de intervenție:

1. SĂ ACȚIONEZE IMEDIAT.
2. SĂ-I OFERE CREDIT COPILUL AGRESAT.
3. SĂ IA MĂSURI PENTRU A DIMINUA PUTEREA CELUI CARE AGRESEAZĂ.

Bibliografie:

<http://wp.auburn.edu/educate/wp-content/uploads/2015/11/com>

<http://www.parintibuni.ro/index.php/Parenting-de-la-A-la-Z/bullying-ul-in-scoala-o-noua-ingrijorare-pentru-parinti.html>

<http://www.unicef.ro/media/fenomenul-bullying-cum-il-depistam-si-cum-il-combatem-pentru-scoli-mai-sigure/>

https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4757-9116-7_5

<https://www.stopbullying.gov/bullying/what-is-bullying>

BULLYING-UL ȘI CYBERBULLYING-UL

*Corina Florentina Pepenaru-profesor
Liceul cu Program Sportiv "Petruche Trîșcu" Craiova, județul Dolj*

Deși există și în limba română câțiva termeni care descriu acest cuvânt de origine engleză – „hărțuire”, „agresiune fizică, psihică și verbală”, „intimidare” – cuvântul bullying adăpostește sub umbrela sa toate celelalte semnificații exprimate în română, ba chiar și mai mult de atât. La origine, bully înseamnă „huligan”, iar comportamentul celui care se folosește de conotațiile sale se încadrează perfect în simptomatologia unei persoane pentru care regulile de bun simț și de comportare în societate sunt nule. Cei care recurg la toate aceste tehnici de tracasare extremă a unei alte persoane fac acest lucru din câteva motive întemeiate, în viziunea lor: pentru că au impresia că așa reușesc să capete mai multă importanță în ochii celor din jur, dar și pentru că, agresând copii mai mici decât ei, își manifestă o aparentă autoritate și superioritate.

N-a apus vremea **bullying-ului în forma sa convențională**, aceea în care personajele implicate se află față-n față, iar agresorul jubilează la vederea reacției victimei sale. Astăzi, la bullying-ul „clasic” se adaugă agresiunea virtuală sau cyberbullying-ul.

Ce este cyberbullying-ul?

Cyberbullying-ul sau hărțuirea online este bullying-ul relizat prin dispozitive mobile sau internet. Cyberbullying-ul este foarte neplăcut pentru că poate fi public, greu de dat jos de pe Internet și te poate afecta tot timpul, chiar și când ești acasă.

Chiar în momentul acesta, în care noi discutăm acest subiect, sute de mii de adolescenți și de copii de pe glob sunt conectați online. Fie că folosesc un laptop, fie că sunt conectați prin intermediul

tabletei sau al smartphone-ului, aceștia ascultă muzică, se uită la filme, se joacă, citesc, dar, mai presus de toate, socializează. Asta n-ar fi nicio problemă, dacă o parte dintre ei nu s-ar angaja în acțiuni de bullying îndreptate către alți adolescenți.

V-ați gândit că unele dintre victime și agresori pot fi chiar copiii noștri/voștri?

Cum se manifestă cyberbullying-ul?

Pentru ca părinții și cadrele didactice să poată identifica mai ușor formele de bullying virtual, atât în cazul în care au un copil/elev agresat, dar și în cazul în care hărțuitorul este chiar copilul/elevul lor, iată care sunt manifestările acestuia:

- e-mailurile cu conținut agresiv sau hărțuitor;
- folosirea rețelelor de socializare pentru a ridiculiza în public sau pentru a pune într-o lumină nefavorabilă o anumită persoană;
- crearea unei pagini virtuale (cont de Facebook, blog, cont de Twitter) dedicată persoanei hărțuite;
- trimiterea de mesaje pe telefonul cuiva, atât SMS-uri, cât și mesaje trimise prin intermediul unor aplicații online;
- distribuirea pe internet a unor informații private ale unei persoane, obținute de la terți;
- hack-uirea contului de mail al victimei și diseminarea datelor și a mesajelor private;
- răspândirea de mesaje sau de imagini cu conotație sexuală, care au victima în prim plan.

De ce este cyberbullying-ul atât de îngrozitor?

- mulțime de oameni pot să vadă ce se întâmplă sau chiar să participe;
- se poate să nu știi cine te hărțuiește pentru că acesta și-a creat un cont fals și trimite în mod anonim mesaje;
- este greu de îndepărtat pentru că este postat pe internet și poate fi ușor preluat sau salvat de alte persoane.
- este greu să scapi dacă simți nevoia să folosești tehnologia;
- conținutul poate fi văzut de foarte multe persoane;
- conținutul poate fi găsit de străini la o căutare Google;
- informațiile postate pe internet rămân online și nu mai ai controlul asupra lor.

Cum poate afecta cyberbullying-ul?

O persoană care este hărțuită online poate experimenta multe trăiri negative, precum:

- Sentimente de vinovăție;
- Persoana se poate simți prinsă într-o situație fără scăpare;
- Se poate simți singură, ca și cum nimeni nu o susține;
- Se poate simți exclusă;
- Sentimente de depresie, supărare și respingere de către grup;
- Sentimente de frică și nesiguranță;
- Anxietate și stres.

Ce să faci în cazul în care copilul/elevul tău este o victimă a cyberbullying-ului:

Ø Varianta ideală este ca cel mic să nu ajungă niciodată să fie o victimă a bullying-ului virtual, de aceea, recomandarea este ca părintele/profesorul să îi expună din timp situațiile în care s-ar putea afla vreodată, din punct de vedere al relaționării online cu alți copii. Totodată, părintele/profesorul trebuie să accentueze și faptul că, la cel mai mic semn de cyberbullying, copilul trebuie să ceară urgent [ajutorul](#) unui adult (părinte, învățător/profesor).

Ø Deoarece aproximativ jumătate dintre adolescenți au fost victimele unui act de cyberbullying și doar 1 din zece copii ajunge să le spună părinților/profesorilor că suferă din acest motiv, părintele ar trebui să [monitorizeze atent activitatea online](#) a copilului său, în momentul în care observă la el un comportament suspect. Subliniați faptul că victimele nu au nicio vină, nu vor fi supuse niciunei pedepse și spuneți-le să nu le fie teamă să prezinte faptele în mod corect. Învățați-i să nu divulge

parolele de la rețelele de socializare nimănui, să nu dezvăluie lucruri intime unei persoane cu care interacționează doar online, limitați accesul copilului la internet în camera sa și instalați calculatorul într-un spațiu din casă la care să aibă toată lumea acces. Dacă cel mic primește mesaje hărțuitoare, este recomandat să le salveze pentru a le avea ca dovadă în cazul unei confruntări cu agresorul.

Ø Sfaturi pentru copii/elevi:

- nu posta informații personale precum adresa sau numărul de telefon și nu le împărtăși pe acestea cu persoane necunoscute. Ai grijă ce tip de poze postezi sau distribui;
- păstrează-ți parolele doar pentru tine. Nu le spune nici măcar prietenilor;
- nu răspunde unor mesaje atunci când ești nervos sau supărat. Un răspuns din partea ta poate încuraja hărțuitorul să continue;
- deloghează-te pentru o perioadă de timp;
- raportează și blochează persoanele care te deranjează.

Bibliografie:

<https://oradenet.ro/viata-ta-online/prietenii/ce-este-cyberbullying-ul>

EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE disciplină opțională Suport didactic pentru cadre didactice Chișinău, 2019.



CHESTIONAR DE IDENTIFICARE A COMPORTAMENTELOR DE BULLYING LA ELEV

Angela-Carmen Plăcintar-profesor consilier școlar
C.J.R.A.E. Arad

Dragă elev,
Te invit, în cele ce urmează, să parcurgi întrebările din chestionarul de față și să răspunzi la fiecare dintre acestea. Răspunsurile tale sunt confidențiale, iar rezultatele chestionarului vor fi folosite în scop statistic.

A. LA ȘCOALĂ, ÎN CLASĂ...

1. Ce înseamnă pentru tine pauza dintre orele de la școală: (Încercuiește un singur răspuns)

- a. o modalitate de recreere;
- b. prilejul de-a socializa cu colegii de clasă;
- c. o modalitate de-a te amuza cu colegii pe seama altora;
- d. timpul pentru efectuarea temelor pentru școală;
- e. prilejul de-a butona telefonul;
- f. ocazia de a-ți consuma energia.

2. Care sunt lucrurile care îți plac cel mai mult în clasa ta?

a. relația pozitivă cu unul sau mai mulți dintre colegi - Completează spațiul alăturat cu numele lor

b. existența și respectarea regulilor clasei – Enumeră câteva dintre acestea –

c. faptul că suntem uniți și ne simțim bine ca grup – Enumeră câteva lucruri care dovedesc că sunteți un grup unit

3. Care sunt lucrurile care te deranjează cel mai mult în clasa ta?

a. relația ta negativă cu unul sau mai mulți colegi - Completează spațiul alăturat cu numele lor –

b. relația conflictuală dintre unii colegi - Completează spațiul alăturat cu numele lor -

c. nerespectarea regulilor clasei - Enumeră câteva dintre acestea -

d. modul în care este amenajată clasa - Enumeră câteva lucruri -

e. faptul că nu suntem uniți - Enumeră câteva lucruri care dovedesc că nu sunteți un grup unit

4. Care sunt comportamentele care stau la baza neînțelegerilor / conflictelor tale cu colegii? (Bifează răspunsurile corespunzătoare):

- ☐ ne lovim;
- ☐ ne jignim;
- ☐ ne certăm;
- ☐ ne furăm unii altora lucrurile;
- ☐ ne distrugem lucrurile unii altora;

o altele, care?

5. Crezi că ai și tu o parte de contribuție în relația conflictuală cu colegii tăi? Dacă da, care este aceasta?

6. Care sunt comportamentele care stau la baza neînțelegerilor / conflictelor dintre colegii tăi (Bifează răspunsurile corespunzătoare):

- ☐ se lovesc;
 - ☐ se jignesc;
 - ☐ se ceartă;
 - ☐ își fură lucrurile;
 - ☐ își distrug lucrurile unii altora;
 - ☐ altele, care?
-

7. Dacă ar sta totul în puterea ta (ca și când ai avea o baghetă magică), ce ai face astfel încât relațiile dintre colegii tăi să fie mai bune?

8. Există un Regulament al clasei?

- a. nu există reguli scrise;
- b. există reguli, dar s-a discutat prea puțin de ele;
- c. există reguli, dar mulți colegi nu le respectă;
- d. nu le țin minte.

9. Care crezi că este motivul pentru care nu sunt respectate regulile clasei?

- a. nu sunt stabilite sancțiuni pentru încălcarea regulilor
- b. sunt stabilite sancțiuni, dar elevii nu le știu
- c. nu sunt aplicate sancțiuni
- d. sunt aplicate sancțiuni, dar elevii:
 - ☐ nu se tem de acestea;
 - ☐ nu îi afectează;
 - ☐ nu le pasă.

10. Dacă ar sta totul în puterea ta, ce ai face pentru ca regulile clasei să fie respectate de către toți colegii tăi?

ÎN MEDIUL ONLINE...

11. Există persoane care te deranjează și te hărțuiesc online, prin utilizarea internetului, tehnologiilor interactive și digitale sau a telefoanelor mobile?

- ☐ DA
- ☐ NU

12. Dacă da, bifează acele agresiuni de care ai parte în mediul online. Bifează răspunsurile corespunzătoare).

- ☐ mesaje ofensatoare, nepoliticoase și jignitoare într-un mod abuziv;
- ☐ publicarea comentariilor răutăcioase sau umilitoare cu privire la postări, fotografii, și pe chat;
- ☐ manifestarea unui comportament ofensator pe site-urile de jocuri;
- ☐ postarea sau trimiterea de informații false și rău-intenționate despre mine unei/unor alte persoane;
- ☐ utilizarea de fotografii personale, cu scopul de a mă ridiculiza, de a răspândi zvonuri false și bârfe despre mine;
- ☐ folosirea identității mele în mediul online (prin spargerea de contului personal: email, rețele sociale etc.) cu scopul de a trimite sau posta un material jenant despre mine altor copii;
- ☐ realizarea de către agresor a unui cont / profil fals (pe rețele sociale, aplicații sau website-uri) cu utilizarea fotografiilor / materialelor video ale mele, în scopuri neadecvate;
- ☐ păcălirea mea în a oferi informații personale / intime, fotografii sau materiale video cu scopul de a le distribui, ulterior, altor persoane;
- ☐ trimiterea de mesaje care includ amenințări de vătămare, hărțuire, intimidare;
- ☐ obligarea la alte activități online, care te fac să te teami pentru siguranța ta;
- ☐ provocarea fără motiv, lansarea unei discuții cu scopul de a crea un conflict de idei între mine și acea persoană.

13. Care sunt stările emoționale pe care ți le provoacă aceste activități din mediul online? (Bifează răspunsurile corespunzătoare)

- ☐ sentimente de vinovăție;
- ☐ mă simt prins/ă într-o situație fără scăpare;
- ☐ mă simt singur/ă, ca și cum nimeni nu mă susține;
- ☐ mă simt exclus/ă;
- ☐ am sentimente de depresie, supărare și respingere de către grup;
- ☐ am sentimente de frică și nesiguranță;
- ☐ simt anxietate și stres;
- ☐ simt furie;
- ☐ mă simt neputincios/neputincioasă.

14. Dacă ar sta totul în puterea ta (ca și când ai avea o baghetă magică), în ce mod ai acționa, astfel încât să dispară comportamentele nedorite din mediul tău online?

ÎN FAMILIE...

15. Care sunt comportamentele care stau la baza neînțelegerilor / conflictelor dintre părinții tăi? (Bifează răspunsurile corespunzătoare):

- ☐ se lovesc;
 - ☐ se jignesc;
 - ☐ se ceartă;
 - ☐ nu se ajută în treburile casei;
 - ☐ nu au bani suficienți;
 - ☐ din cauza mea;
 - ☐ altele, care?
-

16. Care sunt comportamentele care stau la baza neînțelegerii / conflictelor tale cu părinții tăi?

- ☐ nu îmi fac temele;
- ☐ iau note proaste;
- ☐ refuz să particip la sarcinile casei;
- ☐ refuz să merg la culcare când spun ei;
- ☐ caut să îi domin și să fac cum vreau eu;
- ☐ îi jignesc;
- ☐ îi lovesc;
- ☐ mă comport nepotrivit la școală;
- ☐ folosesc prea mult timp tehnologia (telefon, TV, Xbox, laptop, etc.);
- ☐ nu le spun notele proaste
- ☐ altele, care? _____

17. Care este atitudinea părinților tăi, în fața comportamentelor tale care îi deranjează? Bifează răspunsurile potrivite și încercuiește litera M (mamă) sau T (de la tată), în funcție de cine îl manifestă în relația cu tine.

- ☐ părinții sunt prea ocupați cu alte treburi, ca să își mai bată capul cu mine
- ☐ trece ușor cu vederea – M, T
- ☐ mă ceartă - M, T
- ☐ mă bate - M, T
- ☐ mă înjură – M, T
- ☐ îmi ține teorie – M, T
- ☐ mă pedepsește - M, T
- Cum te pedepsește mama? _____
- Cum te pedepsește tatăl? _____

18. Dacă ar sta totul în puterea ta, ce ai face pentru ca părinții tăi să aibă relații mai bune între ei?

Îți mulțumesc pentru timpul acordat!

Materialul este însoțit de o prezentare care va fi susținută în cadrul conferinței (EXEMPLU DE BUNE-PRACTICI) și care poate fi accesată la următorul link:

https://docs.google.com/presentation/d/1Hal29kezj9S88W3Ur53OwwSn_5TzAwEooToTgldGXoQ/edit?usp=sharing

BULLYING-UL SI CYBERBULLYING-UL

Gabriela Popa-profesor

Liceul „Voievodul Mircea” Târgoviște, județul Dâmbovița

Bullying-ul și cyberbullying-ul sunt fenomene des întâlnite în societatea contemporană, mai ales în mediul urban. Fenomenul de cyberbullying s-a accentuat mai ales în cadrul orelor desfășurate în mediul on-line. Din acest motiv vă propun o activitate pentru a preveni aceste fenomene la nivelul școlii.

Scopul activității este înțelegerea conceptului de „bullying” și „cyberbullying”, identificarea și conștientizarea factorilor care pot determina comportamente de tip bullying.

Obiectivele proiectului sunt:

- Înțelegerea fenomenului de cyberbullying și caracteristicile sale din perspectiva celor 3 roluri implicate (victimă, agresor, martor);
- Folosirea lucrului în echipă pentru a îmbunătăți colaborarea între elevii clasei și a comunicării dintre elevi și profesori/directori;
- Identificarea a minim 6 soluții axate pe reducerea situațiilor de cyberbullying, câte 2 pentru fiecare rol implicat (victimă, agresor, martor);
- Identificarea unei propuneri de intervenție la nivelul instituției de învățământ care poate preveni astfel de situații între elevi, elevi-profesori și care reduce efectele negative ale fenomenului;
- Implicarea copiilor în reducerea fenomenului prin informarea online sau offline a altor elevi sau adulți interesați.

Materiale necesare: videoproiector, laptop, resursă clip video, coală de flipchart/ planșă, markere, post-ituri, pixuri etc.

Activitatea durează 2 ore.

Se vizionează de minimum 2 ori a clipul video integral. Pentru captarea atenției și identificarea comportamentelor de tip bullying elevii vor viziona filmul scurt intitulat **Dă BLOCK agresivității! Și "glumele" dor. Stop Cyberbullying!** (<https://www.youtube.com/watch?v=pSWz5DGEQXs>)

Clipul este împărțit în 3 secțiuni, câte una pentru fiecare rol implicat (pe rând, victimă, martor, agresor) și voi îl veți rula cu pauze între acestea pentru a fi un proces coerent pentru copii și a invita la reflecție după fiecare.

Se notează pe o planșă toate formele de bullying /cyberbullying.

Este știut că bullying-ul și cyberbullying-ul au loc în fiecare școală, indiferent de tipul de comportament sau de scara la care fenomenul are loc, dar ce contează și ce diferă semnificativ între școli este modul în care acestea îl gestionează în practica de zi cu zi. Pentru a construi sau crea un răspuns de succes la aceste fenomene trebuie să reflectăm și să discutăm modul de manifestare al bullying-ului și cyberbullying-ului și atitudinile față de acesta în școala voastră.

Se subliniază faptul că toate persoanele implicate în situații de cyberbullying au sentimente neplăcute, fie ele victime, agresori sau martori.

Elevii învață să ceară ajutor în cazul în care sunt parte a acestui fenomen persoanelor adulte- părinți, profesori, consilieri școlari sau chiar la CTRL AJUTOR asigurat de asociația SALVATI



COPIII. Elevii își vor transpune experiența câștigată în afișe pe tema proiectului sau completează un chestionar care se numește **Fenomenul bullying - mit sau realitate**, unde trebuie să marcheze cu *Adevărat* sau *Fals* afirmațiile referitoare la fenomenul de bullying/ cyberbullying.

Ca mijloc de evaluare a proiectului se folosește aplicația Kahoot.

<https://create.kahoot.it/share/bullying-si-cyberbullying/222e41b9-6f43-4024-97abe95049017e94>

Se folosesc și **alte resurse** precum:

https://padlet.com/dana_popescu82/rwxemph4rg527a9u

<https://wordwall.net/ro/resource/3531236/7-tipuri-de-cyberbullying>

<https://www.youtube.com/watch?v=YyDJafzuUK4>

<https://www.youtube.com/watch?v=iFlrCuSyhvU>

<https://www.youtube.com/watch?v=KhB6vle9M2c>

<https://www.pacerkidsagainstbullying.org/what-is-bullying/>

BULLYING-UL ÎN MEDIUL ȘCOLAR

Iulian Popescu – învățător-educator

Centrul Școlar pentru Educație Incluzivă „Sf. Vasile” Craiova, județul Dolj

Bullying-ul este un model de comportament, mai degrabă decât un incident izolat. Copiii care agresează au de obicei un statut social mai ridicat sau o poziție de putere percepută a fi mai bună, de exemplu în cazul copiilor cu vârste mai mari sau a celor percepuți a fi mai populari. Cei mai vulnerabili copii se confruntă cu un risc mai mare de a fi intimidați, iar studiile au observat faptul că aceștia provin din comunități marginalizate și din familii sărace sau au diferite etnii sau dizabilități.

În cadrul școlilor, dar nu numai, bullying-ul poate să apară în mediul real sau chiar în cel online. Cyberbullying-ul apare adesea prin intermediul paginilor sociale, dar și prin e-mail, SMS sau alte platforme online pe care copiii interacționează. Deoarece este posibil ca părinții să nu urmărească întotdeauna ceea ce fac copiii lor pe aceste platforme, poate fi dificil să se cunoască momentul în care aceștia sunt agresați sau când devin agresori.

Ce efecte există asupra copiilor?

Bullying-ul poate fi devastator pentru încrederea și stima de sine a copiilor. Acest fenomen poate avea efecte asupra copiilor intimidați, a celor ce intimidează și chiar a celor care doar asistă la evenimentele respective.

Bullying-ul este corelat cu multiple efecte negative, inclusiv impactul asupra sănătății mintale, a consumului de substanțe și a suicidului. Este important ca părinții și cadrele didactice să înțeleagă că intimidarea poate avea atât efecte pe termen scurt, cât și pe termen lung a tuturor celor implicați. În timp ce majoritatea cercetărilor cu privire la intimidare în școli se axează pe copiii și adolescenții hărțuiți, este important de reținut că și agresorii sau martorii sunt afectați tot în mod negativ. Astfel, pot exista consecințe negative psihologice, fizice și academice.

Efectele psihologice ale bullying-ului includ depresia, anxietatea, diminuarea stimei de sine, comportamente autodistructive (în special pentru fete), consum de alcool și droguri, agresiune și implicare în acte de violență (în special pentru băieți).

În timp ce bullying-ul poate duce la probleme de sănătate mintală pentru orice copil, cei care au deja dificultăți de sănătate mintală sunt chiar mai susceptibili de a fi intimidați și de a experimenta efectele negative asociate.

În plus, se observă faptul că elevii care au fost agresați în mediul online au avut niveluri și riscuri mai mari de depresie, gânduri suicidale, ostilitate și delinvența decât cei agresați în mediul real.

Efectele fizice ale intimidării pot fi evidente și imediate, precum rănilor suferite în urma unei agresiuni fizice. Cu toate acestea, stresul continuu corelat cu hărțuirea poate duce, de asemenea, la

probleme fizice în timp. De exemplu, un copil hărțuit poate dezvolta tulburări de somn, dureri de cap, dureri gastrice, palpitații, amețeli, dureri cronice și chiar fenomene de somatizare.

Trăirea frecventă a unor agresiuni poate afecta sistemul imunitar și poate afecta nivelurile de cortizol, un hormon asociat cu nivelurile crescute de stres. În plus, studiile imagistice au arătat că activitatea creierului poate fi afectată de intimidare, lucru ce poate ajuta la explicarea comportamentelor regăsite la copiii hărțuiți.

Cercetările au constatat că intimidarea poate avea un impact negativ chiar și asupra rezultatelor la învățătură. Astfel, copiii hărțuiți pot avea note mai mici, lucruri observate de la nivelul grădiniței și până la finalul liceului.

În ceea ce privește efectele resimțite de copiii care agresează și copiii care asistă la agresiuni, cercetătorii sunt nevoiți să mai realizeze anumite studii pentru a avea rezultate mai exacte. Totuși, studiile efectuate indică rezultate diferite în funcție de situație. De exemplu, rezultatele sunt diferite în cazul copiilor ce au susținut agresorul sau a celor care au apărut victima.

De asemenea, sunt importante și motivele pentru care unii copii au intervenit sau nu în agresiune. În orice caz, s-a constatat faptul că martorii pot prezenta anxietate și temeri de represalii, iar agresorii pot avea un risc mai mare de comportamente violente la vârsta adultă. Abuzul de alcool și de droguri în adolescență reprezintă alte efecte ce pot fi resimțite de elevii agresori.

Rolul părinților

Părinții joacă un rol extrem de important în ceea ce privește fenomenul de bullying. Dacă un copil este agresat, acesta are nevoie de îndrumare, dragoste și sprijin din partea părinților. De asemenea, părinții copiilor agresați trebuie să ia măsuri pentru a preveni agresiunile următoare.

În primul rând, părinții trebuie să fie atenți la anumite semne ce ar putea indica agresiunile fizice sau psihice. De exemplu, părinții pot observa echimoze și zgârieturi sau pot observa sentimente de tristețe, lipsa dorinței de a merge la școală, lipsa prietenilor și scăderea randamentului școlar.

Părinții trebuie să reprezinte un exemplu pentru copii. Ei trebuie să le arate acestora cum să își trateze colegii, făcând același lucru cu oamenii din jur. Este important de observat faptul că părinții reprezintă exemple pentru copii chiar și în mediul online. În plus, copiii doresc să fie ascultați deschis și calm, iar părinții trebuie să le acorde această șansă.

Părinții trebuie să le spună copiilor că îi cred, că sunt bucuroși că aceștia le împărtășesc suferințele lor și că doresc să îi ajute cât mai mult. Astfel, comunicarea reprezintă un element important prin care părinții pot detecta problemele avute de copiii lor și prin care îi pot ajuta.

Ce este de făcut?

Pentru a stopa fenomenul de bullying, acesta trebuie să fie înțeles cât mai bine de copii. Copiii care știu ce este intimidarea și hărțuirea pot să le identifice mai bine. Astfel, aceștia pot vorbi mai ușor despre bullying dacă acesta li se întâmplă lor sau altora. De asemenea, copiii trebuie să cunoască anumite modalități prin care să fie în siguranță față de bullying, dar și metode prin care să solicite și să obțină ajutor.

Copiii trebuie să discute cu un adult de încredere atunci când sunt supuși fenomenului de bullying sau când observa ca un alt copil este supus acestuia. Adulții pot oferi confort, sprijin și sfaturi, chiar dacă nu pot rezolva problema în mod direct. Elevii trebuie încurajați să raporteze intimidarea ori de câte ori o observa.

Copiii ce agresează trebuie educați cu privire la comportamentul lor dăunător, iar cei agresați trebuie să învețe să pună punct agresiunilor în mod adecvat. În orice caz, strategiile utilizate trebuie să fie lipsite de violență și trebuie să ofere siguranță ambelor părți.

Bibliografie:

1. Ferreol, G. și Neculau, A. (coord.) (2003), *Violența. Aspecte psihosociale*, Editura Polirom, Iași;
2. Jigău, M. (coord.) (2006), *Prevenirea și combaterea violenței în școală. Ghid practic pentru directori și cadre didactice*, Editura Alpha MDN, Buzău.

PREVENIREA FENOMENULUI DE BULLYING ÎN ȘCOALĂ -EXEMPLE DE BUNE PRACTICI-

Carmen Popescu-profesor

Colegiul de Industrie Alimentară "Elena Doamna" Galați, județul Galați

Deși a dobândit o amploare internațională, comportamentul de bullying poate fi combătut prin strategii bine alese în mediul școlar, dar și în viața de zi cu zi.

Primul pas îl reprezintă convingerea elevilor de a comunica orice acțiune violentă fizic sau verbal exercitată asupra lor. Adulții, respectiv cadrele didactice, vor cunoaște astfel situația cu care se confruntă și vor acționa în consecință. Cu toate acestea, copiii pot avea multe *motive* care îi împiedică să le spună adulților despre situațiile de bullying:

- le este rușine că au fost agresați;
- se tem de răzbunare;
- nu cred că adulții îi pot ajuta;
- au fost abuzați de adulți și cred că este ceva normal să fii abuzat;
- nu vor să fie etichetați ca „turnători” sau „trădători”.

În aceste situații, adulții trebuie să intervină, pentru că multe dintre cazurile de bullying pot degenera în evenimente care nu mai pot fi gestionate și este nevoie de intervenția specialiștilor.

O problemă nerezolvată poate conduce la un lanț de probleme din ce în ce mai greu de gestionat sau la gesturi extreme. Pentru a învăța cum să facă față experiențelor neplăcute, elevii au nevoie de o îndrumare corectă și clară din partea profesorilor și părinților.

Majoritatea strategiilor anti-bullying presupun existența a două *principii* pentru combaterea fenomenului:

- elevii trebuie să informeze profesorii atunci când au loc situații de bullying.
- pedepsirea agresorilor.

Măsurile anti-bullying din cadrul tuturor unităților școlare, care este indicat să fie prevăzute în R.O.I., ar trebui să vizeze următoarele aspecte:

- nu îi vom agresa pe colegii noștri;
- vom încerca să-i ajutăm pe elevii care sunt agresați;
- vom încerca să-i includem pe elevii care sunt excluși;
- dacă știm că cineva este agresat, îi vom spune unui adult din școală și unui adult de acasă.

Activitate practică pe echipe pentru prevenirea fenomenului de bullying-

Din experiența profesională vă prezint o activitate practică pe echipe, care a avut loc în sala de clasă din cadrul instituției Colegiul de Industrie Alimentară „Elena Doamna” Galați. Elevii clasei 9E au fost împărțiți pe 6 grupe formate din 4-5 elevi.

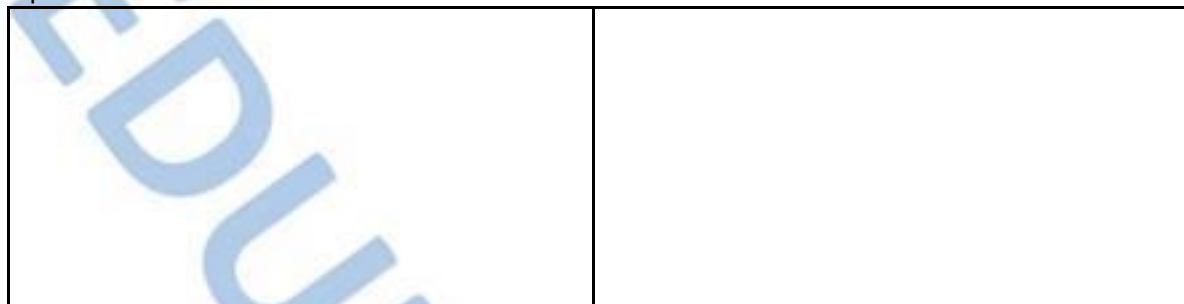
Obiectivele activității:

- identificarea soluțiilor și modalităților de intervenție care pot fi aplicate de elevi și de întregul colectiv pentru diminuarea cyberbullying-ului;
- prevenirea fenomenului de cyberbullying din perspectiva celor trei roluri implicate (victima, agresor, martor);
- realizarea pe o coală de flipchart a unui arbore pe frunzele căruia au fost lipite post-it-uri (bilețele) cu ce vor face diferit de acum înainte elevii pentru a evita situațiile de cyberbullying.

Materiale necesare desfășurării activității:

- coală de flipchart;
- planșă „Soluții victimă, agresor, martor”;
- planșă „Arborele soluțiilor de prevenire a fenomenului de cyberbullying”
- desene
- markere, pixuri etc.

Pe baza folosirii lucrului în echipă elevii au identificat minim 6 soluții axate pe reducerea situațiilor de cyberbullying, minim 2 pentru fiecare rol implicat (victima, agresor, martor). Grupele de elevi au notat pe un post-it ce vor face diferit de acum înainte pentru a evita situațiile de cyberbullying. Ei au lipit aceste bilețele ca frunzele unui arbore pe care l-au desenat în prealabil pe o coală de flipchart.



Prevenirea fenomenului “bullying” în mediul școlar trebuie să se refere la o serie de măsuri la nivelul școlii, dar și la nivelul clasei de elevi.

Astfel, în primul caz - *la nivelul școlii*, putem identifica câteva strategii:

- crearea unui sistem integrat de supraveghere a elevilor în școală;
- întâlniri periodice între cadre didactice, pentru dezvoltarea unor proceduri de intervenție în situații de bullying;

- crearea unei rețele de instituții suport;

- realizarea unor materiale de prevenire a fenomenului bullying;

- întâlniri periodice conducerea școlii - părinții reprezentanți ai claselor.

La nivelul clasei de elevi, pot fi identificate alte măsuri, precum:

- întâlniri periodice cadru didactic / diriginte - părinți - elevi;

- reguli împotriva fenomenului bullying - inserate în “regulile clasei”;

- activități / discuții despre bullying la ora de dirigiență;

- identificarea potențialelor victime și a potențialilor agresori.

După cum se poate constata, rolul profesorului - diriginte este unul major în prevenirea, identificarea, soluționarea situațiilor conflictuale din clasa de elevi. Colaborarea între cadrele didactice ale școlii și părinți poate “ține în frâu” acest flagel de anvergură internațională. Unul dintre cele mai eficiente moduri de a combate și preveni **fenomenul bullying** este să oferim elevilor „înțelepciunea” de a cunoaște cum să reacționeze față de agresori.

Astfel, colaborarea profesori - elevi se dovedește vitală în acest demers. În consecință, fenomenul bullying va dispărea repede, iar copiii vor fi mai fericiți și mai încrezători în ei înșiși, Scandalurile legate de agresivitatea din mediul școlar sunt niște exemple grăitoare despre cum acest fenomen poate ajunge la niște extreme. Este de datoria noastră, fie profesori, fie părinți, să gestionăm astfel de episoade violente și să reușim să reinstaurăm climatul de liniște și pace în mediul școlar, dar și în familie.

Concluzii -Combaterea bullyingului

În a doua parte a anului 2018, Asociația Telefonul Copilului a elaborat o serie de propuneri pentru implementarea unor politici publice privind recunoașterea formală a fenomenului bullying în școli și dezvoltarea de proceduri de identificare, intervenție și soluționare a acestuia.

Măsurile concrete propuse autorităților constau în: reglementarea consilierii psihologice în unitățile de învățământ, introducerea unor teme legate de bullying în curriculumul școlar în cadrul orelor de consiliere și orientare, dirigiență, ca subiecte de educație civică incluse în manualele aferente; monitorizarea audio-video a unităților de învățământ a grădinițelor, nu numai a școlilor; supravegherea video în spațiile publice din perimetrul instituțiilor de învățământ.

În noiembrie 2019 a fost promulgată legea care prevede interzicerea comportamentelor de tip bullying în toate unitățile de învățământ.

O a doua inițiativă legislativă, rezultat al propunerilor de politică publică înaintate de Asociația Telefonul Copilului și de partenerii acesteia, care conține soluții concrete pentru preîntâmpinarea episoadelor de bullying în școli, se află în circuitul de legiferare.

În decembrie 2019, Asociația Telefonul Copilului a organizat Forumul Național Anti-Bullying, primul eveniment din România dedicat dezbaterilor privind politicile publice pentru combaterea acestui fenomen în rândul copiilor.

Bibliografie:

1. Beldean-Galea, I.E., *Studiul calităților psihometrice ale unui chestionar de evaluare a fenomenului "bullying" la elevi* în Revista de Psihologie Aplicată, 12(1), pp.15-20, București, 2010.

2. Neamțu, C., *Devianța școlară - Ghid de intervenție în cazul problemelor de comportament ale elevilor*, Ed. Polirom, Iași, 2003.

www.desfiintatirecreatiile.ro/efectele-bullying-ului

www.oxfordlearnersdictionaries.co

[www.telefonulcopilului.ro/uploaded/stop bullying](http://www.telefonulcopilului.ro/uploaded/stop_bullying)

Asociația Telefonul Copilului lansează petiție online pentru adoptarea unor măsuri concrete împotriva bullying-ului în școli". Adevărul. 18 iulie 2019.

Asociația Telefonul Copilului organizează primul Forum Național Anti-Bullying din România".

BULLYING-UL: CE ESTE ȘI CUM ÎL PUTEM PREVENI?

*Ștefănescu Flori Daniela-profesor
Școala Gimnazială "Traian" Craiova, județul Dolj*

Rădăcinile etimologice ale cuvântului bullying se pot regăsi în secolul XVI, când "my bully" însemna "dragul meu", "iubitul meu", venind din cuvântul danez boele. Un secol mai târziu a apărut pentru prima dată cu sensul actual, dar abia în secolul XX acest cuvânt a dobândit definițiile academice folosite astăzi. Ca verb, to bully înseamnă: a intimidă, a speria, a domina, printre altele. „Bully” este o persoană care își folosește puterea și tăria sa pentru a speria sau răni persoanele mai slabe (Oxford Advanced Learners Dictionary, 2016).

Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil/de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Un copil este etichetat, tachinat, batjocorit în cercul său de cunoștințe sau de către colegi care îl strigă într-un anume fel (făcând referire la aspectul fizic sau probleme de ordin medical/familial). Uneori aceste tachinări se transformă în îmbrânceli sau chiar, în unele cazuri, în atacuri fizice. Există trei tipuri de bullying: verbal, social și fizic. Cel verbal include injuriile, poreclirea cu rol de a defăima, comentariile cu tentă sexuală, sarcasmul și amenințările. Bullyingul social are scopul de a păta reputația și de a dezechilibra relațiile de prietenie ale persoanei – victimă și constă în răspândirea de zvonuri defăimătoare, pentru a-l face pe celălalt să simtă rușine în public, sau în a le spune celorlalți să nu dezvolte relații de prietenie cu persoana – victimă. Bullying are trei caracteristici:

- Intenționat – agresorul are intenția să rănească pe cineva;
- Repetat – aceeași persoană este rănită mereu;
- Dezechilibrul de forțe – agresorul își alege victima care este percepută ca fiind vulnerabilă, slabă și nu se poate apăra singură.

Nedepistat la timp, bullying-ul poate lăsa traume și repercusiuni ireversibile asupra adaptabilității copilului în societate. Cazurile de bullying implică cel puțin un agresor și o victimă, iar,

În unele cazuri, există și martori. Totuși, în era vitezei, există și un alt tip de bullying: **cyber-bullying** sau **bullying cybernetic**. Aceasta pare a fi cea mai răspândită formă de bullying, ținând cont de puterea pe care social media o deține în ultimii ani. Prin intermediul rețelelor de socializare, bullyingul devine mai rapid, mai cunoscut și mai puternic. Manipularea, controlul, intimidarea, umilirea și stricarea imaginii publice sunt doar câteva dintre scopurile cyberbullying-ului. Spre deosebire de bullying-ul tradițional, o trăsătură specifică a celui din urmă este anonimatul frecvent al agresorilor cibernetici. Mediile electronice, precum internetul, telefoanele inteligente, email-urile, Facebook-ul și alte rețele de socializare, pot genera, cu ușurință, acțiuni denigratoare pentru elevi și nu numai. Aceste acțiuni pot include mesaje de intimidare, insulte, hărțuire sexuală sau ridiculizare și ocară.

Numeroși copii se manifestă astfel pentru a se simți puternici (când ceilalți se tem de ei). Pentru alți copii, comportamentul de bullying reprezintă o cale ușoară de a fi percepuți de ceilalți ca fiind „cool”. Dorința de a fi “la modă” derivă din nevoia de integrare în diferite cercuri de amici. Deseori, copiii se comportă astfel pentru a fi acceptați de cei cu o popularitate mai mare. Există și situații când copiii imită modelele învățate - ei acționează în același mod în care au fost tratați și ei în contextele lor de viață. Și mai există și categoria copiilor care interpretează greșit diferențele culturale și etnice.

De-a lungul timpului au fost efectuate mai multe sondaje în cadrul elevilor și adolescenților pe această temă. Astfel, în perioada octombrie 2011 - octombrie 2013, Asociația Telefonul Copilului a înregistrat un număr de 2.907 de cazuri de bullying în România. Conform informațiilor obținute prin intermediul Telefonului Copilului (116 111), fenomenul bullying este asociat următoarelor forme:

- bullying fizic - 45,72%,
- bullying verbal - 22,86%,
- bullying emoțional - 15,24%,
- bullying relațional - 14,28%
- bullying online - 1,90%.

Printre efectele fenomenului bullying, s-au înregistrat:

- ♣ depresii și tulburări de comportament (33,15%),
- ♣ excludere și dificultate în relaționare (29,78%),
- ♣ gânduri suicidale (15,17%),
- ♣ frică și anxietate (12,92%),
- ♣ criză de identitate (4,49%),
- ♣ criză de singurătate (4,49%).

Victimele fenomenului de bullying au fost astfel identificate: adolescenți (fete 12 - 17 ani - 28.58%, băieți 12 - 17 ani - 57.14%), dar și preadolescenți (fete 8 - 11 ani - 6.67%, băieți 8 - 11 ani - 7.61%). Deci, în mediul școlar, aceste grupe de vârstă sunt predispuse să sufere din cauza acestui flagel social, care a devenit viral în comunitățile școlare.

Care sunt cauzele bullying-ului?

Expunerea la violență a unei persoane poate duce mai departe, precum „efectul fluturelui” (o acțiune mică într-un anumit loc, la un anumit moment-dat, poate produce schimbări majore, exponențial amplificate, în alte zone) la alte fenomene de bullying, atât din partea agresorului, cât și din partea celui agresat. De multe ori, agresorul adoptă violența ca ultimă posibilitate de defulare și exprimare, fiind la rândul său abuzat ori neglijat. Cauzele cele mai des întâlnite care determină astfel de comportamente ale agresorului pot fi lipsa de empatie, egocentrismul, orgoliul, superficialitatea relațiilor umane, și, mai ales, expunerea și preluarea unor modele de comportament similare – de cele mai multe ori, copilul reproduce cu semenii săi ceea ce vede acasă.

Cum pot fi ajutați copiii-victime ale bullying-ului?

Pentru a stabili o relație deschisă, bazată pe cooperare, între copii și părinți este necesar ca părinții să reacționeze cu grijă și cu precauție la această situație, deoarece maniera în care părintele

abordează problematica va stabili deschiderea ulterioară a copilului spre a căuta suport în sânul familiei.

Copiii considerați victime ale bullying-ului pot decide ulterior să comunice cu cei care îi agrează, fie să le ignore comportamentul, să învețe să se focalizeze pe stabilirea altor relații de prietenie sau să acceseze suport în rândul colegilor sau al anumitor adulți (profesori sau consilieri școlari). Părinții pot deveni colaboratorii copiilor în această etapă, prin monitorizarea în echipă asupra progresului pe care îl resimte copilul în relație cu ceilalți copii agresori.

În continuare, dacă copilul manifestă semne de depresie sau anxietate prelungită, ori schimbări comportamentale necorespunzătoare, se recomandă discuții cu specialiști din domeniul dezvoltării copilului (psiholog, psihoterapeut, consilier educațional).

Cum pot interveni părinții, cadrele didactice și alți adulți semnificativi pentru a ajuta copiii să dezvolte relații sănătoase cu ceilalți:

oferă modele pozitive celor mici pentru a stabili relații de prietenie cu ceilalți copii (mijloace plăcute de a solicita integrare în activități de grup – este important să fie recompensat comportamentul adecvat);

ajută copiii să înțeleagă consecințele anumitor acțiuni, pe măsura înțelegerii lor. Încurajați copiii să comunice cu un adult în cazul în care sunt tratați de alți copii într-o manieră care îi face să se simtă inconfortabil, triști, agitați sau dacă au fost martori într-o situație în care alți copii au fost răniți; stabilesc reguli clare pentru comportament în grupuri de copii și monitorizează cu grijă interacțiunile cu ceilalți copii oferind intervenții rapide pentru a opri comportamente agresive.

Discuția părinți-copii, profesor-copii și consilierea specializată sunt metode de a contribui semnificativ în dezvoltarea relațiilor sănatoase între copii.

Recomandări și soluții de combatere – copilăria să rămână la locul ei

Cele mai multe beneficii în ceea ce privește erliminarea bullying-ului le-ar aduce schimbarea mentalității de la o vârstă cât mai fragedă. Acest lucru se realizează însă printr-un plan pe termen mai lung ce ia în calcul următoarele:

Metode non-formale de educare anti-bullying, cum ar fi jocurile de rol, prin care copiii să înțeleagă postura în care se expune fiecare parte a acțiunii de bullying și să conștientizeze consecințele grave pe care neglijarea le poate avea.

Abordarea subiectului, la nivel de profunzime, la orele de dirigentie din școli ori în cadrul orei de Consiliere și Orientare.

Organizarea de seminarii și dezbateri libere, întâlniri cu psihologi sau persoane care au fost parte a fenomenului bullying și care au reușit să depășească situația, ca exemplu de bună practică.

Anunțarea imediată, de către elevi, a unui adult (profesor, director, învățător, consilier școlar, mediator școlar, supraveghetor / părinte) ori de câte ori este constatat un act de bullying asupra unui coleg.

Cu toții ne dorim școli în care relațiile de colaborare, colegialitate și prietenie primează. În fond, vorbim despre locul în care copiii obțin deprinderi esențiale și dezvoltă relațiile definitorii pentru viitorul lor.

Este necesar ca școala să rămână mediul sigur și prietenos unde copiii obțin cunoștințe și deprinderi esențiale și dezvoltă relații definitorii pentru viitorul lor.

Bibliografie:

1. <http://www.asociatia-profesorilor.ro/fenomenul-bullying-in-mediul-scolar-si-masuri-anti-bullying.html>
2. <http://listen.animusassociation.org/wp-content/uploads/2016/09/manual-rom-web.pdf>
3. <https://www.arcadiamedical.ro/articol/cum-se-manifesta-bullying-ul-cum-reactionam-pentru-a-diminua-efectele-lui/>

BULLYING-UL – UN FENOMEN ÎNGRIJORĂTOR

Dana Ștefan - profesor

Roxana Stan -profesor

Colegiul Național "Nicolae Grigorescu" Câmpina, județul Prahova

Ca profesori, ne-am tot întrebat cum putem ajunge la climatul școlar ideal pentru a avea elevi fericiți!?! Fără ca aceștia să se simtă marginalizați, frustrați, uitați și, câteodată, batjocoriți de către ceilalți colegi? Climatul școlar ideal este dificil de definit, dar îl putem măsura în progresele unei societăți. Elevii care cresc sănătoși într-o școală sunt adulții responsabili de mâine, în ale căror mâini stă progresul unui popor care tinde către o civilizație prosperă.

Școlile cu un climat pozitiv favorizează dezvoltarea sănătoasă a copiilor, în timp ce un climat școlar negativ este asociat cu rate mai mari de agresiune, victimizare și un sentiment permanent de nesiguranță. Este, dacă vreți, acel simț care "se simte" de a fi într-o școală, care poate apărea dintr-un salut, felul în care un coleg îl privește pe celălalt, felul în care este rezolvată o problemă sau modul în care oamenii lucrează împreună, în cazul nostru referindu-ne la elevii care învață în aceeași clasă/școală).

Bullying-ul are loc peste tot, chiar și în școlile cu cele mai bune performanțe și este dăunător pentru toți cei implicați, de la ținta agresiunii, până la martori – și chiar până la bătașii înșiși. Care sunt cele mai bune practici pentru prevenirea agresiunii în școli? Sunt lucruri care "dau bătaie de cap" de zeci de ani fiecărui educator care ia în serios acest fenomen numit bullying". În primul rând, ar trebui asigurat un climat pozitiv în școli. Însă școlile nu pot face asta singure. Familiile contează foarte mult. Bullying-ul în școli apare uneori din practicile dure parentale sau din hărțuirea între frați acasă. Ceea ce văd acasă, li se pare normal să facă și la școală, părându-li-se firesc.

Chiar și locurile de muncă ale părinților contează. Adulții se confruntă cu hărțuirea la locul lor de muncă în aproximativ aceeași rată ca și copiii din școli și chiar se găsește în rândul profesorilor și în comunitățile în care trăiesc, dar și la persoanele în vârstă. Cu alte cuvinte, bullying-ul nu este doar o problemă a copilăriei sau a adolescenței; este o problemă omniprezentă. Și copiii nu sunt protejați de lumea socială mai largă – hărțuirea copiilor care aparțin unor grupuri vulnerabile.

În cele din urmă, avem nevoie de o schimbare substanțială a mentalității noastre cu privire la importanța copiilor și a sentimentelor lor. Copiii au mai multe șanse să prospere atunci când le cultivăm umanitatea și le oferim limbaj și strategii și valori care să-i ajute să-și identifice, să exprime și, astfel, să-și regleze sentimentele. Atunci când părinții, profesorii și societatea întregă dobândesc o nouă conștientizare cu privire la rădăcinile complexe ale hărțuirii și adoptă noi strategii pentru abordarea acesteia, școlile pot deschide calea. Copiii contează pe noi, pe cei care putem schimba în bine acest fenomen care-i marginalizează și îi fac nefericiți.

Statisticile internaționale arată că unul din trei elevi este hărțuit în mod regulat de colegii săi de la școală. Violența în școală este un fenomen complex și cu mai multe fațete. Include violența fizică, psihologică și sexuală între colegi, inclusiv hărțuirea și hărțuirea cibernetică, precum și violența comisă de profesori. Violența școlară și bullying-ul au consecințe majore: afectează puternic învățarea elevilor și pot duce la absenteism, abandon școlar, depresie și chiar sinucidere. Ceea ce poate părea hilar, este că acești copii nu spun ceea ce li se întâmplă, nu povestesc nimănui, fie din rușine, fie din teama de a nu fi stigmatizați de către o societate care nu găsește soluții.

Cele mai recente dezbateri strategice (conferințe, simpozioane, webinarii, seminarii etc.) sunt menite să facă un bilanț în ceea ce privește tendințele internaționale și naționale și cauzele existente. Toate s-au concentrat pe modul de prevenire a violenței în școală și pe responsabilitățile respective ale guvernului, factorilor importanți din educație (Ministerul Educației, inspectorate școlare, directori de școli, asociații de părinți, profesori), dar și organizațiilor societății civile.

Bullying-ul îi afectează pe unii elevi mai mult decât pe alții. Copiii care sunt percepuți a fi diferiți în orice fel sunt mai susceptibili de a fi hărțuiți. Unele date arată, de exemplu, că elevii proveniți din medii sociale defavorizate și vulnerabile (afecțați de sărăcie, familii monoparentale, de etnie rromă etc.) sunt mai susceptibili de a fi hărțuiți decât colegii lor nativi. Acești copii sunt mult mai predispuși au, de asemenea, mai multe șanse să se confrunte cu hărțuirea (fizică, verbală) până la depresie, decât colegii lor nativi.

Statisticile sunt îngrijorătoare: ele arată că fenomenul este mai complex. Copiii sunt hărțuiți în mod sistematic, iar unii dintre ei povestesc abia atunci când devin adulți de jigniri și de experiențele neplăcute pe care le-au avut ca adolescenți. Cum spuneam mai sus, există anumiți factori cheie care îi fac mai vulnerabili. Aceștia includ prejudecățile larg răspândite în ceea ce privește, de exemplu, părerile pe care și le fac unii oameni, inclusiv în rândul părinților și profesorilor despre copiii care aparțin unor medii considerate "rău-famate" și cărora nu li se dă nicio șansă încă de la primul pas e care-l fac într-o școală.

Vorbind la sesiunea UNESCO despre hărțuire, responsabilul superior de program UNESCO, Christophe Cornu, a declarat: „Hărțuirea este strâns legată de educația incluzivă, deoarece afectează, în mod disproporționat, copiii din grupuri care sunt vulnerabile pentru că sunt percepute ca fiind diferite. Va fi imposibil să se asigure accesul la educație de calitate pentru toți acești copii, dacă școlile nu sunt un mediu sigur pentru ei”.

Bibliografie:

- 1.Healy Karin , *Copiii sunt mai agresați în școlile de stat sau cele particulare?*, Articol Revista The Conversation, 2015.
- 2.Divecha Diana, *Care sunt cele mai bune modalități de a preveni bullying-ul în școli?*, Articol Revista Greater Good.Magazine, 2019.
- 3.UNESCO, Raport, *În spatele cifrelor: încetarea violenței școlare și a agresiunii*, 2019

INTERVENȚIA ÎN SITUAȚII DE BULLYING

Mihaela Stănescu-profesor învățământ primar
Școala Gimnazială "Traian" Craiova, județul Dolj

Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil/de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Un copil este etichetat, tachinat, batjocorit în cercul său de cunoștințe sau de către colegi care îl strigă într-un anume fel (făcând referire la aspectul fizic sau probleme de ordin medical/familial). Uneori aceste tachinări se transformă în îmbrânceli sau chiar, în unele cazuri, în atacuri fizice.

Bullying reprezintă o formă de abuz emoțional și fizic, care are trei caracteristici:

- Intenționat – agresorul are intenția să rănească pe cineva;
- Repetat – aceeași persoană este rănită mereu;
- Dezechilibrul de forțe – agresorul își alege victima care este percepută ca fiind vulnerabilă, slabă și nu se poate apăra singură.

Fenomenul „bullying” este mult mai des întâlnit decât ne-am dori să credem. Se întâmplă pe coridoarele școlii, în curte, pe străzi și, din păcate, uneori și în sălile de clasă. Nedepistat la timp, bullying-ul poate lăsa traume și repercusiuni ireversibile asupra adaptabilității copilului în societate.

Cele mai multe beneficii în ceea ce privește erliminarea bullying-ului le-ar aduce schimbarea mentalității de la o vârstă cât mai fragedă. Acest lucru se realizează însă printr-un plan pe termen mai lung ce ia în calcul următoarele:

1. Metode non-formale de educare anti-bullying, cum ar fi jocurile de rol, prin care copiii să înțeleagă postura în care se expune fiecare parte a acțiunii de bullying și să conștientizeze consecințele grave pe care neglijarea le poate avea.

2. Abordarea subiectului, la nivel de profunzime, la orele de dirigenție din școli ori în cadrul orei de Consiliere și Orientare.

3. Organizarea de seminarii și dezbateri libere, întâlniri cu psihologi sau persoane care au fost parte a fenomenului bullying și care au reușit să depășească situația, ca exemplu de bună practică.

4. Anunțarea imediată, de către elevi, a unui adult (profesor, director, învățător, consilier școlar, mediator școlar, supraveghetor / părinte) ori de câte ori este constatat un act de bullying asupra unui coleg.

Cu toții ne dorim școli în care relațiile de colaborare, colegialitate și prietenie primează. În fond, vorbim despre locul în care copiii obțin deprinderi esențiale și dezvoltă relațiile definitorii pentru viitorul lor.

Bullying-ul este una dintre cele mai complexe forme de comportament agresiv și violență. Cu toate acestea, nu fiecare act de violență este o acțiune de bullying. Conform studiului Organizației Mondiale a Sănătății privind comportamentul sănătos la copiii de vârstă școlară, bullying apare atunci când un elev este: „tachinat în mod repetat într-un mod care nu îi place... Dar nu este bullying atunci când doi elevi de putere sau autoritate similară se ceartă sau se bat. Nu este bullying nici atunci când un elev este tachinat într-un mod prietenos și glumeț”. (Craig et al., 2009)

Există o multitudine de instrumente utile de îndrumare, începând de la liste lungi de verificare, la ponturi simple, care vin în ajutor în intensificarea concentrării asupra incidentelor bullyingului și evidențierea riscurilor de bullying în cadrul școlii. Iată mai jos o listă de indicatori, listă compilată din lucrările mai multor autori. Fiți vigilenți și urmăriți simptomele situațiilor în care un elev:

- Lipsește des de la școală sau întârzie;
- Are probleme cu temele școlare și o scădere vizibilă a notelor;
- Este deseori singur și exclus de către restul elevilor din activitățile de grup în timpul pauzelor;
- Este pârît și nu este luat în serios de către ceilalți, de ex.: neapreciat din cauza aspectului său;

- Este ales ultimul în jocurile de echipă;
- Devine retras, pare supărat, nefericit, încordat, înlăcrimat, abătut sau neajutorat;
- Arată semne de schimbări neașteptate de dispoziție, de ex.: este tăcut, ursuz, retras;
- Devine deosebit de emoționat când trebuie să vorbească în fața întregii clase;
- Apare cu tăieturi, contuzii sau alte leziuni inexplicabile, haine sau obiecte personale rupte sau deteriorate;

- Deseori stă în apropierea unui adult.
- Refuză să spună ce nu este în regulă

Modelul simplu de intervenție în șase pași al lui Olweus:

Pasul 1: Opriți bullying-ul

Pasul 2: Sprijiniți victima agresiunii în așa fel, încât să-l permită redobândirea controlului asupra emoțiilor sale și „menținerea imaginii” (“save face”)

Pasul 3: Abordați agresorul, spunându-i comportamentului de bullying pe nume și explicând de ce este inacceptabil acest tip de comportament

Pasul 4: Responsabilizați spectatorii/observatorii prin apreciere sau informații referitoare la felul în care să acționeze în viitor

Pasul 5: Impuneți consecințe logice, non-violente.

Pasul 6: Dacă este posibil, discutați ulterior cu victima agresiunii pentru a vă asigura că bullying-ul s-a oprit

Abordările de alternative practice ale lui Rigby:

-Punerea la dispoziție și implementarea unor reguli clar definite pentru a pune în practică „consecințe” corespunzătoare pentru cei identificați ca persoane care au agresat pe cineva. Acestea pot varia de la pierderea unor „privilegii” sau impunerea unor „sarcini”, la detenție și suspendare sau exmatriculare de la școală.

-Consiliere. Aceasta poate include discuții informale cu agresorul în vederea schimbării comportamentului său. Sau ar putea implica o abordare mai structurată dintre care s-au sugerat două:

- Abordarea de ne-învinuire. Această abordare necesită adunarea grupurilor de copii care cuprind agresori. În mod normal vor fi implicați un număr de copii cu influență pro-socială. Se va descrie încercarea prin care trece victima, iar grupul este lăsat să vină cu o soluție responsabilă. Rezultatul este monitorizat atent.

- Metoda îngrijorării împărtășite. Aceasta necesită din partea consilierului împărtășirea cu membri individuali ai grupului a îngrijorării sale pentru „victimă” și provocarea unei promisiuni de acțiune într-o manieră specifică și pozitivă în interacțiunile ulterioare cu victima.

Bibliografie:

Tzvetina Arsova Netzelmann, Elfriede Steffan, Marina Angelova *Strategii pentru o clasă fără bullying*
Olweus D (1993), *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*, Wiley-Blackwell

FENOMENUL BULLYING ÎN ȘCOLI

Casandra Trandafir- profesor învățământ preșcolar
Grădinița cu Program Prelungit "Prichindel" Suceava, județul Suceava

Bullying-ul apărut în școli, este o problemă la nivel mondial care poate avea consecințe negative pentru climatul școlar general și pentru dreptul elevilor de a învăța într-un mediu sigur, fără teamă. Hărțuirea poate avea, de asemenea, consecințe negative pe tot parcursul vieții - atât pentru elevii care agresează, cât și pentru victimele lor. Deși o mare parte din cercetările formale privind hărțuirea a avut loc în țările scandinave, Marea Britanie și Japonia, problemele asociate bullying-ului au fost observate și discutate oriunde există medii de școlarizare formale, inclusiv în cele din România

Acesta este compus din comportamente directe, cum ar fi tachinarea, batjocorirea, amenințarea, lovirea și furtul, care sunt inițiate de unul sau mai mulți elevi împotriva unei victime. Pe lângă atacurile directe, hărțuirea poate fi, de asemenea, mai indirectă, determinând un elev să fie izolat social prin excludere intenționată. În timp ce băieții se angajează de obicei în metode de agresiune directă, fetele care agresează sunt mai predispuse să utilizeze aceste strategii indirecte mai subtile, cum ar fi răspândirea zvonurilor și impunerea izolării sociale). Indiferent dacă hărțuirea este directă sau indirectă, componenta cheie a hărțuirii este că intimidarea fizică sau psihologică are loc în mod repetat de-a lungul timpului pentru a crea un model continuu de hărțuire și abuz.

Elevii care se angajează în comportamente de agresiune par să aibă nevoie să se simtă puternici și în control. Ei par să obțină satisfacție din cauza unor răni și suferințe altora, par să aibă puțină empatie pentru victimele lor și adesea își apără acțiunile spunând că victimele lor le-au provocat într-un fel. Studiile indică faptul că băieții provin adesea din case în care se folosesc pedepse fizice, unde copiii sunt învățați să riposteze fizic ca o modalitate de a gestiona problemele și unde implicarea și căldura părinților lipsesc frecvent. Elevii care manifestă în mod regulat comportamente de agresiune sunt în general sfidătoare sau opoziționale față de adulți, antisociali și predispuși să încalce regulile școlii.

Spre deosebire de miturile predominante, băieții par să aibă puțină anxietate și să posede o stima de sine puternică. Există puține dovezi care să susțină afirmația conform căreia îi victimizează

pe alții pentru că se simt rău cu ei înșiși. Elevii care sunt victime ale agresiunii sunt de obicei anxioși, nesiguri, precauți și suferă de o stimă de sine scăzută, rareori apărându-se sau ripostând atunci când se confruntă cu elevii care îi agresează. Le pot lipsi abilitățile sociale și prietenii și sunt adesea izolați social. Victimele tind să fie aproape de părinții lor și pot avea părinți care pot fi descriși ca fiind supraprotectori. Principala caracteristică fizică definitorie a victimelor este că acestea tind să fie mai slabe din punct de vedere fizic decât semenii lor - alte caracteristici fizice, cum ar fi greutatea, îmbrăcămintea.

PROGRAME DE INTERVENȚIE

Bullying-ul este o problemă care apare în mediul social în ansamblu. Agresivitatea bătașilor apare în contexte sociale în care profesorii și părinții nu sunt, în general, conștienți de amploarea problemei, iar alți copii fie sunt reticenți în a se implica, fie pur și simplu nu știu cum să ajute. Având în vedere această situație, intervențiile eficiente trebuie să implice întreaga comunitate școlară, mai degrabă decât să se concentreze doar asupra făptuitorilor și victimelor. Mulți cercetători subliniază nevoia de a dezvolta politici de hărțuire la nivelul întregii școli, de a implementa măsuri curriculare, de a îmbunătăți mediul școlar și de a împuternici elevii prin soluționarea conflictelor, consiliere de la egal la egal și formare pentru asertivitate. În România, fenomenul de bullying pare a fi ignorat sau a fi tratat cu superficialitate. Există la nivel mondial numeroase ghiduri care ne-ar putea ajuta la întocmirea unui plan de intervenție eficient pentru a rezolva astfel de comportamente. Dintre ele ar fi:

- Un chestionar inițial poate fi distribuit studenților și adulților. Chestionarul ajută atât adulții, cât și elevii să devină conștienți de amploarea problemei, ajută la justificarea eforturilor de intervenție și servește drept punct de referință pentru a măsura impactul îmbunătățirilor asupra climatului școlar, odată ce alte componente de intervenție sunt implementate.
- O campanie de conștientizare a părinților poate fi desfășurată în timpul zilelor conferinței părinți-profesori, prin buletine informative pentru părinți. Scopul este de a crește gradul de conștientizare a problemei părinților, de a sublinia importanța implicării părinților pentru succesul programului și de a încuraja sprijinul părinților pentru obiectivele programului. Rezultatele chestionarului sunt făcute publice.
- Profesorii pot lucra cu elevii la nivel de clasă pentru a dezvolta reguli de clasă împotriva agresiunii. Multe programe angajează elevii într-o serie de exerciții formale de joc de rol și sarcini aferente care îi pot învăța pe acei elevi implicați direct în agresiune metode alternative de interacțiune. Aceste programe pot, de asemenea, arăta altor elevi cum pot ajuta victimele și cum toată lumea poate lucra împreună pentru a crea un climat școlar în care agresiunea nu este tolerată (Sjostrom & Stein, 1996).
- Alte componente ale programelor anti-bullying includ intervenții individualizate cu bătașii și victimele, implementarea activităților de învățare prin cooperare pentru a reduce izolarea socială și creșterea supravegherii adulților în momente cheie (de exemplu, pauză sau prânz). Școlile care au implementat programul Olweus au raportat o reducere cu 50% a bullying-ului.

Bullying-ul este o problemă serioasă care poate afecta dramatic capacitatea elevilor de a progresa academic și social. Este necesar un plan de intervenție cuprinzător care să implice toți elevii, părinții și personalul școlii pentru a se asigura că toți elevii pot învăța într-un mediu sigur și fără teamă.

Bibliografie:

1. Ahmad, Y., & Smith, PK (1994). *Bullying-ul în școli și problema diferențelor de sex*. În John Archer (Ed.), *VIOLENTĂ MASCULINĂ*. Londra: Routledge.
2. Batsche, GM și Knoff, HM (1994). *Bătașii și victimele lor: înțelegerea unei probleme omniprezente în școli*. Școala PSYCHOLOGY REVIEW, 23 (2), 165-174. EJ 490 574

3. Olweus, D. (1993). *Bullying la școală: ce știm și ce putem face*. Cambridge, MA: Blackwell. ED 384 437.
4. Sjostrom, Lisa și Stein, Nan. (1996). *Bully proof: Ghidul profesorului privind tachingul și bullyingul pentru folosire cu elevii de clasele a IV-a și a V-a*. Boston, MA: Wellesley College Center for Research on Women and NEA Professional Library. PS 024 450.), 3-25. EJ 460 708.

SOLUȚII CONCRETE PENTRU COPILUL AGRESAT ȘI PENTRU AGRESOR

*Daniela Trăneci- profesor învățământ primar
Școala Gimnazială Udrești, Dănicei, județul Vâlcea*

Definim bullying-ul ca un comportament ostil de excludere, de luare în derâdere, de umilire a unei persoane de către altă persoană sau grup de persoane. Obligatoriu trebuie să intervenim în situații de Bullying.

Cum recunoaștem o situație sau comportament de bullying?

- este intenționat, agresorul are clara intenție de a răni sau de a batjocori
- este repetat, aceeași persoană este umilită mereu și presupune un dezechilibru de forțe
- victima nu se poate apăra sau cei care umilesc sunt mai mulți din punct de vedere numeric.

Copiii trec începând de la grădiniță din mediul ocrotitor familial în mediul social, în microclimatul în care apare nevoia de apartenență și de validare. Copilul învață în mediul exterior familiei, cine este, cum este, este oglindit de alți oameni în afara părinților, iar acele experiențe și oglindiri devin primele cărămizi care vor clădi personalitatea și caracterul viitorului adult.

Care sunt cauzele situațiilor de bullying?

Comportamentele tip bullying trec de la tachinare și porecle spre izolare, umilire, distrugerea bunurilor, chiar lovire. Ne putem întreba în primul rând, ce îi face pe unii copii să recurgă la astfel de comportamente, să devină agresori, iar răspunsurile pot fi extrem de variate.

Există copii care provin din medii agresive, nu atât la nivel fizic, cât medii excesiv de competitive, copilul supraviețuind la propriu, într-o familie dominată de deviza „care pe care”. În această familie este cultivat sentimentul de forță, de supunere a celui de lângă. Părinții de multe ori își educă prin umilință copiii și îi constrâng prin forță să facă anumite lucruri, considerând asta „educație pentru reușita în viață”.

Alteori frații se constrâng între ei, existând o puternică rivalitate fraternă sau există chiar o lume de „tip junglă” a adulților, în care se cultivă dominația celui mai puternic. Sunt familii în care nu există cooperare sau toleranță ci doar conflict și asumarea supremației prin câștigarea conflictului. Copiii proveniți din astfel de medii ori perpetuează comportamentul devenind ei cei puternici în grupul școlar ori devin și la școală ținta glumelor și a ironiilor, așa cum poate sunt și acasă.

Copiii care agresează au învățat că a fi puternic înseamnă ca ceilalți să se teamă de tine. Așa cum ei se tem la rândul lor de o autoritate parentală, așa se vor impune și ei la rândul lor, atunci când au această ocazie.

O altă categorie de copii sunt cei „încărcați” de furie, de resentimente, de nevoi neîmplinite, cei care simt nevoia să beneficieze de atenție, fie pentru că acasă le lipsește atenția fie pentru că pur și simplu nu pot să se separe de atenția adultului, părându-li-se că dacă nu sunt în centrul atenției nu există. Aceștia nu pot de cele mai multe ori să atragă atenția prin fapte pozitive și atunci devin beneficiari ai întregii atenții prin lucruri negative.

Copilul agresor poate avea nevoia de a fi cool, un fel de a se afirma, o formă de a fi valorizat ca puternic, ca lider.

Copiii care resimt această nevoie, simt de multe ori nevoia să aparțină, sunt cei ai căror mediu familial este fragil sau slab sau pur și simplu simt nevoia să se identifice altfel decât prin valorile familiei

de origine. Nevoia de a demonstra și de a fi cineva este atât de mare încât copiii devin agresori pentru a stârni teama sau admirația.

Permisivitatea unui comportament agresiv poate duce mai târziu la perpetuarea acestei forme de afirmare și de multe ori la comportamente deviante sau delictive. De cealaltă parte, un copil care a fost victima unor abuzuri este predispus la abandon școlar, dar și la tulburări ca depresie, anxietate, tulburări de ordin alimentar etc.

Bullyingul afectează de multe ori toți participanții, atât agresorul cât și agresatul dar și martorii, care deși se simt ușurați că ei nu sunt ținta atacurilor, manifestă un comportament la fel de temător ca și victima, se tem să îi ia apărarea sau să fie văzuți în compania acesteia, atmosfera fiind una de intimidare, frică și tăcere. Copiii martori ai agresiunii ajung de multe ori niște adulți pasivi care se tem să intervină sau să-și apere convingerile de teamă că ar putea fi ei înșiși ținta unor posibile atacuri. Ei vor avea un comportament angoasat ca și cum mereu se poate întâmpla ceva rău.

Este nevoie să îi ajutăm pe copii să deprindă abilitățile sociale de a face față acestor comportamente. Se întâmplă de multe ori ca oamenii să aibă păreri proaste despre noi, dar noi putem să trecem aceste păreri prin filtrul propriei imagini de sine. Copilul trebuie să aibă o imagine de sine bună, întărită permanent de părinți. Părinții înșiși au nevoie de o imagine de sine bună, de a nu se percepe pe sine ca săraci sau divorțați sau inferiori sau „altfel”.

Părinții au în viața copilului un rol de filtre pentru experiențele acestuia, ei trebuind să traducă întâmplările trăite de copil și să îl învețe să facă față.

Cultivarea umorului, a capacității de simbolizare, de definire, de a da sens experiențelor este o modalitate bună de a trece prin experiențele sociale negative.

O experiență brutală poate fi tradusă de către părinte prin umor, prin povești, prin împărtășirea experienței personale.

Nu minimalizați experiența prin care trece copilul dar nici nu o exacerbați, nu faceți din întâmplările copilului rănila părintelui. De multe ori, lucrul cu agresorii aduce într-un grup mult mai multe beneficii decât lucrul cu victima.

Părintele trebuie să fie un ghid adult, un însoțitor puternic și înțelept. Un părinte care suferă sau se isterizează nu face decât să îl facă pe copil să se protejeze de adult și să nu-i mai împărtășească experiențele negative, fie să se protejeze de reacțiile nestăpânite sau imprevizibile ale părintelui, ținând departe de acesta experiențele de acest fel.

Sau, în alt context, copilul ar putea beneficia de atenția părintelui dacă devine victimă la școală, manifestând un comportament de dependență familială și de apartenență a unui mediu familial care se victimizează. În anumite cazuri ușoare de bullying, ignorarea comportamentului agresorului este mai utilă decât dacă se atrage atenția asupra acestuia, căci agresorul va avea exact ceea ce caută și anume atenție și recunoaștere.

În același timp, copilul nu trebuie să se simtă ignorat de către părinte, acesta e nevoie să fie empatic cu suferința reală a copilului, să nu-i spună „lasă că trece”, „lasă că și tu ești de vină” sau „lasă că nu-i mare lucru”. Copilul poate fi învățat tehnici ca: răspunsul paradoxal sau răspunsul printr-un compliment.

Exemple: „Sigur ca da, stiu că alerg prost” sau „mă bucur că ai observat că am ochelari” sau „știu că am o greutate peste medie dar mă bucur că tu ești ok din acest punct de vedere”. Aceste tehnici îl ajută pe copil să accepte că este ok indiferent ce spun alții despre el și că și celălalt este ok, poziționându-se într-o conduită matură și puternică.

Să nu uităm mereu că și copiii care agresează au nevoie de ajutor, ei se comportă așa dintr-un anumit motiv și de obicei, a fi agresor presupune o investiție mare de timp și de efort. Cum intervenim în situații de bullying are o foarte mare relevanță, căci de multe ori, lucrul cu agresorii aduce într-un grup mult mai multe beneficii decât lucrul cu victima.

Bibliografie:

1. Juvonen, J. & Graham, S. (Eds.) (2001). *Peer harassment in school*. New York: Guilford Publications.
2. Olweus, D. (2001). *Olweus' core program against bullying and antisocial behavior: A teacher handbook*. HEMIL-senteret, Universitetet i Bergen, N-5015 Bergen, Norway.
3. Olweus, D. (2002) *A profile of bullying at school. Educational Leadership*, Vol.60, pp. 12-17.

FENOMENUL BULLYING MODALITĂȚI DE REDUCERE A VIOLENȚEI ÎN ȘCOLI

*Floriana Cristina Tuică- profesor învățământ primar
Școala Gimnazială "Traian" Craiova, județul Dolj*

Pornind de la etimologia cuvântului, constatăm ca verbul "violare" înseamnă "a profana", "a transgresa", adică a depăși limitele impuse de lege. În dicționare, cuvântul violență trimite la ceea ce se efectuează cu o "forță intensă", brutală și adesea distructivă, la abuzul de forță pentru a constrânge pe cineva la ceva.

Potrivit tezelor lui Freud asupra frustrării, s-a constatat că violența este totdeauna urmarea unei frustrări și că o frustrare antrenează totdeauna un comportament violent.

Dintre sursele agresivității putem enumera:

- surse care țin de individ, de conduita și reactivitatea fiecăruia;
- atacul (provocarea directă) - fie fizic sau verbal, atrage un răspuns, frustrarea comportamentală a sa;
- durerea - cercetări multiple au evidențiat legătura directă dintre durerea fizică și morală, sau o răzbunare;
- aglomerația - în mijloacele de transport în comun, în spații de temperatură ridicată, unde apare comportamentul agresiv;
- alcoolul și drogurile;
- incestul; bătaia sau orice formă de agresiune sau pedeapsă fizică;
- surse ale agresivității din cadrul familiei.

Fenomenul violenței școlare trebuie analizat în contextul apariției lui. A gândi strategii, proiecte de prevenire a violenței școlare, înseamnă a lua în considerație toți factorii (sociali, familiali, școlari, de personalitate) ce pot determina comportamentul violent al elevilor. Școala poate juca un rol important în prevenirea violenței școlare. Pierre-Andre Doudin și M. Erkohen-Markus vorbesc de trei tipuri de prevenție pe care le poate asigura școala și care se completează reciproc: o prevenție primară, care se poate realiza foarte ușor de către fiecare profesor și se referă la dezvoltarea unei atitudini pozitive față de fiecare elev, exprimarea încrederii în capacitatea lui de a reuși; o prevenție secundară, ce pleacă de la faptul că școala reprezintă un post de observație privilegiat al dezvoltării intelectuale și afective a elevului, iar profesorul, printr-o observare atentă a acestuia, poate repera efectele unor violențe la care elevul a fost supus în afara mediului școlar; o prevenție terțiară, ce are în vedere sprijinul direct adus elevilor care manifestă comportamente violente; acesta urmărește prevenirea recidivei și presupune adoptarea unor măsuri după producerea comportamentului violent.

Complexitatea fenomenului de violență ne determină să vorbim nu doar despre violența în școală, ci despre violență în general, dat fiind faptul că între acestea există o legătură de determinare. Pe de o parte, de cele mai multe ori, copilul ia primul contact cu violența în sânul familiei sale extinzând apoi comportamentele violente și asupra altor persoane din mediul extra-familial (grup de prieteni, școală) pe de altă parte comportamentele violente învățate în mediul familial (de multe ori pe fondul neglijării copilului) se răsfrâng asupra membrilor familiei. Pentru a putea preîntâmpina și dezarma un comportament violent, trebuie mai întâi să clarificăm și să înțelegem conceptul de violență, să aflăm cauzele acesteia și în final să fie concepute măsurile de combatere și prevenire. Spre deosebire de

agresivitate care reprezintă potențialitatea ce permite dirijarea acțiunii și ține de gândire și analiză, fiind intrinsecă, violența este acțiunea în sine, dezorganizarea brutală a personalității sau colectivității și afectează atât individul cât și mediul în care acesta se manifestă.

Violența nu este ereditară, dar este contagioasă... În apariția și manifestarea violenței sunt implicați diverși factori ca: familia, grupul de prieteni, școala, televizorul, calculatorul, ziarele etc., factori care pot împiedica manifestarea actelor de violență în momentul în care sunt foarte bine controlați și în momentul în care între aceștia există o relație de colaborare, în vederea controlării și stopării violenței. Rolul deosebit de important în prevenirea și combaterea violenței îi revine familiei, aceasta fiind primul mediu în care se stabilește un anumit climat psihoemoțional cu tipuri expresive de comunicare și acțiune în interior și în relațiile cu mediul.

Familia constituie atât un mediu natural biologic, cât și socio-cultural, economic. Ea asigură satisfacerea unei game largi de trebuințe și aspirații (nevoi și așteptări ale membrilor săi).

Școala este a doua familie a copilului, este cea care îi receptează pe copii, fiind următorul mediu în care copilul își va desfășura activitatea. Aici este și locul unde comportamentele violente sunt mult mai repede descoperite, copilul fiind supus unor cerințe și reguli specifice mediului educațional, cu care de multe ori se întâmplă să intre în conflict. Totuși reușita în școală depinde și de familie, aceasta din urmă fiind cel mai important partener în educația copilului.

Familia este cea care cunoaște copilul cel mai bine fiind și cea care influențează și modelează personalitatea acestuia în ansamblu. Familia este cea care poate da detalii despre comportamentul copilului acasă, pe stradă, în diverse alte locuri, despre modul în care copilul își petrece timpul liber, despre anturajul copilului.

Modalități de combatere a violenței

Sfaturi de siguranță - cum vă puteți ajuta copilul să se descurce în astfel de situații:

- A păși mereu calm și încrezător

Oamenii de orice vârstă sunt mai puțin probabil să fie deranjați, dacă par calmi și încrezători. Practicați împreună cu copilul mersul cu spatele drept, dar nu tensionat, privind în jur cu o față relaxată și pășind încrezător.

- Nu da frâu liber sentimentelor

Este normal să te simți speriat sau furios atunci când oamenii încearcă să te intimideze, însă arătând frică, furie, agresivitate sau intimidare se pot crea probleme mai mari. Ajutați-vă copilul să își imagineze că este speriat, trist sau furios în timp ce practica mersul mai sus menționat, astfel încât sentimentele să nu îl copleșească.

- Evitarea conflictelor

Cele mai bune tactici de auto-apărare se numesc "negarea țintei", care practic înseamnă "a nu fi acolo". Practicați împreună cu copilul o situație în care acesta trebuie să evite un posibil conflict prin a se retrage încrezător și cu grijă, fără ca sentimentele să îl dea de gol.

- Totul are o limită

Învățați copilul să își așeze mâinile în fața pieptului și să spună cu o voce clară, calmă și fermă "Stop!". În același timp, copilul trebuie să aibă o statură dreaptă, să își privească agresorul în ochi cu o față calmă și să folosească un ton al vocii clar și calm (exersați tonul vocii pentru a nu se simți agresivitate sau amenințare).

- Filtrarea cuvintelor jignitoare

Cuvintele urâte sunt dureroase, în special pentru cei sensibili. Ajutați-vă copilul să își imagineze ca prinde acele cuvinte în mână și le aruncă, astfel încât ele nu ajung să îl rănească. Ideea de un ecran în jurul inimii și minții îi ajută de multe ori să filtreze aceste cuvinte jignitoare.

- Obținerea ajutorului

Copiii încă învață abilitățile sociale. Fără o îndrumare calmă a unui adult, se vor răni reciproc. Învățați copilul să obțină ajutorul unui adult dacă se află în imposibilitatea de a rezolva sau opri singur o

problemă. Deoarece adulții spun adesea "Rezolvă singur problema", învățați copilul să practice zicând calm și încrezător "am încercat să rezolv singur problema, dar se agravează. Vă rog să mă ajutați."

- Strategii și scenarii

Învățați copilul cum să reacționeze la nervi sau teamă. Dacă este agresat verbal sau fizic, să răspundă cu aceeași monedă, va pune gaz pe foc. Ceva simplu precum "Încetează!", "Stop", "Gata, e de-ajuns!" sau "Nu e deloc amuzant!", poate dezarma agresorul care abia așteaptă un motiv să continue "lupta".

Metode recente de evaluare, prevenire, intervenție în violența școlară la copii

Strategii de prevenire și combatere a violenței

- Cadrele didactice trebuie să observe comportamentul elevilor
- Rolul învățătorului este acela de a omogeniza colectivul, de a-i determina să-și respecte colegii și cadrele didactice.
- La nivelul clasei este indicată elaborarea unui regulament intern.
- În condițiile în care situațiile de violență școlară nu pot fi rezolvate în mod direct prin acțiunea efectivă și imediată a cadrului didactic, se impune formarea unei echipe (în cadrul căreia să fie incluse atât cadrele didactice cât și psihologul școlii, medicul, reprezentanți ai poliției, pompierilor, primăriei).
- O altă metodă de prevenire și combatere a violenței este elaborarea R.O.I., aducerea acestuia la cunoștința elevilor cât și părinților, precum și respectarea sa strictă.
- La nivelul școlii se pot înființa grupuri de dezbateri în care să se pună în discuție dificultățile muncii de formare a comportamentului prosocial al elevilor.
- Înființarea în cadrul școlii a unui centru de consultanță cu părinții și elevii unde să se poată depista, mediatiza, și dezbate acte de violență școlară.
- Ca măsură de constatare a gradului de violență în școală este indicată supravegherea elevilor cu ajutorul sistemelor video.
- Pentru a evita evoluția și perpetuarea violenței în mediul școlar, este necesar ca M.E.N să aibă o bună colaborare cu Mass-Media (C.N.A) și să semnaleze părinților impactul pe care vizualizarea emisiunilor necorespunzătoare vârstei îl are asupra copilului, căci sprijinul familiei este hotărâtor.

A elabora strategii, proiecte de prevenire a violenței școlare, implică a ține cont de toți factorii (temperamentali, sociali, familiali) care pot determina comportamentul violent al copilului. Școala are un rol important în prevenirea violenței și asta nu numai în condițiile în care sursele agresivității sunt în mediul școlar ci și în situația în care sursele se află în exteriorul granițelor școlii.

Bibliografie:

Cowan, K., & Paine, C. (2013, March) *Siguranța școlară. Ceea ce chiar funcționează. Principiul conducerii*, pp. 12–16.

Prevenirea violenței în școală-resurse pentru școli și profesori-Ghid pentru profesori, învățători și educatoare-2015-Erasmus

VIOLENȚA, OPUSUL DRAGOSTEI CREȘTINE

Melania Vică- profesor
Școala Gimnazială "Traian" Craiova, județul Dolj

Familia, școala și toate structurile sociale sunt afectate de secularizarea lumii contemporane. Din ce în ce mai mult în zilele noastre trăim într-o cultură a violenței. Diminuarea rolului Bisericii în viața cotidiană și scăderea încrederii în Dumnezeu au ca urmare degradarea relațiilor dintre oameni, nerespectarea principiilor morale, sporirea infracționalității, corupției etc.

Dacă vrem să înțelegem ce înseamnă agresivitatea, nu trebuie să căutăm în cărțile de specialitate în mod neapărat, este suficient să stăm ceva timp pe o bancă în parc sau să ne urcăm dimineața în mijloacele de transport în comun.. Vom vedea în aceste cadre cam tot ce am vrea să știm despre agresivitate, în special manifestările ei. Este obositor să suporti în fiecare zi manifestări agresive ale celor din jur, dar este trist când vezi toate acestea și la copii.

De ce ne comportăm de multe ori agresiv? Putem găsi tot felul de scuze: că sunt obosit, am avut o zi grea la serviciu, m-a enervat șoferul care nu m-a așteptat să ajung în stație, și lista poate continua. Astfel încercăm să scăpăm de vina pe care o simțim când ne dăm seama că poate am întristat pe cineva cu atitudinea noastră. Dar ce îi face pe copii să se comporte agresiv? Îi stresează cineva, sunt obosiți, ce se întâmplă cu ei?

Încă din copilărie suntem familiarizați cu expresii precum "bătaia este ruptă din rai" sau "unde dă mama/tata crește", care este interpretată și pusă în aplicare în mod diferit, de la familie la familie. Cert este că de multe ori se consideră că "o palmă sau o urechială" fac ca argumentele celor mari să fie mai bine ascultate, să aibă o greutate mai mare. Unii dintre copii ascultă în mod conformist, de frică, alții se revoltă, un lucru este însă cert... bătaia este asociată cu sentimente de umilință, revoltă, resentimente. În timp, copiii pot ajunge să considere că este normal ca în relațiile cu ceilalți să te simți sau să îi faci să se simtă umiliți, revoltați sau să fie acumulate resentimente. Aceasta cu atât mai mult cu cât anumite porniri agresive native ale copiilor este necesar a fi educate și nicidecum stimulate prin modele din familie.

Tot mai mulți tineri nu doresc să-și asume obligații. De multe ori, în loc să se preocupe de lucruri care cu adevărat le-ar dezvolta personalitatea, talentul, ei doar se distrează. "Școala vieții" continuă să îl învețe pe copil că este bine în anumite situații să fii agresiv, să jignești, să umilești pe celălalt, cu alte cuvinte, în concepția larg răspândită, să te aperi. Astfel de modele de reacție sunt întărite pe mai multe planuri, de la scenariile și personajele jocurilor video, a multora dintre filmele de acțiune sau chiar desene animate, la ceea ce putem observa în mod curent în jurul nostru – "dacă ataci tu primul, nu ajungi să fii călcat în picioare, dacă ai tu o atitudine dominatoare celălalt se poate intimidă și astfel obții ce vrei". Unul dintre efectele cele mai nocive în astfel de situații este că ajungem să acceptăm ca normală agresivitatea și să devenim insensibili atunci când ea se manifestă în relațiile noastre sau ale celor din jur.

Dacă în cazul violenței fizice lucrurile sunt mai ușor de observat și delimitat, în cazul agresivității psihice manifestările sunt uneori mai subtile, însă efectele dureroase, negative nu sunt deloc de neglijat. Dacă în ceea ce privește abuzul fizic știm în mare parte cum se manifestă, în cazul abuzului psihologic putem fi insensibili la formele sale, putând considera în mod pripit că sunt simple "scorneli psihologice".

„lubește-ți aproapele ca pe tine însuși”, acesta este îndemnul Bisericii. Suferințele, viciile și pornirile noastre necontrolate sunt cauzate de distanța dintre noi și Dumnezeu, care omoară cele mai nobile sentimente umane: dragostea, respectul și tandrețea. Cel care e stăpânit de ură și de furie își varsă amarul pe cei care-l înconjoară. Violența este urmarea numeroaselor patimi care ajung să stăpânească pe om ca niște tirani, robindu-l complet. Sfântul Grigorie Sinaitul încadrează mânia printre patimile sufletești, alături de cele ale poftei și ale rațiunii. Sfântul Vasile cel Mare compară mânia cu

un cuțit, care poate fi mânuit atât de ucigaș, cât și de chirurgul binefăcător. Mânia, care duce la întunecarea rațiunii și a sufletului, reprezintă o piedică evidentă în comunicarea cu Dumnezeu. Iar un suflet întunecat conduce, inevitabil, la ceea ce numim, astăzi, violență.

Astăzi, cea mai afectată funcție a familiei este cea educativă. Dacă o familie organizată și integră contribuie la sporirea religiozității și la formarea unor buni cetățeni, lipsa acesteia deseori are efecte negative. Declinul autorității părinților și neînțelegerile din familie îi fac pe copii să piardă încrederea în părinți, în buna funcționare a organizării instituțiilor sociale. Copiii se îndepărtează de tradiții, de religie, devin sceptici, caută soluții de viață în altă parte. Persoana violentă este cea care trebuie adusă la izvorul dragostei pentru a fi tămăduită. Dragostea le lecuiește pe toate, ne ajută să-i privim cu alți ochi pe cei care provoacă durere și tot prin ea dobândim forțe de a trăi alături de acești înfuriați.

Într-un mediu lipsit de credință, de Dumnezeu, poți observa lucruri care te uimesc, ba chiar te înspăimântă. În fața acestei realități Biserica nu poate veni cu o altă soluție decât cea lăsată de Mântuitorul, pentru că „Iisus Hristos, ieri și azi și în veci, este același” (Evrei 13,8). Iar soluția este familia creștină ca comuniune în iubire.

Este adevărat că aceste lucruri sunt propovăduite de Biserică prin mijloacele restrânse pe care le are la îndemână, pe când milioane de oameni sunt îndemnați prin tot ce ne oferă societatea de azi: plăcerea trupească, violența, lăcomia de bani etc. Există multe curse înșelătoare, pe care noi trebuie să le evităm. Este ușor să te dedai plăcerilor și instinctelor, dar frumosul și chemarea umană constă anume în depășirea acestor porniri păcătoase.

Fie emisiunile televizate, fie viața unora din jurul nostru, adeseori sunt o caricatură a ceea ce ar trebui să fie. Iar „modelele desăvârșite” propuse de ei pot fi ispititoare, plăcute chiar, dar oare mesajul pe care-l propagă ne ajută cu adevărat să ne „descurcăm” în viață?

Pentru a transmite generațiilor viitoare valorile creștine autentice trebuie să ne preocupăm de cadrul moral, în care trăiește omul. Acest cadru este familia creștină.

Bibliografie:

Biblia sau Sfânta Scriptura, E.I.B.M.B.O.R., București, 2005

Biserica spune Nu Violenței, Editura *Cu drag*, Chișinău, 2011

Jigău, M. coord. – *Prevenirea și combaterea violenței în școală*, ghid practic pentru directori și cadre didactice, Buzău, Alpha MDN, 2000

Neamțu, Cristina - *Devianța școlară. Ghid de intervenție în cazul problemelor de comportament ale elevilor*, Editura Polirom, Iași, 2003

<http://www.ziarullumina.ro/>

BULLYING-UL ÎN MEDIUL ȘCOLAR

-exemple de bune practici-

*Simona-Mirela Deaconu- profesor învățământ primar
Școala Gimnazială "Traian" Craiova, județul Dolj*

Principalele nevoi emoționale ale copilului care nu pot fi satisfăcute într-un mediu social afectat de bullying sunt: nevoia de apartenență la grup și nevoia de a fi acceptat. Aceste două nevoi umane fundamentale au un impact major asupra dezvoltării psihice armonioase. Din nefericire, fenomenul social de bullying are ca principale particularități excluderea victimei din grupul de egali și intoleranța față de anumite aspecte ce definesc copilul ca fiind o persoană umană unică (aspect fizic, apartenența la un grup etnic etc.) Experții au atras atenția asupra faptului că bullying-ul afectează negativ, din punct de vedere psihologic, întreaga grupă/clasă de copii, nu doar victimele și agresorii.

În general, copiii victime prezintă o stimă de sine scăzută și un concept de sine negativ (nu se consideră suficient de buni). Ei se simt adesea anxioși, rușinați și chiar vinovați pentru ceea ce li s-a întâmplat. Relațiile lor de prietenie sunt adesea afectate din cauza unei frici sporite de a avea încredere în semenii lor.

Rolul profesorului este acela de a le insufla copiilor respectul față de ceilalți, de a le explica ce înseamnă a trăi în societate: a te înțelege reciproc, a asculta opiniile celor din jur, a exprima problemele în mod pașnic, nu violent, a-și controla pornirile nervoase.

În clasa pregătitoare am folosit diverse jocuri de rol, întâlniri non-formale, de educare anti-bullying, pornind de la o poveste frumos ilustrată, cu un mesaj moralizator care a captat atenția și interesul copiilor. Prin jocuri educative și strategii bine gândite, copiii au fost îndrumați să înțeleagă postura în care se expune fiecare parte a acțiunii de bullying și să conștientizeze consecințele grave pe care aceasta le poate avea.

A urmat apoi, în clasele mai mari, jocul educativ cu inimioare prin care copiii, folosind o bucată de hârtie roșie, au îndoit, pe rând, câte o parte din hârtie la rostirea unei expresii jignitoare, iar apoi la auzul fiecărei expresii pozitive, au desfăcut pliurile. Pe baza acestui exercițiu și-au dat seama de consecințele negative ale bullying-ului și efectele sale dezastruoase pentru cei mici, atât din punct de vedere emoțional cât și educațional. Copiii au dedus faptul că rănilor fizice se vindecă mai ușor, dar cuvintele lasă urme grele, chiar și după trecerea anilor.

Am concluzionat apoi că inima omului este ca o coală de hârtie. Impresia pe care o lași în acea inimă pe care ai rănit-o, va fi greu de șters precum "ridurile" de pe această hârtie. Chiar dacă vom încerca să corectăm greșeala, "semnele" vor rămâne. Uneori acționăm din instinct și, fără să ne gândim, "aruncăm" cuvinte pline de ură și ranchiună. Mai târziu, când revenim asupra celor spuse, ne pare rău. Și lucrul cel mai trist este că lăsăm răni și urme în multe inimi.

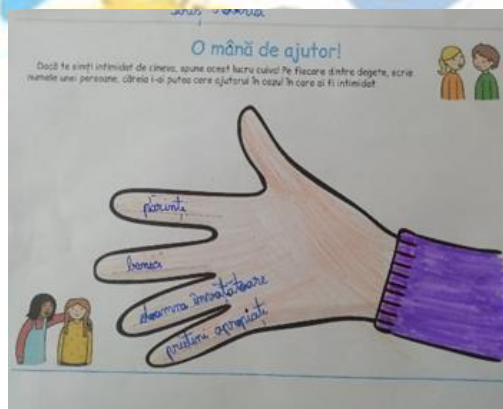
În vederea dezvoltării unei strategii de prevenire a comportamentelor violente am continuat cu alte câteva activități:

- *Be a buddy, not a bully!* în cadrul căreia elevii au fost împărțiți în grupe și au realizat postere plecând de la CUM ARATĂ/MIROASE/SE SIMTE BULLYING-UL. Fiecare grupă a prezentat în fața colegilor materialul realizat.



Această activitate i-a provocat pe copii să se gândească la bullying și la efectele pe care le poate avea asupra lor.

- *O mână de ajutor!* – pe o coală pe care era desenat conturul mâinii stângi, pe fiecare deget au notat numele fiecărei persoane la care știu că ar putea apela dacă ar fi victima unor acte de violență, dar și pentru a mări gradul de conștientizare cu privire la hărțuirea personală și felul în care trebuie acționat



- *Siguranța online prin povești tradiționale*- am abordat siguranța online prin povești tradiționale, oferindu-le copiilor o situație problematică pentru care trebuie să găsească o soluție. Raportarea la poveștile cunoscute a avut scopul de a scoate în evidență personajul negativ care se ascunde sub diferite identități. Cum nu putem controla amenințările și pericolele din mediul online, putem pregăti copiii pentru a le face față și pentru a nu cădea în

plasa unor persoane cu intenții rele. Aceste materiale au avut scopul de a expune diferite situații la care copiii vor trebui să găsească soluții.

- *Ziua Internațională a Siguranței pe Internet* – o prezentare interactivă în cadrul căreia am discuta cu elevii despre ce este Internetul, despre importanța acestuia dar și despre pericolele posibile și responsabilitățile fiecărui utilizator.

S-au prezentat beneficiile și riscurile mediului online, punându-se accent pe folosirea creativă, utilă și sigură a Internetului, precum și pe reducerea riscului de dependență prin relaționare pozitivă cu profesorii și colegii. Împreună am identificat alternative pentru petrecerea timpului liber și evitarea dependenței de Internet.

- *Dă BLOCK agresivității!, Micii exploratori digitali* - ateliere de lucru, vizionare de filmulețe în cadrul proiectelor lansate de Ora de net și Salvați Copiii.

Mi-am propus să promovez proiecte de învățare pe echipe, proiecte care să dezvolte abilități de rezolvare a conflictelor și să implice elevii în participarea la jocuri, jocuri de rol sau alte activități care să-i ajute să empatizeze, să înțeleagă alte perspective și să-și exprime emoțiile.

Consider că este necesar ca școala să rămână mediul sigur și prietenos unde copiii obțin cunoștințe și deprinderi esențiale și dezvoltă relații definitorii pentru viitorul lor, într-o lume mai bună, mai tolerantă. Împreună, prin fiecare acțiune pe care o facem, putem contribui la construirea unei școli prietenoase.

Resurse:

<https://oradenet.ro/>

<https://www.twinkl.ro/>