



Cofinanțat de
Uniunea Europeană



SAVE
School Anti-Violence Ecosystem

program coordonat de

World Vision
ROMÂNIA



GHID PENTRU GESTIONAREA SITUAȚIILOR ATÂT ÎN CLASĂ, CÂT ȘI ÎN AFARA ACESTEIA



**CONTRA
BULLYING**



Proiectul „Fii Prieten, Nu Agresor” este implementat de Asociația Focus on Youth, în cadrul Programului SAVE („School Anti-Violence Ecosystem”), coordonat de Fundația World Vision România și cofinanțat de Uniunea Europeană.

Durata proiectului: 8 luni

Valoarea grantului: 15.000 de euro

PARTEA I SĂ ÎNȚELEM FENOMENUL

1. CE ESTE BULLYING-UL?



Bullying-ul este un comportament repetitiv, intenționat, care se manifestă prin agresiune fizică, verbală sau psihologică, având ca scop intimidarea, vătămarea sau umilirea unei persoane mai vulnerabile. Acesta se distinge printr-un dezechilibru de putere între agresor și victimă, reprezentând un fenomen complex ce poate adopta diverse forme.

Bullying-ul reprezintă comportamentele prin care o persoană sau un grup de persoane cauzează în mod intenționat și repetat suferință unei alte persoane, în contextul unui dezechilibru de putere între cei care rănesc și victima (Olweus, 1993).

Aceasta este o formă de agresivitate ce apare în relațiile dintre elevi.

2. ELEMENTELE ESENȚIALE ALE BULLYING-ULUI

Bullying-ul nu este doar o formă de agresiune izolată, ci un comportament sistematic și repetat, ce implică mai multe elemente-cheie:

DEZECHILIBRUL DE PUTERE

În bullying, există întotdeauna un dezechilibru de putere între agresor și victimă. Acest dezechilibru poate fi fizic (agresorul este mai mare, mai puternic), dar și emoțional sau social (agresorul are o poziție de influență în grup, acces la informații sensibile sau este popular).

Dezechilibrul de putere poate să fie legat fie de puterea fizică de statutul social de apartenență la grup sau mărimea grupului de apartenență. Puterea poate fi de asemenea obținută prin cunoașterea unor aspecte legate de vulnerabilitățile personale ale persoanei în cauză care pot fi folosite cu scopul de a o răni (de exemplu: modul în care arată probleme de învățare, probleme de sănătate, situație familială deosebită, caracteristici personale deosebite, apartenență la un grup minoritar, poziție socială).

Repetitivitatea

Bullying-ul constă în repetarea unor acte agresive de-a lungul timpului. Un act singular de agresiune nu este considerat bullying, deși poate fi la fel de dăunător pe moment. Este esențial să înțelegem că bullying-ul apare, de obicei, pe o perioadă extinsă, având un impact sever asupra sănătății mentale și emoționale a victimei.

Intenția de a răni

Agresorii care se angajează în acte de bullying au o intenție clară de a provoca suferință victimei, fie că este vorba de suferință emoțională, psihologică sau fizică. Aceste acte pot include amenințări, insulte sau comportamente de excludere socială.

Impactul asupra victimei

Victima bullying-ului se confruntă adesea cu o deteriorare a stării emoționale și psihologice, manifestând simptome de stres, anxietate sau depresie. Chiar și atunci când nu este vizibilă o vătămare fizică, efectele emoționale sunt profunde și de durată.

3. DIFERENȚELE ÎNTRE BULLYING ȘI AGRESIUNE



Este esențial să facem distincția între comportamentele de bullying și situațiile de agresiune care pot apărea între elevi.

Agresivitatea reactivă reprezintă comportamentul agresiv generat de emoții de disconfort, cum ar fi frica, furia, frustrarea sau dezamăgirea.

Pe de altă parte, agresivitatea instrumentală este un comportament agresiv manifestat cu scopul de a obține un avantaj social, precum statutul, puterea, influența în grupul de egali, prestigiul sau popularitatea.

Comportamentul de bullying este o formă de agresivitate instrumentală, utilizată pentru a câștiga un beneficiu social, cum ar fi statutul, puterea, prestigiu, popularitate sau respect. Acesta nu apare ca o reacție la emoții de disconfort, ci este folosit intenționat pentru a obține un avantaj social.

Caracterul izolat vs. repetitiv

- Agresiunea: Poate fi un incident singular și include un conflict spontan sau un act de violență între doi elevi.
- Bullying-ul: Se manifestă ca un comportament repetitiv, desfășurat pe o perioadă îndelungată, care implică acțiuni constante de intimidare sau rănire a unui elev.

Dezechilibrul de putere

- Agresiunea: Poate avea loc între doi elevi cu puteri egale (fizice sau sociale), unde ambele părți se pot apăra reciproc.
- Bullying-ul: De obicei, agresorul are o putere superioară – fie fizică, emoțională, socială sau intelectuală – pe care o folosește pentru a controla victima.

Intenția

- Agresiunea: Nu are întotdeauna o intenție clară de a provoca rău. De exemplu, conflictele spontane sau neînțelegerile pot declanșa agresiuni fără intenția de a provoca suferință pe termen lung.
- Bullying-ul: Agresorul are o intenție clară de a intimida, umili sau răni victima, folosindu-și puterea pentru a menține controlul asupra acesteia.

Impactul

- Agresiunea: Poate avea efecte intense pe termen scurt, dar nu are întotdeauna același impact emoțional și psihologic profund ca bullying-ul pe termen lung.
- Bullying-ul: Are efecte durabile, putând duce la depresie, anxietate, izolare socială și simptome fizice, cum ar fi dureri de cap, insomnie și scăderea performanțelor școlare. Creează un mediu ostil care afectează nu doar victima, ci și martorii.

Mediul social

- Agresiunea: Poate apărea în diverse contexte, fără a necesita o poziție socială sau un cadru de grup specific.
- Bullying-ul: Este adesea legat de dinamici de grup, în special în școli, și poate fi susținut sau ignorat de cei din jur, fie că sunt martori activi sau pasivi.

Exemplu

Un elev poate lovi un coleg din cauza frustrării sau furiei provocate de acțiunile acestuia. Acesta este un comportament agresiv reactiv.

SAU

Un elev poate lovi un coleg pentru a câștiga admirația colegilor săi. Acesta este un comportament de bullying.

4. DE CE AVEM BULLYING ÎN ȘCOLI?

Există diverse motive pentru care bullying-ul se manifestă în școli. Majoritatea studiilor indică un amestec de factori personali, sociali și contextuali care contribuie la comportamentele agresive și repetitive ale unor elevi. Iată câteva dintre cele mai importante motive.

CONTEXTE PERSONALE

LIPSA EMPATIEI

Unii elevi pot dezvolta un deficit de empatie, ceea ce le îngreunează înțelegerea și simțirea compasiunii pentru suferința altora. Această absență de sensibilitate emoțională îi poate determina să manifeste comportamente agresive față de colegi, fără a conștientiza sau a se preocupa de efectele acestor acțiuni asupra lor.

NEVOIA DE VALIDARE ȘI ATENȚIE

Mulți elevi care recurg la bullying caută validare din partea colegilor sau chiar să atragă atenția profesorilor și părinților. În special în perioada gimnazială, când presiunea socială devine mai intensă, unii elevi își doresc să-și întărească statutul social prin intimidare și control.

PROBLEME EMOȚIONALE NEREZOLVATE

Elevii care se confruntă cu frustrări, nesiguranță sau traume personale pot recurge la bullying ca o formă de apărare sau pentru a degaja tensiunea acumulată. Astfel, ei își proiectează problemele asupra altora, încercând să gestioneze propriile emoții negative.

CONTEXTE DE FAMILIE

MODELE DE COMPORTAMENT ÎN CADRUL FAMILIEI

Copiii care sunt expuși la violență fizică, verbală sau emoțională în familie pot învăța să perceapă agresivitatea ca pe un comportament normal sau acceptabil. În unele cazuri, părinții sau alți membri ai familiei pot oferi exemple negative de gestionare a conflictelor, ceea ce influențează comportamentul copiilor la școală.

ABSENTA SUPRAVEGHERII DIN PARTEA PĂRINȚILOR

Copiii care nu beneficiază de o supraveghere adecvată acasă, care au părinți absenți sau dezinteresați de comportamentul lor, sunt mai predispuși să dezvolte comportamente de bullying. Fără ghidare și intervenție din partea părinților, acești elevi își pot dezvolta obiceiuri negative.

CONTEXTE SOCIALE ȘI DE GRUP

PRESIUNEA GRUPULUI (PEER PRESSURE)

Mulți elevi se angajează în bullying pentru a câștiga respectul sau aprecierea grupului de colegi. În mod frecvent, elevii care nu agreează în mod natural pot fi atrași de acest comportament pentru a se integra sau a evita să devină ei înșiși victime.

IERARHII SOCIALE

În școli, grupurile de elevi tind să stabilească ierarhii sociale informale, unde unii elevi dețin mai multă putere sau influență. Agresorii folosesc bullying-ul pentru a menține sau a îmbunătăți statutul lor în cadrul grupului social. Această dinamică este alimentată de nevoia de dominare și control asupra colegilor percepuți ca fiind mai slabi sau diferiți.

INFLUENȚA MASS-MEDIA ȘI A CULTURII POPULARE

EXPUNEREA LA VIOLENȚĂ ÎN MASS-MEDIA

NORMALIZAREA COMPORTAMENTELOR AGRESIVE

Copiii și adolescenții care sunt expuși în mod constant la conținut violent sau agresiv în mass-media, inclusiv în filme, jocuri video și pe rețelele sociale, pot fi mai predispuși să internalizeze aceste comportamente și să le reproducă în interacțiunile lor zilnice.

Uneori, cultura populară romanticizează sau normalizează comportamentele de intimidare și dominare, prezentându-le ca un mod acceptabil de a obține putere sau succes social. Acest tip de influență poate încuraja elevii să vadă bullying-ul ca o metodă legitimă de a-și atinge obiectivele.

CONTEXT ȘCOLAR

CULTURĂ ȘCOLARĂ PERMISIVĂ

Școlile care nu au politici clare împotriva bullying-ului sau nu aplică măsuri corespunzătoare pentru a preveni și sancționa comportamentele agresive pot crea un mediu în care bullying-ul devine tolerat sau chiar ignorat. Lipsa de implicare din partea cadrelor didactice sau a conducerii școlii poate trimite elevilor mesajul că astfel de comportamente sunt acceptabile.

STRESUL ACADEMIC ȘI COMPETIȚIA

În unele cazuri, elevii care se simt presați de a performa academic sau care resimt competiția între colegi pot dezvolta comportamente agresive ca o metodă de a face față acestui stres. De asemenea, pot folosi bullying-ul pentru a distra atenția de la propriile lor nesiguranțe legate de performanța școlară.

DIFERENȚE PERSONALE ȘI SOCIALE ÎNTRE ELEVII

DIVERSITATEA ȘI EXCLUDEREA

Elevii care sunt percepuți ca fiind diferiți din diverse motive (etnie, religie, orientare sexuală, aspect fizic, nevoi speciale, nivel socio-economic) sunt adesea ținta bullying-ului. Această excludere este, de obicei, determinată de intoleranță, stereotipuri și prejudecăți, iar agresorii folosesc aceste diferențe ca pretext pentru a marginaliza și umili victimele.

SEMNE COMPORTAMENTALE LA AGRESORI

Identificarea elevilor care sunt agresori este de asemenea importantă pentru a preveni escaladarea comportamentelor negative. Iată câteva semne care pot indica faptul că un elev este implicat în bullying:

COMPORTAMENT DOMINATOR

Agresorii manifestă adesea un comportament autoritar și încercă să controleze alți elevi. Ei pot fi dominatori în interacțiuni, încercând să își impună voința sau să manipuleze colegii pentru a obține ceea ce doresc.

IMPLICAREA FRECVENTĂ ÎN CONFLICTE

Elevii care sunt implicați în bullying tind să fie des implicați în conflicte, certuri sau altercații fizice. Deși poate părea că sunt doar elevi problemă, aceste conflicte repetate pot fi un semn că încearcă să intimideze alți colegi.

LIPSA DE EMPATIE

Agresorii tind să manifeste un grad redus de empatie față de ceilalți, arătând nepăsare față de suferința victimelor lor. Ei pot râde de suferința altora sau pot răspunde într-un mod insensibil la problemele emoționale ale colegilor.

ÎNTĂRIREA COMPORTAMENTELOR NEGATIVE

Agresorii sunt adesea susținuți de grupuri de prieteni sau de martori care le întăresc comportamentele. Aceștia pot părea populari sau în centrul atenției în rândul unui anumit grup de elevi, care nu doar că tolerează comportamentele de bullying, ci le și încurajează.

SEMNE COMPORTAMENTALE LA MARTORI

Martorii bullying-ului, deși nu sunt direct implicați, pot suferi și ei consecințe emoționale și comportamentale. Iată câteva indicii că un elev ar putea fi martor la acte de bullying:

EVITAREA INTERACȚIUNII CU VICTIMA SAU AGRESORUL

Elevii care sunt martori la bullying pot evita să interacționeze cu victimele din teama de a nu deveni și ei ținte sau cu agresorii pentru a nu fi asociați cu comportamentele acestora. Ei pot începe să evite grupurile implicate sau să stea departe de locurile unde au loc actele de bullying.

ANXIETATE ȘI STRES

Martorii la bullying pot dezvolta anxietate legată de violența la care sunt expuși. Aceștia pot manifesta semne de neliniște, cum ar fi nervozitatea, stresul sau chiar plânsul aparent fără motiv.

COMPORTAMENTE CONTRADICTORII

Unii martori pot oscila între a sprijini victima și a susține agresorul, din teama de a nu deveni ținte sau din dorința de a se integra în grupul agresorilor. Aceasta poate fi observată în comportamente ambivalente sau în schimbări bruște de atitudine față de victime și agresori.

5. CUM POATE FI IDENTIFICAT BULLYING-UL?

Identificarea bullying-ului în școli poate fi o adevărată provocare, deoarece nu toate formele de abuz sunt evidente sau ușor de observat. Adesea, copiii aleg să nu raporteze astfel de comportamente din frică sau rușine. Cu toate acestea, cadrele didactice, părinții și colegii trebuie să fie vigilenți și să acorde atenție anumitor semne și comportamente care ar putea indica implicarea unui elev, fie ca victimă, agresor sau martor.



SEMNE FIZICE ȘI COMPORTAMENTALE LA VICTIME

Elevii care sunt victime ale bullying-ului pot prezenta semne care sugerează suferința lor, iar profesorii și părinții ar trebui să fie atenți la următoarele:

SCHIMBĂRI BRUȘTE DE COMPORTAMENT

Victimele bullying-ului pot deveni mai retrase, tăcute sau anxioase. Un elev activ și sociabil poate începe să evite activitățile de grup sau să stea deoparte în timpul pauzelor.

IZOLARE SOCIALĂ

Dacă un elev este lăsat în mod constant deoparte de colegi, este posibil să fie victima excluderii sociale, o formă de bullying relațional. Acest comportament poate fi subtil, dar poate fi observat în timpul activităților de grup, recreațiilor sau proiectelor școlare.

PROBLEME FIZICE INEXPLICABILE

Vânătăile, hainele rupte sau obiectele personale deteriorate pot fi semne ale bullying-ului fizic. Un elev care începe să vină frecvent la școală cu semne de agresiune ar trebui să fie monitorizat îndeaproape pentru a verifica dacă aceste incidente au loc în timpul școlii.

SCĂDEREA PERFORMANTELOR ȘCOLARE

Victimele bullying-ului pot avea dificultăți în concentrare și învățare din cauza stresului și a anxietății constante. Un declin brusc în notele sau în participarea la ore poate indica faptul că elevul este hărțuit.

EVITA LOCURI SPECIFICE

Dacă un elev evită anumite locuri din școală, cum ar fi curtea de recreație, coridoarele mai puțin frecventate sau toaletele, acest lucru poate indica faptul că acestea sunt locurile în care se produce bullying-ul.

SIMPTOME FIZICE LEGATE DE STRES

Victimele bullying-ului pot dezvolta simptome fizice legate de stres, cum ar fi dureri de stomac, dureri de cap frecvente, probleme digestive sau insomnie. Aceste simptome sunt adesea semne ale anxietății și stresului cauzate de bullying.

ANALIZA INTERACȚIUNILOR ÎN GRUP

Bullying-ul se manifestă frecvent în cadrul unor dinamici sociale specifice, în care se conturează grupuri de elevi cu roluri clar stabilite (agresor, victimă, martor). Profesorii pot recunoaște aceste dinamici prin observația interacțiunilor dintre elevi:

EXCLUDERE SOCIALĂ

Dacă un elev este lăsat constant deoparte, ignorat sau evitat de ceilalți, acest comportament poate fi un semn al bullying-ului relațional. Acest tip de bullying este adesea mai subtil și implică manipularea relațiilor sociale pentru a izola victima.

SCHIMBĂRI ÎN GRUPURILE DE PRIETENI

Dacă un elev este brusc exclus din grupul său de prieteni sau este înlocuit, acesta poate fi un indiciu că bullying-ul social sau relațional are loc. Excluderea poate fi o formă de pedeapsă sau de intimidare, iar schimbările de prietenii pot reflecta o încercare a grupului de a controla victima.

COMUNICAREA VERBALĂ ȘI NON-VERBALĂ

Observarea comportamentului verbal și non-verbal în rândul elevilor poate oferi indicii despre existența bullying-ului:

COMENTARII RĂUTĂCIOASE SAU IRONICE

Insulte, poreclele, tachinările sau glumele pe seama unui elev, mai ales când sunt frecvente și par să afecteze emoțional victima, pot fi indicii clare de bullying verbal.

LIMBAJUL CORPULUI

Gesturile de intimidare, cum ar fi îmbrâncirea, îndepărtarea de la locul de joacă sau manifestările non-verbale agresive (priviri intimidante, gesturi amenințătoare) sunt semne clare de bullying fizic sau emoțional.

6. TIPURI PRINCIPALE DE BULLYING

BULLYING-UL FIZIC

Cea mai evidentă formă de bullying este cea fizică, care include, dar nu se limitează la, comportamente de tip: lovire, pus piedică, îmbrâncit, plesnit, distrugerea/deposedarea de obiecte personale. Deși intensitatea acestor comportamente nu este de neglijat, ceea ce rănește cu precădere copilul vizat de astfel de comportamente este repetitivitatea, frecvența cu care ele se manifestă, precum și faptul că sunt realizate cel mai adesea departe de prezența unui adult cu rol de protecție (cadru didactic, părinte).





BULLYING-UL VERBAL

Bullying-ul verbal, care include, dar nu se limitează la, 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

Comportamentele de bullying social, adesea ascunse, greu de identificat/recunoscut, realizate cu scopul de a distruge reputația socială a unui copil și de a-l plasa într-o situație de umilință publică, includ 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

Tehnologia a adus cu sine cyberbullying-ul. Ascuns sau evident, 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, postări, 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 o formă deosebit de dăunătoare de bullying, care se diferențiază prin viteza de propagare a informațiilor negative și posibilitățile limitate ale victimei de a controla situația.



7. EFECTELE BULLYING-ULUI

Bullying-ul are consecințe negative profunde asupra tuturor celor implicați, inclusiv asupra victimelor, agresorilor și martorilor. Aceste efecte pot varia de la probleme emoționale și psihologice la impacturi fizice și academice, având un efect pe termen lung asupra dezvoltării și sănătății mentale a copiilor.

Efectele asupra victimelor

Victimele bullying-ului sunt cele mai afectate de acest fenomen, iar consecințele asupra lor pot fi devastatoare.

Probleme emoționale și psihologice:

- **Anxietate și depresie:** Victimele bullying-ului dezvoltă adesea anxietate severă, stres post-traumatic și depresie. Aceste sentimente sunt cauzate de experiențele repetate de intimidare și de faptul că se simt neputincioase în fața agresiunii.
- **Stimă de sine scăzută:** Victimele bullyingului pot începe să își piardă încrederea în sine, simțindu-se inferioare sau lipsite de valoare. Criticile și abuzurile constante le fac să creadă că sunt într-adevăr inferioare sau că merită acest tratament.
- **Izolare socială:** Deseori, victimele bullying-ului se retrag din cercurile sociale pentru a evita umilința sau teama de noi agresiuni. Aceasta poate duce la un sentiment profund de singurătate și lipsă de suport social.

Performanțe academice slabe:

- Bullying-ul afectează negativ capacitatea elevilor de a se concentra la școală. Din cauza stresului și a anxietății constante, victimele pot avea dificultăți de concentrare, de reținere a informațiilor și de învățare.
- Absențele frecvente sau chiar evitarea completă a școlii sunt comune, ceea ce agravează și mai mult scăderea performanțelor academice.

Probleme fizice:

- Victimele bullyingului pot dezvolta probleme fizice ca răspuns la stresul emoțional. Acestea pot include dureri de cap, dureri de stomac, insomnie sau tulburări de alimentație.
- În cazuri extreme, bullying-ul fizic poate duce la vătămări corporale, fie din partea agresorului, fie autoinduse, ca rezultat al stresului psihologic extrem.

Risc de comportamente autodistructive:

- În cazuri severe, victimele bullying-ului pot dezvolta gânduri suicidare sau chiar pot încerca să-și facă rău. Bullying-ul persistent poate alimenta sentimente de disperare și neajutorare extremă, făcând victimele să creadă că nu există o soluție la suferința lor.

Efectele asupra agresorilor

Deși agresorii pot părea inițial că dețin controlul, ei pot suferi, de asemenea, consecințe negative pe termen lung:

Dezvoltarea comportamentelor deviante:

- Agresorii care nu sunt corecți riscă să continue să adopte comportamente deviante și violente în viitor. Aceștia pot dezvolta o predispoziție pentru comportamente antisociale și pot avea probleme cu autoritatea, chiar și în viața de adult.
- Există o legătură între bullying și alte forme de violență, iar agresorii din școală au un risc mai mare de a deveni delincvenți sau de a intra în conflict cu legea.

Probleme de relaționare:

- Agresorii au deseori dificultăți în a construi și menține relații sănătoase. Acțiunile lor agresive îi pot izola de alți colegi, care îi percep ca fiind periculoși sau nepăsători. De asemenea, aceste dificultăți pot persista și în relațiile personale de mai târziu, inclusiv în cele profesionale sau de familie.

Lipsa empatiei și a autocontrolului:

- Agresorii pot dezvolta o capacitate redusă de empatie, ceea ce îi face incapabili să înțeleagă sau să reacționeze adecvat la suferința altora. În plus, aceștia au adesea dificultăți în gestionarea propriilor emoții și în controlul impulsurilor, ceea ce poate contribui la un comportament abuziv și în alte contexte.

Riscul de depresie și alte probleme emoționale:

- Deși agresorii par să fie dominatori și puternici, mulți dintre ei au la rândul lor probleme emoționale sau sunt victime ale altor forme de abuz. Acest lucru îi poate face să se simtă vinovați sau să dezvolte depresie, în special atunci când realizează consecințele pe termen lung ale comportamentului lor.

Efectele asupra martorilor (bystanders)

- Martorii la bullying sunt adesea trecuți cu vederea, dar și aceștia pot fi profund afectați de fenomen.

Stres emoțional și anxietate:

- Martorii la bullying pot experimenta stres emoțional, chiar dacă nu sunt direct implicați. Ei pot simți o teamă constantă că ar putea deveni următoarea țintă a agresorului sau pot dezvolta anxietate pentru că nu știu cum să intervină.

Sentimente de vinovăție sau neputință:

- Elevii care asistă la bullying, dar nu intervin, pot dezvolta sentimente de vinovăție sau neputință. Aceștia pot simți că ar fi putut ajuta victima, dar lipsa curajului sau a instrumentelor pentru a interveni îi face să se simtă responsabili pentru suferința victimei.

Normalizarea violenței:

- Copiii care asistă în mod repetat la episoade de bullying fără intervenție din partea adulților pot ajunge să perceapă violența ca fiind normală sau acceptabilă. Această expunere continuă la agresiune poate contribui la o atitudine insensibilă față de comportamentele violente și la o acceptare tacită a bullying-ului ca parte a vieții școlare.

Risc crescut de a deveni ei înșiși agresori sau victime:

- Uneori, martorii pot adopta comportamente similare cu cele observate, devenind agresori în viitor pentru a evita să fie considerați slabi. În alte cazuri, aceștia pot deveni ei înșiși victime, în special dacă sunt văzuți de agresor ca fiind vulnerabili.

PARTEA II

STRATEGII DE PREVENIRE ȘI INTERVENȚIE

1. CREAREA UNUI MEDIU SIGUR ȘI INCLUZIV

Unul dintre cele mai eficiente moduri de a preveni bullying-ul este prin crearea unui mediu școlar sigur și incluziv, unde fiecare elev se simte valorizat și respectat. Mediul educațional are un impact profund asupra comportamentului și relațiilor dintre elevi, iar o atmosferă pozitivă și incluzivă poate descuraja actele de bullying și poate promova interacțiuni sănătoase și colaborative între elevi.

STABILIREA UNOR REGULI CLARE ÎMPOTRIVA BULLYING-ULUI



Primul pas în crearea unui mediu sigur și incluziv este stabilirea unor reguli clare și explicite împotriva bullying-ului. Aceste reguli trebuie să fie comunicate clar și constant tuturor elevilor, cadrelor didactice și părinților. Iată câteva puncte esențiale pentru implementarea unor astfel de reguli:

COD DE ETICĂ ÎMPOTRIVA BULLYING-ULUI

Școlile ar trebui să dezvolte un cod de conduită care să clarifice ce reprezintă bullying-ul, să identifice comportamentele interzise și să precizeze consecințele acestora. Codul ar trebui să conțină, de asemenea, un set de măsuri clare de intervenție și să evidențieze faptul că bullying-ul nu va fi tolerat în niciun caz.

IMPLICAREA ELEVILOR

Elevii pot fi implicați în formularea și promovarea regulilor. Aceștia ar putea fi stimulați să participe la discuții despre semnificația bullying-ului și metodele de prevenire. Astfel, elevii vor simți că au un rol activ în menținerea unui mediu sigur, fapt care îi va motiva să respecte și să aplice regulile.

APLICAREA CONSTANTĂ A REGULILOR

Regulile împotriva bullying-ului trebuie aplicate în mod constant și corect. Dacă elevii observă că acțiunile de bullying sunt ignorate sau nu sunt tratate serios, eficacitatea politicii scade. Este important ca fiecare incident să fie investigat și gestionat cu seriozitate, iar agresorii și victimele să primească sprijinul adecvat.

PROMOVAREA EMPATIEI ȘI A COMPORTAMENTULUI PROSOCIAL

Un mediu incluziv se bazează pe relații sănătoase și colaborative între elevi. Profesorii pot contribui la dezvoltarea empatiei și a comportamentelor prosoziale (ajutor reciproc, respect, cooperare) prin activități și discuții regulate. Iată câteva modalități de a încuraja astfel de comportamente:

EDUCAȚIA EMOȚIONALĂ ȘI SOCIALĂ

Includerea educației social-emoționale în curriculum poate sprijini elevii în dezvoltarea abilităților necesare pentru gestionarea emoțiilor, interacțiunea cu cei din jur și soluționarea conflictelor. Aceasta poate implica discuții despre semnificația empatiei, respectului și gestionării furiei, precum și activități de grup care încurajează colaborarea.

ACTIVITĂȚI PENTRU CONSOLIDAREA ECHIPEI

Profesorii pot planifica activități de team-building menite să încurajeze interacțiuni pozitive între elevi și să dezvolte un sentiment de unitate și încredere. Aceste activități pot consta în jocuri de cooperare, proiecte de grup sau sarcini care stimulează colaborarea elevilor pentru a atinge un scop comun.

CONVERSAȚII DESCHISE DESPRE DIVERSITATE ȘI INCLUZIUNE.

Profesorii pot iniția discuții despre diversitatea culturală, socială și personală, subliniind importanța acceptării diferențelor. Aceasta contribuie la formarea unei atmosfere de respect și toleranță în clasă, descurajând comportamentele de excludere sau discriminare.

CULTIVAREA UNUI SENTIMENT DE APARTENENȚĂ

Un mediu incluziv este unul în care toți elevii simt că aparțin comunității școlare și că sunt acceptați și respectați pentru cine sunt. Profesorii joacă un rol esențial în a cultiva acest sentiment de apartenență prin promovarea unui climat pozitiv în clasă și încurajarea relațiilor pozitive între elevi.

CULTIVAREA RELAȚIILOR CONSTRUCTIVE ÎNTRE ELEVII

Profesorii pot încuraja elevii să își dezvolte prietenii sănătoase și respectuoase, oferindu-le oportunități de a interacționa în moduri pozitive. Încurajarea parteneriatelor sau proiectelor de grup care îi aduc pe elevi împreună în moduri constructive ajută la crearea unui sentiment de unitate.

ÎNVĂȚARE COLABORATIVĂ

Metodele de învățare cooperativă pot stimula colaborarea și relațiile pozitive între elevi. În loc să promoveze competiția individuală, profesorii pot organiza activități care să încurajeze elevii să lucreze împreună pentru a atinge obiective comune, oferindu-le în același timp posibilitatea de a învăța să comunice eficient și să-și sprijine colegii.

RECUNOAȘTEREA ȘI SĂRBĂTORIREA REALIZĂRILOR

Este important ca profesorii să recunoască și să celebreze realizările tuturor elevilor, indiferent de nivelul lor de performanță. Acest lucru contribuie la construirea stimei de sine și a unui sentiment de apartenență, făcându-i pe elevi să se simtă apreciați și valorizați în cadrul comunității școlare.

INCLUDEREA PĂRINȚILOR ȘI A COMUNITĂȚII ÎN CREAREA UNUI MEDIU INCLUZIV

Părinții și comunitatea au un rol important în crearea unui mediu sigur și incluziv în școli. Colaborarea strânsă dintre școală și familie este esențială pentru a asigura că valorile de respect și incluziune sunt susținute atât în mediul școlar, cât și acasă.

IMPLICAREA PĂRINȚILOR



Școala poate organiza întâlniri și ateliere pentru părinți, oferindu-le oportunitatea de a învăța despre prevenirea bullying-ului și de a se implica în activitățile anti-bullying. Cooperarea cu părinții este esențială pentru a forma un front unit împotriva bullying-ului, asigurând astfel că normele pozitive sunt susținute și în cadrul familiei.

COMUNITATEA ȘCOLARĂ

Profesorii și liderii școlii ar trebui să colaboreze cu întreaga comunitate în inițiativele anti-bullying, prin organizarea de evenimente comunitare sau campanii de conștientizare. Aceasta va promova valori pozitive și va contribui la crearea unui mediu în care elevii se simt susținuți de întreaga comunitate.



2. IMPLICAREA TUTUROR ELEVILOR ÎN LUPTA ÎMPOTRIVA BULLYING-ULUI

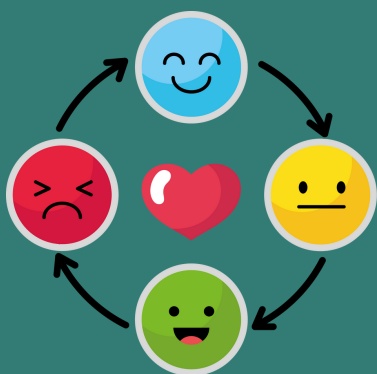
O abordare eficientă pentru prevenirea bullying-ului implică mobilizarea întregii clase. Crearea unui mediu în care toți elevii contribuie activ la menținerea unui climat de respect și siguranță poate face o diferență semnificativă în reducerea comportamentelor de bullying. Când elevii se simt responsabili pentru bunăstarea colegilor lor, acest lucru promovează empatia, solidaritatea și creează un sentiment de comunitate în clasă.

Iată câteva strategii prin care profesorii pot implica întreaga clasă în prevenirea bullying-ului:

EDUCAȚIA SOCIAL-EMOȚIONALĂ

Educația social-emoțională este esențială pentru prevenirea bullying-ului, deoarece îi ajută pe elevi să își dezvolte abilități de gestionare a emoțiilor, relaționare și luare a deciziilor responsabile. Prin promovarea educației social-emoționale, profesorii pot forma un cadru în care elevii învață să își gestioneze conflictele în mod pașnic și să respecte diferențele dintre ei.

GESTIONAREA EMOȚIILOR CU SUCCES



Prin intermediul exercițiilor de conștientizare emoțională, elevii pot învăța să recunoască și să comunice propriile emoții într-un mod sănătos. Înțelegerea emoțiilor proprii și ale colegilor este esențială pentru prevenirea bullying-ului, deoarece contribuie la diminuarea frustrății și agresivității.

REZOLVAREA CONFLICTELOR

Profesorii pot folosi tehnici de rezolvare a conflictelor, cum ar fi discuțiile în cerc sau medierea între elevi, pentru a arăta cum pot fi soluționate neînțelegerile într-un mod pașnic. Aceste tehnici îi ajută pe elevi să găsească soluții colaborative la conflicte și să evite escaladarea acestora în acte de bullying.



CULTIVAREA EMPATIEI



Activitățile de învățare social-emoțională care îi ajută pe elevi să empatizeze cu ceilalți, cum ar fi exercițiile de „role-playing” sau discuțiile despre sentimentele colegilor, pot sprijini dezvoltarea empatiei. Atunci când elevii percep ce înseamnă să fii victima bullying-ului, devin mai puțin înclinați să participe la astfel de comportamente.

CREAREA UNEI CULTURI DE CLASĂ BAZATĂ PE RESPECT ȘI INCLUZIUNE

Profesorii pot modela un mediu de clasă care promovează respectul și incluziunea prin setarea unor valori comune și reguli care descurajează ferm comportamentele de bullying.

CLARIFICAREA AȘTEPTĂRILOR COMUNE

Profesorii pot stabili împreună cu elevii reguli clare care să definească comportamentele acceptabile și inacceptabile în clasă. Acest proces ar trebui să fie colaborativ, astfel încât elevii să își asume responsabilitatea pentru aceste reguli. Elevii pot contribui la elaborarea unui „contract de clasă”, care să includă comportamentele pe care vor să le vadă în clasă și cum vor acționa împotriva bullying-ului.

PROMOVAREA DIVERSITĂȚII ȘI A INCLUZIUNII

Profesorii pot încuraja în mod activ incluziunea prin organizarea activităților de grup care implică toți elevii. De exemplu, rotația în cadrul echipelor de proiect poate ajuta la formarea de noi prietenii și poate preveni excluderea socială, o formă comună de bullying relațional. Fiecare elev trebuie să se simtă parte a comunității clasei.

ROLUL MARTORILOR (BYSTANDERS) ȘI IMPLICAREA LOR ACTIVĂ

Martorii joacă un rol esențial în fenomenul de bullying, deoarece reacțiile lor pot încuraja sau descuraja agresorii. De aceea, este important să îi implicăm pe toți elevii în prevenirea bullying-ului prin educarea lor să acționeze atunci când sunt martori la astfel de comportamente.

ÎMPUTERNICIREA MARTORILOR

Crearea unei culturi în care martorii se simt responsabili pentru protejarea colegilor lor este esențială. Elevii trebuie să știe că au puterea de a face o diferență și că profesorii îi vor sprijini dacă intervin pentru a opri bullying-ul. Acest sentiment de responsabilitate colectivă descurajează bullying-ul și promovează solidaritatea.

ÎNVĂȚAREA COMPORTAMENTULUI DE INTERVENȚIE POZITIVĂ

Profesorii pot învăța elevii să devină aliați ai victimelor, arătându-le ce pot face când asistă la un act de bullying. Aceștia pot fi învățați să intervină într-un mod sigur, de exemplu, prin chemarea unui adult, oferirea de sprijin emoțional victimei sau respingerea comportamentului agresiv prin refuzul de a susține sau de a râde de agresiune.

ACTIVITĂȚI DE TEAM-BUILDING ȘI COLABORARE

Profesorii pot organiza activități ce încurajează colaborarea între elevi, contribuind astfel la reducerea tensiunilor și a conflictelor. Activitățile de team-building promovează înțelegerea reciprocă și întăresc legăturile dintre elevi.

JOCURI DE COOPERARE

Jocurile de colaborare și activitățile de grup îi ajută pe elevi să coopereze pentru a îndeplini un scop comun. Aceste activități pot consta în provocări de echipă, proiecte creative sau exerciții ce necesită muncă în echipă. Prin intermediul acestor jocuri, se dezvoltă abilitățile de comunicare și se cultivă un sentiment de apartenență.

PROIECTE PE TERMEN LUNG

Profesorii pot iniția proiecte de grup pe termen lung, care să încurajeze colaborarea și sprijinul reciproc între elevi. Această abordare contribuie la întărirea relațiilor pozitive și oferă elevilor ocazia de a se descoperi mai bine, diminuând astfel riscurile de excludere sau de bullying.

DISCUȚII REGULATE DESPRE BULLYING ȘI VALORI COMUNE

Profesorii pot organiza discuții frecvente în clasă despre bullying, despre importanța respectului reciproc și despre valorile fundamentale care trebuie promovate pentru a construi un mediu sănătos.

ORE DE CONSILIERE DE GRUP

Aceste sesiuni oferă elevilor oportunitatea de a-și exprima gândurile și emoțiile legate de bullying și dinamica grupului. Discuțiile axate pe empatie, respect, justiție și modalitățile de intervenție în cazurile de bullying îi ajută pe elevi să își clarifice responsabilitățile morale și sociale.

EXEMPLE POZITIVE

Profesorii pot utiliza exemple din viața cotidiană, literatură sau filme pentru a evidenția importanța empatiei, curajul de a interveni și consecințele negative ale bullying-ului. Dezbaterile pe aceste subiecte îi ajută pe elevi să înțeleagă mai bine complexitatea fenomenului și să își formeze un set de valori personale care susțin respectul.

3. TEHNICI DE INTERVENȚIE PENTRU PROFESORI

Intervenția eficientă a profesorilor este esențială în prevenirea escaladării cazurilor de bullying și în restabilirea unui mediu de siguranță și respect în clasă. Profesorii au un rol cheie nu doar în a recunoaște și opri bullying-ul atunci când acesta are loc, ci și în a oferi sprijin atât victimelor, cât și agresorilor, astfel încât toți elevii să învețe din experiență și să își dezvolte comportamente mai sănătoase.

Iată câteva tehnici concrete de intervenție pe care profesorii le pot aplica atunci când observă bullying-ul sau primesc sesizări despre acest fenomen.

INTERVENȚIA IMEDIATĂ

Primul pas în orice situație de bullying este intervenția rapidă și fermă. Profesorii trebuie să întrerupă comportamentul de bullying cât mai repede pentru a proteja victima și pentru a transmite un mesaj clar că bullying-ul nu este tolerat.

EXEMPLU DE TEHNICĂ

Dacă un profesor observă un incident de bullying în timpul orelor de curs, primul lucru pe care trebuie să îl facă este să intervină direct și să oprească imediat comportamentul. De exemplu, dacă un elev este batjocorit de un coleg, profesorul poate spune ferm: „Acest comportament este inacceptabil. Vă rog să vă opriți imediat și să ne îndreptăm atenția asupra respectului pe care trebuie să-l arătăm unii altora.”

EVACUAREA AGRESORULUI ȘI A VICTIMEI DIN SITUAȚIE

În cazul în care bullying-ul implică agresiune fizică sau amenințări, profesorul poate separa imediat agresorul și victima, trimițându-i în locuri diferite și discutând individual cu fiecare. Acest lucru ajută la prevenirea escaladării conflictului.

DISCUȚII INDIVIDUALE CU AGRESORUL ȘI VICTIMA

După ce comportamentul de bullying a fost oprit, este important ca profesorul să aibă discuții separate atât cu agresorul, cât și cu victima, pentru a înțelege mai bine contextul și pentru a oferi sprijin adecvat.

EXEMPLU DE TEHNICĂ PENTRU DISCUȚIA CU AGRESORUL

Într-o discuție privată, profesorul poate folosi tehnica numită confruntarea empatică, care presupune ca profesorul să arate că înțelege motivațiile și sentimentele elevului, dar în același timp să sublinieze clar că acțiunile agresive nu sunt acceptabile. Profesorul ar putea spune: „Îmi dau seama că ai fost supărat pentru că te-ai simțit exclus, dar a lovi sau a insulta pe cineva nu este o soluție. Cum crezi că ai putea să rezolvi această situație într-un mod care să arate respect față de colegii tăi?”

EXEMPLU DE TEHNICĂ PENTRU DISCUȚIA CU VICTIMA

Discuția cu victima trebuie să se concentreze pe sprijin și pe asigurarea că elevul nu este singur în fața acestei probleme. Profesorul poate folosi tehnica ascultării active, care presupune să ofere timp victimei să se exprime fără a fi întreruptă și să reflecteze asupra sentimentelor exprimate. Profesorul ar putea spune: „Am observat că te-ai simțit rănit de ceea ce s-a întâmplat. Vreau să știi că sunt aici pentru a te ajuta și că nu este vina ta. Cum te-ai simțit în acea situație?”

RESTABILIREA RELAȚIILOR ÎNTRE COLEGI: PROCESUL DE MEDIERE

Medierea este o tehnică prin care profesorii pot ajuta elevii să își rezolve conflictele într-un mod pașnic și constructiv. Aceasta este utilă în cazurile de bullying mai puțin grave sau atunci când atât agresorul, cât și victima sunt dispuși să discute și să rezolve problema.

EXEMPLU DE MEDIERE

În cadrul procesului de mediere, profesorul are posibilitatea de a aduce victima și agresorul față în față, într-un mediu controlat. Acesta facilitează discuția, oferind fiecărui elev șansa de a-și exprima perspectiva și emoțiile. Profesorul poate întreba: „Cum te-ai simțit atunci când ai fost insultat de colegul tău?” și apoi „Ce ai dorit să transmiți când l-ai insultat?”. Obiectivul este de a crea o înțelegere reciprocă și de a ajunge la un acord comun pentru a preveni repetarea conflictului. Procesul se finalizează cu stabilirea unor limite și reguli clare pe care ambele părți trebuie să le respecte în viitor.

TEHNICA „CERCUL RESTAURATIV”

Această tehnică este folosită în contextul mai larg al justiției restaurative și se concentrează pe repararea relațiilor deteriorate între victime și agresori. Este utilă în cazurile de bullying cronic sau când conflictul a afectat întregul grup de elevi.

CUM FUNCȚIONEAZĂ

Cercul restaurativ reunește toate persoanele afectate de incident – victima, agresorul și martorii – pentru a purta o discuție deschisă. Într-un mediu bazat pe respect și siguranță, fiecare participant are ocazia să își împărtășească experiențele și emoțiile legate de incident. Profesorul sau un facilitator ghidează discuția prin întrebări precum: „Ce s-a întâmplat? Cum te-a afectat acest lucru? Ce măsuri putem lua pentru a remedia situația și a evita repetarea acestui incident?”

EXEMPLU CONCRET

Dacă bullying-ul a afectat atmosfera întregii clase, profesorul poate organiza un cerc restaurativ în care elevii să discute deschis despre modul în care incidentul i-a afectat emoțional. Scopul este de a încuraja elevii să își asume responsabilitatea pentru acțiunile lor și să caute soluții împreună.

TEHNICA „OBSERVAREA CONSTANTĂ”

După intervenția inițială, profesorii trebuie să monitorizeze constant comportamentele elevilor implicați în bullying pentru a preveni reapariția acestor comportamente. Această monitorizare implică observarea atentă a interacțiunilor dintre agresor și victimă, dar și discuții periodice cu ambele părți.

EXEMPLU DE TEHNICĂ

Profesorul poate organiza întâlniri periodice cu agresorul și victima pentru a discuta despre progresul acestora și despre sentimentele lor. De asemenea, poate solicita elevilor să scrie jurnale de reflecție, în care să noteze lecțiile învățate din experiență și pașii pe care i-au făcut pentru a îmbunătăți relațiile cu colegii. Aceste jurnale îi ajută pe elevi să-și monitorizeze comportamentul și să devină mai conștienți de efectele acțiunilor lor.

TEHNICA „ÎNTĂRIREA COMPORTAMENTELOR POZITIVE”

Promovarea comportamentelor pozitive și oferirea de recompense pentru acestea reprezintă o strategie eficientă în stimularea schimbărilor comportamentale. Cadrele didactice pot evidenția comportamentele pozitive ale elevilor și pot crea un mediu în care respectul și empatia sunt apreciate.

EXEMPLU DE TEHNICĂ

Profesorii pot implementa un sistem de recompense pentru comportamentele prosoziale. De exemplu, atunci când un elev își oferă ajutorul unui coleg sau își cere scuze după o dispută, profesorul poate recunoaște public aceste gesturi și poate oferi puncte de recunoaștere sau diplome pentru comportamentele pozitive. Aceasta nu doar că descurajează bullying-ul, ci și promovează o cultură de sprijin și colaborare în clasă.

REFERINȚE CĂTRE SERVICII UTILE

Telefonul Copilului – **116 111** (apel gratuit, disponibil 24/7, oferă consiliere psihologică și sprijin pentru copii și părinți)

Direcțiile Generale de Asistență Socială și Protecția Copilului (DGASPC) – Se pot adresa plângeri privind abuzul și neglijarea copiilor.

Poliția Română – Secția Siguranță Școlară – Se ocupă de prevenirea și combaterea infracțiunilor în școli (apel **112** în cazuri urgente).

Centrul Național de Prevenire a Criminalității – Programe de prevenire și materiale educaționale pentru combaterea violenței în școli.

4. STRATEGII DE PREVENIRE PE TERMEN LUNG

Prevenirea bullying-ului nu se rezumă doar la intervenții punctuale atunci când apare un incident, ci implică dezvoltarea unui set de strategii pe termen lung care să asigure un mediu școlar sigur, inclusiv și rezilient. Prin implementarea unor măsuri preventive constante și bine gândite, profesorii și școlile pot reduce semnificativ incidența bullying-ului și pot construi o cultură bazată pe respect și colaborare între elevi.

Iată câteva strategii pe termen lung care pot preveni bullying-ul în școli:

PROGRAM DE MENTORAT ÎNTRE ELEVII

Un program de mentorat între elevi poate fi un instrument foarte eficient pentru a preveni bullying-ul și pentru a promova relații pozitive între colegi. În acest program, elevii mai mari sau cei care au abilități sociale bine dezvoltate sunt desemnați să devină mentori pentru colegii mai tineri sau mai vulnerabili, ajutându-i să se integreze în comunitatea școlară și oferindu-le sprijin în momente dificile.

EXEMPLU DE IMPLEMENTARE

Profesorii pot crea perechi de mentor-elev, în care un elev mai mare sau cu experiență să devină mentorul unui elev din clasele mai mici. Mentorul ar trebui să fie instruit să ofere sprijin emoțional, să îi ajute pe cei mai tineri să se orienteze în mediul școlar și să fie un model de comportament pozitiv. De asemenea, pot fi organizate întâlniri regulate între mentori și colegii lor mai mici pentru a discuta despre dificultățile întâlnite și pentru a încuraja relațiile pozitive.

BENEFICII

Acest tip de program contribuie la reducerea izolării sociale a elevilor vulnerabili și la formarea unor relații bazate pe respect reciproc. Mentorii, la rândul lor, dezvoltă empatie și responsabilitate socială, ceea ce reduce șansele ca aceștia să se implice în comportamente de bullying.

ACTIVITĂȚI DE GRUP CARE ÎNCURAJEAZĂ COOPERAREA

Un alt mod eficient de a preveni bullying-ul este prin organizarea regulată a activităților care promovează cooperarea și colaborarea între elevi. Aceste activități ajută la construirea de relații pozitive, la reducerea competiției distructive și la dezvoltarea abilităților de rezolvare a conflictelor în mod pașnic.

EXEMPLU DE ACTIVITĂȚI

Profesorii pot organiza jocuri de echipă, proiecte de grup sau concursuri care necesită cooperare, în care fiecare elev are un rol esențial în atingerea obiectivelor comune. De exemplu, activitățile de tip team-building, în care elevii trebuie să lucreze împreună pentru a rezolva o provocare, pot crea legături mai puternice și pot reduce tensiunile sociale.

BENEFICII

Aceste activități încurajează elevii să colaboreze și să se sprijine reciproc, contribuind la formarea unui climat de respect și solidaritate. În plus, acestea creează oportunități pentru elevii care, altfel, ar putea fi izolați, să devină parte a unui grup și să dezvolte relații pozitive.

FORMAREA CADRELOR DIDACTICE

Un element esențial al prevenirii bullying-ului pe termen lung este formarea constantă a cadrelor didactice. Profesorii trebuie să fie bine pregătiți pentru a identifica semnele de bullying, pentru a interveni eficient și pentru a construi un mediu educațional incluziv și sigur. Această formare ar trebui să includă atât tehnici de prevenire, cât și de intervenție și restaurare a relațiilor deteriorate.

EXEMPLU DE PROGRAM DE FORMARE

Profesorii pot participa la ateliere sau cursuri despre managementul conflictelor, justiția restaurativă, educația social-emoțională și tehnici de gestionare a diversității și incluziunii. În plus, pot învăța metode de a crea un climat de clasă pozitiv și de a aborda incidentele de bullying într-o manieră care să nu stigmatizeze nici agresorii, nici victimele.

BENEFICII

Profesorii bine instruiți pot interveni mai rapid și mai eficient atunci când apar incidente de bullying, prevenind escaladarea lor. De asemenea, pot promova o cultură de incluziune în clasă, unde fiecare elev este încurajat să își asume un rol activ în prevenirea comportamentelor de bullying.

STABILIREA UNUI MEDIU DE COLABORARE ÎNTRE PĂRINȚI ȘI ȘCOALĂ

Implicarea părinților în prevenirea bullying-ului reprezintă un factor esențial pentru succesul pe termen lung. Este important ca profesorii să colaboreze strâns cu părinții, pentru a garanta o abordare consistentă atât în școală, cât și acasă. O comunicare eficientă și un parteneriat puternic între părinți și instituția de învățământ pot ajuta la prevenirea bullying-ului și la intervenții rapide atunci când apar dificultăți.

EXEMPLU DE COLABORARE

Profesorii pot organiza întâlniri periodice cu părinții pentru a discuta despre strategiile anti-bullying și pentru a învăța părinții să recunoască semnele de bullying și să își sprijine copiii. De asemenea, pot dezvolta o linie deschisă de comunicare, unde părinții sunt încurajați să raporteze orice problemă legată de bullying. Atelierele comune pentru părinți și elevi despre gestionarea conflictelor și construirea empatiei pot fi, de asemenea, utile.

BENEFICII

Când părinții și profesorii colaborează, există o abordare mai consistentă în tratarea bullying-ului, iar elevii primesc un mesaj clar că acest comportament nu este acceptabil nici în școală, nici acasă. Părinții devin parteneri activi în prevenirea bullying-ului, iar copiii sunt susținuți din mai multe direcții.

CAMPANII DE INFORMARE ȘI EDUCAȚIE CONTINUĂ

O altă strategie pe termen lung este educația continuă și campaniile de conștientizare asupra bullying-ului, atât pentru elevi, cât și pentru profesori și părinți. Aceste campanii pot sublinia importanța empatiei, a respectului reciproc și a intervenției prompte în cazurile de bullying.

EXEMPLU DE CAMPANIE

Școlile pot organiza anual Săptămâna anti-bullying, care să includă activități de conștientizare, ateliere și prezentări despre efectele negative ale bullying-ului. De asemenea, pot promova concursuri de eseuri sau proiecte artistice pe tema prevenirii bullying-ului, în care elevii să își exprime opiniile și să propună soluții.

BENEFICII

Astfel de campanii contribuie la menținerea conștientizării problemei bullying-ului pe termen lung și îi implică activ pe elevi și pe întreaga comunitate școlară în prevenirea acestuia. Mesajul constant că bullying-ul nu este tolerat și că fiecare elev poate fi parte a soluției creează un mediu educațional mai sigur și mai sănătos.

BIBLIOGRAFIE

1. Smith, P. K., & Brain, P. (2000). "Bullying in schools: Lessons from two decades of research." *Aggressive Behavior*, 26(1), 1-9.
2. Olweus, D. (1993). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Oxford: Blackwell Publishing.
3. Rigby, K. (2008). *Children and Bullying: How Parents and Educators Can Reduce Bullying at School*. Wiley-Blackwell.
4. Cross, D., Shaw, T., Hearn, L., et al. (2009). "Australian Covert Bullying Prevalence Study." Department of Education, Employment and Workplace Relations, Australia.
5. Bauman, S., Cross, D., & Walker, J. (2013). *Principles of Cyberbullying Research: Definitions, Measures, and Methodology*. Routledge.

„Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Fundației World Vision România.

Nici Uniunea Europeană și nici Fundația World Vision România nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.”