





FII AMBASADOR
AL NON-VIOLENȚEI

Dragilor mici și mari,

Am fi preferat să nu scriem această broșură despre violență, dar, din păcate, violența există și are efecte pe termen lung. Ne dorim să vă fim alături, să putem pune stop violenței, să ajutăm victimele, dar și agresorii.

Potrivit ultimului raport privind „Bunăstarea copiilor din mediul rural”, realizat de Fundația World Vision, copiii experimentează des violența și hărțuirea, chiar în școală, în familie.

1 din 5 copii consideră că nu este niciodată sau este doar uneori fericit.

71% dintre copii au spus că există violență la ei în școală.

1 din 3 părinți au recunoscut că țipă la copiii lor.

Prin urmare, alături de profesori, polițiști și colegii de la Agenția Națională Împotriva Traficului de Persoane am creat o serie de activități care să vă ajute în a gestiona agresorii, a identifica acțiunile de bullying și cyberbullying pentru a vă putea proteja. Dar, înainte de toate, să vă explicăm ce înseamnă bullying și cyberbullying.

Bullying este un act de hărțuire, agresivitate, violență, manifestat prin comportamente fizice, dar și psihologice, realizate de unul sau mai mulți copii asupra unui alt copil sau grup de copii, cu scopul de a intimidă, a răni, a domina.

Cyberbullying este bullying realizat prin folosirea mijloacelor digitale. Se desfășoară pe Internet (forumuri, rețele de socializare și comunicare de tip chat instant). Agresorii intimidează, umilesc sau amenință folosind mesaje, fotografii, răspândirea de zvonuri mincinoase. Atât bullying, cât și cyberbullying sunt fenomene cu consecințe grave, de natură fizică, psihologică sau psihosomatică precum: afectarea performanței școlare sau cauzarea unor tulburări de alimentație, depresie, anxietate, scăderea stimei de sine, abandon școlar, concentrare deficitară, tulburări de atenție, de memorie sau chiar victimele pot deveni agresori la rândul lor. Acest fenomen poate afecta și grupurile largite precum prietenii, membrii familiei, martori care empatizează cu victima sau chiar profesori. În cazul profesorilor, aceștia se pot simți neputincioși în diminuarea acestui fenomen și își pot pierde încrederea în capacitatea de a gestiona aceste situații și, astfel, pot resimți stări de oboseală cronică sau chiar depresie. Cu speranța că împreună vom reuși să facem încă un pas în a stopa violența între copii, vă invităm să fiți ambasadori ai non-violenței și să „Dați cu love, nu cu hate!”

Florentina Crețu, Psiholog World Vision România

„Aud mereu prin școală, în drumul spre casă, vorbe urâte, văd că se împing, își pun piedică. Un alt coleg, care are probleme de sănătate, este victimă și mi-am făcut o promisiune în cadrul unei sesiuni la care am participat ca membru în Grupul de Inițiativă Locală al Copiilor că voi încerca să am mai multă grijă de el și îl voi proteja de colegii care râd de el.”

- *Iulian, elev, Polenești*

„Părerea mea este că bullying-ul este un comportament urât față de o persoană, de exemplu atunci când jignești pe cineva. Îl întâlnim adesea în grupurile de prieteni sau la școală. Îmi aduc aminte că la mine în școală doi copii au început să se certe din cauza unui joc. Parte bună este că nu s-au bătut, dar a fost neplăcut că s-au jignit.”

- *Ștefania, elevă, Bălteni*

„Eu prin cuvântul bullying înțeleg 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. Am întâlnit un caz chiar la școală în care învăț, doi colegi s-au certat din cauza unor note scăzute la purtare și au început să se bată, dar din fericire, nu au fost lovituri așa grave căci au intervenit ceilalți colegi”

- *Ștefania, elevă, Zapodeni*

„Din perspectiva mea, bullying-ul reprezintă jignirile pe care o persoană le adresează altei persoane, ajungându-se de cele mai multe ori la certuri și violență. Am întâlnit o situație în școală la care învăț, unde 2 colegi au început să se certe din cauza notelor de la un test. Din fericire, nu s-a ajuns la bătaie, deoarece ceilalți colegi au intervenit imediat.”

- *Roberta, elevă*

„Pentru mine bullying-ul reprezintă un act de violență fizică, psihică sau verbală. Pentru cei mai mulți adolescenți școala este un mediu pentru descărcarea de frustrări. Asemenea probleme apar și din cauza unui dezechilibru în familie. Familiile în care există violență sunt un mediu optim pentru formarea unui mic agresor. O astfel de situație am întâlnit în școala mea atunci când doi colegi de clasă din medii total diferite au început o dispută din pricina jignirilor pe care și le adresau. Din fericire, acest conflict nu a degenerat datorită intervenției colegilor și a domnilor profesori. Astfel de situații sunt din ce în ce mai des întâlnite în ziua de astăzi, iar acest lucru nu poate fi decât unul îngrijorător.”

- *Mara, elevă, Draxeni*

„Eu consider bullying-ul o formă de agresivitate fizică sau șantaj emotional care se petrece între copii de diferite vârste. Această agresivitate atât fizică, cât și verbală poate fi inițiată de o persoană sau de un grup de persoane, în mod repetat, iar persoana care este victimă se simte lipsită de apărare în fața unor astfel de situații. La noi în comunitate sunt marginalizați copii de altă religie sau de altă etnie, cu posibilități sociale scăzute sau dizabilități fizice. Copiii care sunt victime ale acestor agresivități pot avea consecințe deosebit de grave. În astfel de situații noi încercăm să vorbim cu colegii, dar și cu familia acestora, anunțăm personalul didactic din școală, anunțăm autoritățile, iar pentru copiii mai afectați solicităm sprijinul unui psiholog care îi ajută mai ușor să depășească momentele neplăcute. De asemenea, vorbim și cu persoana agresivă pentru a vedea cu ce probleme s-a confruntat ca să găsim soluții împreună cu cadrele didactice și părinții de a veni în sprijinul lor și a le schimba comportamentul.”

- *Ștefan, elev, membru al Grupului de Inițiativă Locală a Copiilor*

Recomandări pentru părinți

Cum crești un copil care nu este agresor, nici victimă sau martor pasiv?

Mediul familial este un factor important în dezvoltarea copilului și influențează în mod semnificativ profilul comportamental al acestuia. Prin prisma a ce vede și învață în familie poate să devină victimă sau agresor.

Copilul tău poate deveni agresor dacă:

În casă lipsește legătura emoțională și afectivă dintre părinți sau dintre părinți și copii, copilul este martor la orice tip de violență, în special fizică și abuz în familie, lipsesc regulile clare de îndrumare a copilului.

Copilul tău poate deveni victimă dacă:

ești prea protector cu el/ea, copilul este foarte timid, nesigur și are o stimă de sine scăzută, este agresat fizic sau verbal de către membrii familiei, dacă nu îl/o încurajezi să vorbească despre ce i se întâmplă.



Părinții sunt cei care își pot ajuta copiii să facă față bullying-ului și cyberbullying-ului.

Chiar dacă ați fi tentați să recomandați copiilor dvs. să riposteze tot prin agresivitate, nu uitați că **violența naște violență** și urmările pot fi grave pentru cei implicați. Este important ca aceștia să știe cum să reacționeze în astfel de situații: în cazul violenței verbale aceștia trebuie să **ignore agresorul și să se îndepărteze** cât mai mult de acesta și să povestească cuiva apropiat cele întâmplate; în cazul violenței fizice, copilul trebuie să **se apere de lovituri, să se îndepărteze și să anunțe un adult.**



Cum faci dacă ești victimă?

Apără-te cu demnitate și curaj!

Chiar dacă atunci când ești intimidat sau ți-e frică, e dificil să ai curaj, uneori cea mai bună strategie în cazurile de bullying este să te comporți calm și prietenos. Vorbește-i agresorului pe un ton cât poți de egal, spune-i să se oprească, să te lase în pace. Dacă situația persistă, nu ezita să vorbești cu un profesor sau un adult despre situația în care te afli.



Fă-ți prieteni

În ceea ce privește bullying-ul, în doi e mereu mai bine decât de unul singur. Fă în așa fel încât pe drumul spre și de la școală, în pauză, în parc sau în oricare alt loc în care e posibil să întâlnești copii agresivi, să fii însoțit de unul sau mai mulți colegi sau prieteni.



Stăpânește-ți emoțiile

Este normal să simți supărare și furie, dar exact aceste tipuri de reacții își doresc să provoace agresorii. Unii copii încearcă tot felul de strategii de calmare a furiei, precum: număratul până la 10, scrierea unor cuvinte care exprimă mânia, respirația profundă sau pur și simplu plecarea din raza agresorului.



Ferește-te de agresiunea pe internet (cyberbullying)

Uneori, agresiunea poate lua forma mesajelor sau e-mail-urilor. Ca să eviți astfel de situații, ai întotdeauna grijă la informațiile pe care le faci publice, la ce postezi pe internet, la cine îți cunoaște parolele. Dacă ai primit un mesaj de amenințare sau intimidare, vorbește despre el cu un adult în care ai încredere.



Uneori, agresiunea poate lua forma mesajelor sau e-mail-urilor. Ca să eviți astfel de situații, ai întotdeauna grijă la informațiile pe care le faci publice, la ce postezi pe internet, la cine îți cunoaște parolele. Dacă ai primit un mesaj de amenințare sau intimidare, vorbește despre el cu un adult în care ai încredere.

Încearcă să urmezi aceste sfaturi pentru a nu ajunge într-o situație de cyberbullying!

NU oferi persoanelor întâlnite pe Internet informații personale despre tine și familia ta;

NU spune parola de la email-ul tău sau contul rețelei de socializare (Facebook, Instagram, Tik Tok, etc) altor persoane în afară de părinții tăi. Dacă le comunicii parolele altor persoane acestea pot trimite mesaje jignitoare în numele tău sau pot accesa site-uri interzise.

NU te teme de cei ce te amenință pe Internet ca să te determine să faci ceea ce doresc ei. Ei nu au putere asupra ta, doar te păcălesc. Ei au putere asupra ta doar dacă tu le dai voie. În realitate, singura lor putere este anonimatul. În fața unor adulți responsabili, precum părinții tăi, profesorii sau poliștii, medicii sau psihologii, agresorul tău se va dovedi mai neajutorat decât tine deoarece el se știe vinovat. Dacă te amenință că are acces la informații confidențiale, ca să îți arate că este bine informat, nu uita că în realitate are acces doar la informațiile care se găsesc foarte ușor pe internet și nu dovedesc nimic. Așadar, nu ezita să anunți un adult în care ai încredere!



Ce faci dacă îți dai seama că ești agresorul?

Dacă ai ajuns la concluzia că te porți agresiv cu alții și că ai vrea să te oprești, iată în continuare câteva sugestii:

E normal să nu placi pe toată lumea, cum nici tu nu ești pe placul tuturor. E normal să fim diferiți, iar asta face viața și mai interesantă, nu crezi?

Dacă nu agreezi o persoană, e ok, sunt altele care îți pot fi prieteni. Însă, comportamentul corect și civilizată față de toți colegii este obligatoriu!

Atunci când prietenii tăi sunt agresivi cu alți copii, le încalcă drepturile și sunt insensibili la emoțiile acestora, crește riscul ca și tu să adopți același fel de comportament.

E nevoie să te împotrivești presiunii grupului de prieteni și să începi să tratezi cu respect pe toată lumea, chiar dacă nu toți ceilalți sunt pe placul tău.

Propune-ți în mod conștient să reacționezi cu calm la orice percepi ca fiind o „provocare”, indiferent dacă vine din partea cuiva mai puternic, cu mai multă autoritate decât tine sau din partea cuiva mai slab.

Alege să simți compasiune și înțelegere, toleranță. Amintește-ți că ai puterea să îi protejezi pe cei din jur.

Cu siguranță îți place să ai prieteni și să fii apreciat. Mai știi vechiul proverb „cine se aseamănă, se adună”? Tu ce fel de persoane vrei să ai în jurul tău?

Ce poți face dacă ești martor?

Majoritatea oamenilor, când se confruntă cu o situație în care altcineva este victima agresiunii, rămân pe margine, alegând să nu se implice. Această atitudine se datorează, faptului că fiecare își imaginează că altcineva o să intervină și pentru că există teama de a nu deveni la rândul lor victime sau idea că, și dacă ar interveni, acțiunea lor oricum n-ar avea efectul dorit.

Cu toate acestea, atunci când nu acționezi, nu faci decât să participi indirect la agravarea problemei.

Evaluează situația și, dacă e cazul, spune-i agresorului să se oprească, pe un ton calm și egal, dar hotărât. Nu i te alătura agresorului. Ia-i victimei apărarea, fie vorbind cu agresorul, fie ajutând-o să se îndepărteze de locul respectiv.


Cheamă un adult care să intervină și să oprească agresiunea.

Roagă-i pe alți copii din jur să-l apere și ei pe copilul agresat.



Pe scurt

- 👍 Îi acceptăm pe toți colegii și încercăm să fim prietenoși.
- 👍 Vom încerca să-i ajutăm pe elevii care sunt agresați.
- 👍 Dacă știm că cineva este agresat, îi vom spune unui adult din școală și unui adult de acasă.
- 👍 Vom încerca să-i includem pe elevii care sunt excluși.



**Ce ție nu-ți place,
altuia nu-i face**
**Concurs, regulament
și calendar**

Vă lansăm provocarea să deveniți mai buni, mai înțelegători și mai deschiși cu colegii voștri, cu prietenii, vecinii, părinții și rudele. Și cei care reușesc să ne spună cel mai frumos cum au realizat această provocare vor câștiga premii surpriză: echipamente digitale, cărți, rechizite și multe alte surprize!

Cum participi: intră pe pagina de Facebook a World Vision România, la evenimente și descoperă regulamentul pentru concursul din zona în care locuiești!

De asemenea, vei avea un afiș în școala ta cu toate detaliile!

Jocuri – Să ne recunoaștem emoțiile!

Unește cu o linie situațiile de mai jos cu emoțiile pe care le-ai simți dacă ai fi în situația respectivă.

Ești invitat(ă) la ziua de naștere a unui coleg.

Cineva ți-a lipit gumă pe scaun și îți dai seama doar după ce te ridici. Toată clasa râde.

Prietenul tău cel mai bun este batjocorit de niște elevi mai mari.

Ai fost exclus din grupul de prieteni pentru că nu ai făcut ceva ce ei te obligau.

Furie



Tristețe



Rușine



Fericire



Găsește cuvintele care au legătură cu
bullying-ul în tabelul de mai jos:

M	J	H	A	R	T	U	I	R	E
A	A	G	R	E	S	O	R	I	J
D	J	L	O	B	C	H	U	K	L
U	U	D	B	X	D	G	S	M	O
L	T	B	U	L	L	Y	I	N	G
T	O	S	L	M	E	F	N	O	P
K	R	T	L	I	K	U	E	S	C
L	X	R	Y	P	Z	J	U	P	A
V	I	C	T	I	M	A	V	X	L
O	V	I	O	L	E	N	T	D	M

(bullying, agresor, calm, victimă, adult,
violent, rusine, hărțuire, ajutor)

Prietenii noștri, ambasadorii ai non-violenței

Fundația World Vision România

World Vision România este o organizație care desfășoară programe de intervenție umanitară de urgență, dezvoltare și advocacy, punând în centrul activității sale bunăstarea copilului. Organizația lucrează cu persoanele cele mai vulnerabile din lume. World Vision România face parte din parteneriatul World Vision International, prezent în aproape 100 de țări din întreaga lume. De 30 de ani în România, World Vision România a oferit sprijin pentru peste 560.000 de copii și adulți, în aproape 500 de comunități din 18 județe.

Pentru mai multe detalii: www.worldvision.ro

Inspectoratele Școlare Județene

Sunt servicii publice de concentrate ale Ministerului Educației, se organizează la nivel județean și acționează pentru realizarea obiectivelor educaționale prevăzute de Legea Educației în domeniul învățământului preuniversitar.

Își desfășoară întreaga activitate pe baza Legii Educației, a Statutului personalului didactic, a hotărârilor și ordonanțelor emise de Guvernul României, a tuturor actelor normative ce decurg din conținutul Legii Educației, precum și a ordinelor/precizărilor elaborate de Ministerul Educației.

Aplică politicile și strategiile, controlează aplicarea legislației și monitorizează calitatea activităților de predare-învățare și respectarea standardelor naționale/indicatorilor de performanță, prin inspecția școlară, controlează, monitorizează și evaluează calitatea managementului unităților și instituțiilor de învățământ, asigură, împreună cu autoritățile administrației publice locale, școlarizarea elevilor și monitorizează participarea la cursuri a acestora pe durata învățământului obligatoriu, coordonează admiterea în licee, evaluările naționale și concursurile școlare la nivelul unităților de învățământ din județ și, respectiv, din municipiul București.

Agencia Națională Împotriva Traficului de Persoane

Agencia Națională Împotriva Traficului de Persoane colectează și analizează date de la actorii guvernamentali și neguvernamentali care desfășoară activități în domeniul luptei împotriva traficului de persoane. ANITP dezvoltă campanii de prevenire a traficului de persoane și programe de facilitare a asistenței victimelor traficului de persoane. De asemenea, ANTIP facilitează participarea victimelor traficului de persoane la activitatea de urmărire penală și judecată în cooperare cu instituțiile cu atribuții în domeniu.

Pentru mai multe detalii: <https://anitp.mai.gov.ro>

Dacă sunteți într-o situație de trafic sau vă aflați în risc nu ezitați să sunați la TelVerde: **0800 800 678**

Inspectoratele de Poliție Județene

Întreprind măsuri pentru îmbunătățirea stării și practicii disciplinare, asigurând permanenta capacitate de intervenție și mobilizare a unităților de poliție. IPJ analizează sistematic starea infracțională, cauzele și tendințele acesteia, întreprinde măsuri pentru sporirea activității de prevenire, descoperire și combatere a infracțiunilor și a altor fapte antisociale.

Dacă sunteți victima unei infracțiuni, dacă ați asistat sau aveți cunoștință despre săvârșirea unei fapte antisociale adresați-vă de îndată celei mai apropiate unități de poliție. Întotdeauna cineva este pregătit să se ocupe de dumneavoastră. Timpul și informațiile utile ne sunt cel mai bun sprijin în lupta contra infracționalității.

Școlile partenere și copii

Peste 16300 de copii, cu vârste între 2 și 18 ani, din 42 de comunități rurale.

**Urmărește-ne pe rețelele de socializare
pentru a afla lucruri interesante și importante
despre cum te protejezi de violență:**



www.facebook.com/WorldVisionRomania



www.instagram.com/worldvisionro



Bibliografie:

<http://www.telefonulcopilului.ro/stop-bullying>

<https://www.anti-bullyingalliance.org.uk/>

<https://www.unicef.org/end-violence/how-talk-your-children-about-bullying>

Raportul de Bunăstare a copiilor din mediul rural, WVR, 2020