

**DIDACTIC**

**PROF. CĂLINA DOCHIA RIȚȘAN  
(COORDONATOR)**

**LUCRĂRILE SIMPOZIONULUI NAȚIONAL  
„DESCURAJAREA INTIMIDĂRII,  
PRIMUL PAS PENTRU  
O ȘCOALĂ FĂRĂ BULLYING”  
(noiembrie 2022)**



**EDITURA MERITOCRAT CLUJ-NAPOCA  
ISBN 978-630-6549-35-1**

**Prof. Călina Dochia Rîțișan**  
**-coordonator-**

**LUCRĂRILE SIMPOZIONULUI NAȚIONAL**  
**„DESCURAJAREA INTIMIDĂRII,**  
**PRIMUL PAS PENTRU O ȘCOALĂ FĂRĂ BULLYING”**  
(noiembrie 2022)

**EDITURA MERITOCRAT CLUJ-NAPOCA**  
**ISBN 978-630-6549-35-1**

**TEXT ©- Lucrările Simpozionului Național „DESCURAJAREA INTIMIDĂRII, PRIMUL PAS PENTRU O ȘCOALĂ FĂRĂ BULLYING” (noiembrie 2022)/**  
PROF. CĂLINA DOCHIA RIȚIȘAN– (coordonator)

Toate drepturile rezervate autorilor

Consilier editorial: **lect. dr. Tiberiu Irimia**

Lector de carte: **ing. Paula Mîndrean**

Tehnoredactare: **prof. Călina Dochia Rițișan**

Coperta I-IV: **prof. Călina Dochia Rițișan**

Grafică generală: **prof. Călina Dochia Rițișan**

Foto coperta I: <https://absoluto.ro/efectele-bullying-ului-asupra-copiilor/>

***Editura Meritocrat Cluj-Napoca***

***Tel. 0760 607 889, 0741 494 338***

***e-mail: meritocratej@gmail.com***

© 2021 Editura Meritocrat Cluj-Napoca

Toate drepturile grafice asupra acestei ediții aparțin editurii Meritocrat, orice reproducere sau modificare, indiferent de formă și suport, neautorizată urmând să suporte consecințele legii.

Responsabilitatea calității corecturii textelor din această carte aparține autorilor

## Bullying-ul și abuzul în mediul școlar

Prof.înv.primar Balaj Elena Adriana  
Școala Gimnazială Dobra , structură Școala Primară Lăpușnic,  
com. Dobra, jud. Hunedoara

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 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. 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.

Termenul „bullying” s-ar traduce prin „intimidare”, dar nu se rezumă doar la asta, **pornește** de la simpla necăjire, etichetare, batjocură, răspândire de zvonuri până la violență fizică. Comportamentul de bullying se face simțit mai ales atunci când există diferențe de ordin economic, rasial, cultural, de vârstă etc., iar copii îl învață de la adulți, copii mai mari, televizor. Bullying-ul reprezintă un act de violență, fizică, verbală și psihică. Școala este mediul propice pentru descărcarea de frustrări, pentru că aici copilul își poate manifesta lupta pentru putere. În școală, copilul caută un individ mai slab decât el și încearcă să-l domine și prin intermediul lui să scape de problemele sale (lovește, scoate în evidență defectele fizice, jighește și pune diverse porecle). Comportamentele de bullying reprezintă o încercare de a obține ceva prin intimidare, fiind asociată cu așteptări de succes ale comportamentului agresiv. 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.

Bullying-ul nu este o etapă normală a dezvoltării copiilor și adolescenților și e considerat ca fiind un fenomen ce precede comportamente agresive cu consecințe și mai grave. De asemenea, bullying-ul poate contribui la crearea și menținerea unui mediu de teamă și intimidare în școală. Prin definiție, bullying-ul este ceva ce se repetă sistematic în viața unui copil, iar consecințele sunt severe. Cele mai severe efecte pentru copilul-victimă țin de apariția tulburărilor din sfera anxios-depresivă, cel mai adesea acești copii ajung să intre într-

un episod depresiv, în cazul celor mai vulnerabili, apare și ideea de suicid, bullying-ul fiind unul dintre cei mai puternici factori de risc pentru apariția suicidului la vârsta adolescentului.

O altă consecință este refuzul de a merge la școală și atunci, cei din jur își dau seama că este ceva în neregulă. Nu trebuie neglijat nici copilul care agresează. Studiile arată că unii dintre copiii care fac bullying evoluează către diagnostic cu tulburări de conduită la vârsta adolescenței.

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. Acest fenomen amplu, de cele mai multe ori, lasă urmări fizice, verbale, relaționale și chiar sociale. Pe plan fizic se pot asocia de la împrânceli și lovituri până la mușcături, zgârieturi și vânătăi. Pe plan verbal, le putem asocia cu țipete, folosirea poreclilor, amenințări și insulte care aduc victimei o stare de anxietate și disconfort. La nivel relațional, victimele ajung să se izoleze, sau să fie intimidat și chiar manipulate ceea ce îi va afecta și social, pentru că se vor marginaliza și se vor autoexclde chiar și din situațiile unde nu sunt expuse.

Ca forme de identificare și soluționare a cazurilor de bullying, autoritățile au propus reglementarea consilierii psihologice în unitățile de învățământ, introducerea unor teme legate de bullying în curriculumul școlar în cadrul orelor de consiliere și orientare, dirigenție, ca subiecte de educație civică incluse în manualele aferente; monitorizarea audio-video a unităților de, supravegherea video în spațiile publice din perimetrul instituțiilor de învățământ. În școală, cadrele didactice trebuie să observe comportamentul elevilor pentru a putea preveni manifestările violente ale acestora prin discuții atât cu elevii în cauză cât și cu familiile lor. Doar o bună colaborare a familiei cu personalul didactic va reuși prevenirea/stoparea/îndreptarea unor deviații comportamentale, deoarece cadrul legal nu permite școlii luarea unor măsuri extreme care să determine din partea elevului respectarea drepturilor celor din jur. Școlii îi revine sarcina de a corija abaterile, de a defini clar diferența dintre moral și imoral, deoarece copilul se va manifesta în mediul școlar influențat de imaginile vizualizate. Elevii trebuie învățați ce înseamnă a trăi în societate: a te înțelege reciproc, a asculta opiniile celor din jur, a exprima problemele în cuvinte nu în fapte, a lua decizii colective, și a te supune deciziei majorității, a-și controla pornirile violente. La nivelul clasei este indicată elaborarea unui regulament intern. Elevii sunt cei ce negociază regulile, și stabilesc sancțiunile în cazul abaterilor. Trebuie stabilite reguli simple ce pot fi lesne înțelese și respectate.

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;
4. Jigău, M. (coord.) (2006), *Prevenirea și combaterea violenței în școală. Ghid practic pentru directori și cadre didactice*, Editura Alpha MDN, Buzău;
5. Gug Maria-Claudia, prof. inv. preșcolar G.P.P.nr.53, structură G.P.N.nr.14-Oradea.

## Bullying-ul în grădiniță. Cauze, efecte, măsuri de combatere

prof. înv. preșcolar Bădescu Alina  
Grădinița nr. 138, București

Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil, de excludere, de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Pentru a fi considerat bullying, comportamentul trebuie să fie repetitiv, agresiv și să fie orientat către un copil care este mai mic, mai slab sau care are probleme de sănătate.

Din păcate, problemele apar în familie. Mai ales când părinții nu își cenzurează atitudinea și cuvintele aggressive 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 support și afecțiune.

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. Deși încearcă să scape de pedeapsă, li se confirmă că sunt neputincioși în momentul în care sunt pedepsiți.

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:

- bullying fizic – sunt luate în derâdere caracteristici legate de înălțime, greutate, culoarea părului etc.;
- bullying verbal (etichetarea, minciuna, satirizarea , etc);
- social (dizabilitate, etnie, tip de familie etc.).

Dacă ai suspiciunea că prichindelul tău este o victimă a bullying-ului sau, din contră, un agresor iată cum îl poți ajuta. În primul rând, să crezi ceea ce-ți spune educatoarea despre comportamentul copilului tău, să nu o consideri lipsită de obiectivism atunci când îți relatează despre comportamentul lui din timpul zilei.

Cea mai eficientă metodă de eliminare a bullying-ului la grădiniță este autoeducarea părinților!

*Recomandări și soluții de combatere:*

Dacă ai un copil care agrează ,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 verbal, 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 sau profesoarei 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 civilizată, 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.

Este important ca părinte, indiferent în ce situație m-aș afla, părinte de copil agresat sau agresor, să acționez imediat, să ofer credibilitate copilului agresat și să acționez pentru a stopa sau diminua puterea de agresiune a celui care agresează!

*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. 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 i-a măsurile care se impun în urma investigațiilor.

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

Bullying-ul începe la grădiniță. Pentru a nu degenera la școală, părinții ar trebui să cunoască mai multe detalii despre acest fenomen și, mai ales, să ia din timp măsuri!

#### ***Bibliografie:***

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

## Fenomenul de bullying în școala românească

Prof. înv. primar Berende Dina  
Școala Gimnazială „Mihai Eminescu” Dej, jud. Cluj

Bullying-ul este un fenomen nedorit ce apare, tot mai frecvent, în școala românească, chiar și la cei de vârstă școlară mică. Acesta implică intimidare, un comportament bazat pe agresivitate și inducerea stării de frică. Fiindu-i frică, celălalt va renunța să mai lupte fizic sau verbal, ceea ce îl va face mai vulnerabil și ușor de învins.

### Tipuri de intimidare

- **intimidare fizică** (împingerea, lovirea, împiedicarea cuiva cu scopul forțării acestuia să adopte un comportament inferior față de cel care îl intimidează, distrugerea lucrurilor unei persoane);
- **intimidare verbală** (tachinări, amenințări, insulte, comentarii având ca scop determinarea celui alt să nu mai răspundă);
- **intimidare socială** (înăbușirea comportamentului adversarului prin orice mijloace, excluderea unei persoane dintr-un grup, punerea unei persoane într-o situație neplăcută în public);
- **intimidare electronică** (utilizarea tehnologiilor digitale pentru intimidarea unei persoane).

### Roluri în comportamentele de tip bullying

Atunci când vorbim de bullying, copiii pot juca diverse roluri. Astfel, copiii care îi agrează pe alții sunt numiți „bullies”, cei agresați/victimele sunt numiți „bullied”, iar spectatorii/martorii devin „bystanders”. Uneori, copiii pot fi atât agresați, cât și agresori sau pot fi spectatori când alți copii sunt hărțuiți.

Odată cu vârsta, crește frecvența comportamentelor de bullying, iar formele de manifestare se accentuează. Cele mai frecvente forme de bullying din școlaritatea mică sunt: tachinarea („ochelariștii” pentru copiii care poartă ochelari, „balenă” pentru copiii care au o greutate mai mare, „girafă” pentru copiii mai înalți, „sărac” pentru copiii cu posibilități financiare mai reduse), izolarea unui copil („Nu vă mai jucați cu ea!”, „Nu mai sta cu noi la masă!”), împrăștierea de zvonuri false.

Elevii sunt hărțuiți din mai multe motive. Uneori sunt hărțuiți din cauza etniei, rasei, religiei, dizabilităților, greutății, înălțimii, popularității, inteligenței sau pentru orice lucru care creează diferențe între copii. Alteori sunt, pur și simplu, în locul nepotrivit la momentul nepotrivit.

Cei care agrează au, uneori, probleme și sunt nefericiți. Prin hărțuire, aceștia încearcă să compenseze lipsa de atenție sau iubire din propriile vieți, iar pentru a-și îmbunătăți propriul statut social încearcă să îi domine pe ceilalți. De multe ori, nici măcar nu știu că ceea ce fac produce rău celor din jur și nici nu înțeleg sentimentele persoanei pe care o agrează, considerând că este normal să acționeze așa.

Pentru unii copii, comportamentul de bullying este o cale prin care au învățat să primească atenție, chiar dacă într-un mod negativ. Alți copii se comportă așa, deoarece cred că, în felul acesta, sunt mai puternici, iar 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, acționând în același mod în care au fost tratați și ei în contextele lor de viață.

Bullying-ul produce suferință, tensiune, fapt care modifică relațiile din grupul școlar. Pentru eliminarea comportamentelor de bullying este necesară intervenția directă a cadrelor didactice. Cu ajutorul acestora, copiii învață cum să facă față comportamentelor de tachinare, poreclire sau a altor forme mult mai grave. Copiii trebuie să înțeleagă că aceste tipuri de



comportamente sunt inacceptabile. Pentru că bullying-ul afectează pe toți elevii clasei este foarte important să îi învățăm pe copii ce să facă dacă sunt martorii unui asemenea eveniment. De obicei ceilalți copii, care nu sunt agresati, se simt ușurați că nu sunt ei ținta bullying-ului și tind să evite agresorul, nedorind să intervină în apărarea copilului agresat.

Comportamentele de tip bullying ce apar în școala sau în clasă pot fi controlate, noi nu putem să preconizăm ce vor spune sau face ceilalți. Copiii trebuie învățați cum să își controleze propriile reacții, deoarece multora le lipsesc abilitățile sociale necesare pentru a face față glumelor, etichetărilor și farselor colegilor lor. Atunci când plâng sau se înfurie își încurajează colegii să continue cu un comportament intimidat și agresiv.

Primul pas în reducerea comportamentelor de tip bullying presupune recunoașterea lor și găsirea unor modalități de gestionare/ a unor soluții pentru stoparea acestora.

### **Modalități de gestionare a comportamentelor de tip bullying**

- **Ignorarea copilului care este agresiv**

Elevul agresat trebuie să se comporte normal, ca și cum nimic nu s-a întâmplat, nebăgându-l în seamă pe agresor. Controlarea furiei, a plânsului îl vor face pe celălalt să renunțe. Ignorarea, însă, nu este o metodă bună atunci când o persoană este tachinată de foarte mult timp. În astfel de situații, ar fi mai bine ca elevul tachinat să plece.

- **Transmiterea de mesaje la persoana I**

Metodă urmărește o mai bună exprimare a propriilor emoții: „Sunt supărat/nu mă simt bine/nu-mi place când faci glume pe seama vestimentației mele și aș prefera să nu te mai porți așa/să încetezi”. Tehnica devine eficientă atunci când copilul agresat îl privește în ochi pe agresor și îi vorbește pe un ton calm, ferm. Această strategie funcționează doar atunci când este folosită într-un cadru controlat, precum cel al clasei, în care există niște reguli, iar cadrul didactic monotorizează astfel de situații. Folosirea ei în pauze sau în curtea școlii poate să ducă la înrăutățirea situației, deoarece copilul care tachinează observă că modul în care s-a comportat a dus la împlinirea așteptărilor sale, iar în felul acesta va continua să acționeze la fel.

- **Răspunsul paradoxal**

Potrivit acestei tehnici, copilul învață să transforme cuvintele jignitoare în complimente. De exemplu, un copil face glume pe seama sa datorită faptului că el este mai plinuț și spune „parcă ești un elefant”. În această situație, elevul tachinat poate să răspundă politicos: „Mulțumesc că ai remarcat că sunt mai voinic”, fapt ce îl va face pe celălalt să devină confuz. Un alt tip de răspuns paradoxal presupune ca elevul tachinat să fie de acord cu ceea ce se spune despre el. De exemplu, răspunsul adecvat la adresa unui copil care tachinează și spune „Ai așa de mulți frați!” ar putea fi „Este adevărat, am o mulțime de frați!”. Fiind de acord cu ceea ce spune copilul care agresează, acesta îl va determina pe agresor să înceteze.

- **Răspunsul cu un compliment**

De exemplu, dacă cineva râde de modul în care copilul scrie, acesta ar putea răspunde cu un compliment „Tu scrii foarte frumos!”. Umorul este eficient, deoarece aduce cu sine un răspuns neașteptat, subliniind 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.

Comportamentul de bulling creează o atmosferă pervazivă și nedefinită de intimidare, frică și tăcere printre copii și de aceea abordarea eficientă a fenomenului de bullying trebuie să implice întreaga școală, numai așa se vor găsi soluții multiple, nuanțate, care să ia în considerare complexitatea acestei forme specifice de violență între copii. Intervențiile antibullying eficiente nu pot fi limitate doar la clasă, la activitățile curriculare sau extracurriculare. Ele nu pot funcționa singure, fără angajamentul administrației școlii, profesorilor și personalului auxiliar, implicarea părinților fiind, de asemenea, extrem de importantă. În ultimul rând, dar nu mai puțin important, participarea semnificativă din partea copiilor ar trebui văzută ca o resursă puternică în abordarea bullying-ului școlar.

În concluzie, 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 niciodată.

**Bibliografie:**

- Juvonen, J. & Graham, S., (Eds.) (2001), *Peer harassment in school*, Guilford Publications.2, New York.
- Olweus, D., (2001), *Olweus' core program against bullying and antisocial behavior: A teacher handbook*, HEMIL-senteret, Universitetet i Bergen, N-5015 Bergen, Norway.
- Olweus, D., (2002), *A profile of bullying at school. Educational Leadership*, Vol.60, pp. 12-17.
- <https://www.storyboardthat.com/ro/articles/e/bullying-educa%c8%9bie>
- <https://www.salvaticopiii.ro/ce-facem/advocacy-campanii/campania-globala-pentru-educatie>

## **Rolul cadrului didactic în prevenirea și combaterea intimidării, umilirii și hărțuirii la vârstă școlară mică**

**Învățător Dragoș Bibire  
Liceul Tehnologic „Georgeta J. Cancicov“ Parincea, jud. Bacău**

În ultima perioadă se acordă o atenție sporită bullyingului școlar, în contextul în care teoria și practica educațională nu mai tolerează sub nici o formă violența asupra copiilor/elevilor și nu mai găsește nici o scuză utilizării acesteia la orice nivel. Trebuie apărat interesul copilului pentru a-i asigura dezvoltarea în cele mai bune condiții. Promovarea siguranței în școală înseamnă, în primul rând, prevenirea bullyingului școlar. Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil/de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Formele de manifestare ale bullyingului la vârsta școlară mică sunt: comportamentul de intimidare, hărțuire, umilire, excludere, împrăștierea de zvonuri false, violența între elevi. Bullying-ul în școală înglobează o serie de comportamente agresive prin intermediul cărora un elev încearcă să obțină unele beneficii cum ar fi: apreciere, valorizare, atenție din partea celorlalți colegi sau chiar o serie de bunuri într-un mod negativ. 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). Unii elevi se manifestă astfel pentru că așa au învățat să se simtă puternici, când ceilalți se tem de ei, pentru a fi acceptați de elevii cu o popularitate mai mare sau reprezintă o cale ușoară de a fi percepuți de ceilalți ca fiind „cool”. Uneori, imita modele învățate și acționează în același mod în care au fost tratați ei în contextele lor de viață.

Atunci când se vorbește despre bullying în școală, se consideră drept surse favorizante factorii exteriori ai școlii: mediul familial, care reprezintă cea mai importantă sursă a agresivității elevilor, dar

și mediul social. Mulți dintre elevii care prezintă un profil agresiv provin din familii dezorganizate, au experiența divorțului părinților și trăiesc în familii monoparentale.

Intimidarea, amenințarea, umilirea sunt încercări agresive, de obicei, sistematice în scopul subminării și rănirii cuiva, pe baza unor slăbiciuni percepute la acesta. Bullyingul este un factor de risc pentru abandonul școlar și delincvență juvenilă. Efectele asupra victimei sunt adesea devastatoare din punct de vedere emoțional și comportamental. Efectele acestui fenomen sunt:

- izolare socială;
- afecțiuni care pot fi agravate din cauza stres-ului resimțit de cel agresat;
- un sistem imunitar scăzut și alte afecțiuni cauzate de anxietate și stres;
- apariția unui sentiment de rușine;
- scăderea stimei de sine;
- pierderea prietenilor sau evitarea situațiilor sociale;
- performanțe școlare reduse din cauza scăderii capacității de concentrare

Recunoașterea acestor semne este un prim pas important în luarea măsurilor împotriva bullying-ului. Un elev care este victimă a bullying-ului are nevoie de sprijinul adulților din jurul lui. Cu ajutorul nostru, al cadrelor didactice, elevii învață cum să facă față comportamentelor de tachinare, poreclire, umilire, hartuire sau a altor forme mult mai grave.

Fiecare elev are nevoie să primească mesajul că aceste tipuri de comportamente sunt inacceptabile. Deoarece bullying-ul apare de obicei în comunitățile de elevi, acest mesaj trebuie să fie promovat și întărit atât la școală, cât și acasă.

Pentru a preveni și controla fenomenul agresivității elevilor, este necesar să ne raportăm la contextul de apariție al acestuia, la cauzele care stau la baza unor manifestări agresive și vom lua în considerație toți factorii: familiali, sociali, școlari, de personalitate.

Și asta nu numai în condițiile în care cauzele agresivității se găsesc în mediul școlar, ci

și în situația în care cauzele se află în exteriorul școlii. Pentru că bullying-ul afectează pe toți elevii din grup, nu se reduce doar la elevul care agresează și la victimă, este important să îi învățăm pe elevi ce să facă dacă sunt martorii unui asemenea eveniment. Martorii bullying-ului, care sunt de obicei ceilalți elevi, de multe ori stau retrași nu intervin pentru că nu sunt ei ținta bullying-ului și evită agresorul. Bullying-ul creează o atmosferă de intimidare, frică și tăcere printre elevi. Tachinarea, umilirea, intimidarea, hărțuirea nu pot fi întotdeauna prevenite. Noi nu putem controla totdeauna ceea ce spun sau fac ceilalți și nu toți elevii din învățământul primar au abilitățile sociale necesare.

Elevii trebuie învățați prin joc de rol ce să își spună în situația respectivă: să o privească și să se comporte diferit, să verifice valoarea de adevăr a celor spuse pe seama lor. Ei se pot gândi la calitățile lor care contravin remarcilor negative făcute de agresor. Elevii ar trebui să ignore tachinarea, intimidarea sau hărțuirea celor din jur și să acționeze ca și cum nimic nu s-a întâmplat. Manifestarea furiei sau izbucnirea în plâns adesea accelerează comportamentele de tachinare și intimidare. Uneori, dacă este posibil, le recomandăm să plece din situația creată deoarece ignorarea nu este o metodă bună în situații în care cineva tachinează de foarte mult timp și repetat. Tot prin jocuri de rol îi învățăm pe elevii agresati să folosească mesaje cu un ton ferm dacă este posibil: „Sunt trist/nu-mi place când faci glume pe seama ochelarilor/coșurilor de pe fața mea sau înalțimii mele și aș prefera să încetezi!”. Această tehnică funcționează când este folosită într-un cadru controlat, în care există un adult, există niște reguli, cum ar fi în clasă, la școală. Folosirea ei în recreație sau în curtea școlii poate să ducă la agravarea situației. Elevul 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.

O altă tehnică este folosirea răspunsului paradoxal care învață elevul cum să-și schimbe modul în care vede sau înțelege cuvintele pe care celălalt le spune la adresa sa. Astfel, el poate schimba cuvintele de tachinare în complimente. Dacă un elev face glume pe seama sa că poartă ochelari poate

răspunde politicos: „Mulțumesc că ai observat că am ochelari!” Elevul 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 sau intimidează. De exemplu, răspunsul adecvat la adresa unui elev care tachinează și spune „Ai așa de multe coșuri pe obraz!” ar putea fi „Este adevărat, am o mulțime de coșuri!”, răspuns care lasă agresorul fără replică deoarece conflictul este blocat. Răspunsul cu un compliment este un alt tip de reacție care descurajează tachinarea, intimidarea, umilirea. Dacă cineva râde de modul în care elevul 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 tachinare într-una comică. Pentru situațiile în care comportamentul de bullying se menține elevii au nevoie să solicite ajutorul unui adult. Noi, cadrele didactice, trebuie să-i învățăm pe elevi prin toate acțiunile noastre ce să facă când sunt agresati:

- 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);

- să evite să se afle în preajma colegilor violenți;
- când se află într-o situație critică, să nu arăte că îi este frică pentru a descuraja agresorul;
- să răspundă cu un compliment pentru a liniști situația;
- să își facă prieteni;

Un elev aflat în postura de victimă trebuie să fie învățat:

- să nu se înfurie, să nu plângă ca să nu încurajeze colegii în a continua intimidarea;

- să nu se comporte agresiv (să nu lovească, să nu înjure etc.);
- să nu aducă alți elevi sau o gașcă cu ajutorul căreia să își facă dreptate;
- să nu răspundă cu tachinare sau umilire.

Cadrele didactice pot contribui la diminuarea fenomenului fie prin activități de informare, implicare și combatere a fenomenului, fie prin neacceptarea și sancționarea imediată a unor astfel de comportamente. Se cunosc trei tipuri de prevenție pe care le poate asigura școala și care se completează reciproc:

- fiecare cadru didactic poate realiza o „prevenție primară”, prin dezvoltarea unei atitudini pozitive față de fiecare elev, exprimarea încrederii în capacitatea lui de a reuși, valorizarea efortului elevului; toate aceste atitudini pot reduce riscurile apariției agresivității;
- o „prevenție secundară”, realizată printr-o observare atentă a elevului de către cadrul didactic, prin reperarea efectelor unor agresivități la care elevul a fost supus în afara mediului școlar și semnalarea profesioniștilor (psihologului școlar, asistentului social) cazurile respectivelor elevi, dar și autorităților competente, care pot lua măsuri de ajutor și de protecție pentru înlăturarea cauzelor abuzurilor ;
- o „prevenție terțiară”, ce se referă la sprijinul direct adus elevilor care manifestă comportamente agresive, pentru prevenirea recidivei care presupun adoptarea unor măsuri după producerea comportamentului agresiv;

Și în cazul acestor elevi, menționarea unor așteptări pozitive față de ei, dezvoltarea sentimentului de apartenență comunitară, exprimarea preocupării față de situația lor și integrarea lor în activitățile grupului sunt factori de protecție ce pot fi exercitați în cadrul instituției școlare. Principiile care stau la baza măsurilor de prevenție se referă la faptul că elevii trebuie să informeze profesorii atunci când au loc situații de bullying iar agresorii trebuie pedepsiți! Știm că agresivitatea nu poate fi eliminată, dar poate fi neutralizată prin activarea tuturor forțelor. În școala este necesară satisfacerea nevoii de afecțiune și ocrotire a elevului pentru ca acesta să nu perceapă școala ca pe o instituție de tip frustrant. Astfel, în relația cu elevii, noi trebuie să ne exprimăm autoritatea în sens constructiv, să favorizăm crearea unei ambianțe plăcute de colaborare, să stimulăm și să-i punem pe elevi în poziția de a se afirma prin dezbateri. În acest sens, noi aplicăm o strategie bazată pe comunicare și înțelegere.

Cadrul didactic are posibilitatea să creeze suficiente ocazii prin care elevii să se cunoască mai bine, să se descopere, să vorbească despre aspirațiile lor. De asemenea, noi trebuie să favorizăm comunicarea între elevi, organizând pentru ei activități în grupuri mici, ajutorarea elevilor mai slabi de către cei buni și chiar exerciții speciale de comunicare care să vizeze dezvoltarea aptitudinii de a comunica. În ceea ce privește respectarea regulilor de către elevi, ca o condiție a socializării, este necesar ca acestea să fie negociate cu elevii și chiar aceștia să participe la elaborarea unor reguli. Alături de regulile școlare care vizează ținuta, efectuarea temelor, prezența la cursuri, sunt și reguli de „civilitate”, ce au în vedere limbajul folosit, modalitățile de adresare, respectul față de celălalt, păstrarea bunurilor școlare, toleranța, solidaritatea, într-un cuvânt, maniera de a se comporta.

Elevii acceptă mai ușor regulile al căror sens este transparent iar dacă școala e un loc de învățare a democrației, atunci aceasta presupune ca elevii să participe la stabilirea regulilor. În cazul încălcării regulilor de către unii elevi, sancțiunile trebuie să aibă o funcție de educare a responsabilității și a respectului față de celălalt. De aceea cadrul didactic are rolul: • să stabilească foarte clar, de la început, care sunt regulile, limitele de toleranță admise și sancțiunile aplicate în cazul încălcării lor; • să încurajeze și să recunoască explicit comportamentele negative; • să intervină operativ în caz de încălcare a unei reguli, denunțând și numind abaterea comisă; • să creeze condiții de dialog, de discuție cu cel care a încălcat regula; • să caute să înțeleagă motivele încălcării regulilor; • să recurgă la pedeapsă doar atunci când comportamentul indezirabil este persistent și nu lasă loc alternativei; • pedeapsa trebuie să fie cât mai apropiată în timp de actul de încălcare a regulii; • aplicarea pedepsei nu trebuie făcută în momente de furie, pentru că riscă să fie injustă, • pedeapsa trebuie însoțită de o discuție asupra circumstanțelor, asupra regulilor ce au fost încălcate, precum și a consecințelor viitoare dacă se va repeta

greșeala; • pedepsele nu trebuie să fie umilitoare.

S-a constatat că, de multe ori, în spatele manifestărilor agresive ale unor elevi se află situații de eșec școlar care le afectează acestora încrederea în sine. Noi trebuie să avem o atitudine pozitivă față de elevii respectivi, să-i încurajăm, să le stimulăm eforturile, atât pe planul comportamentului, cât și pe cel al activității de învățare. De asemenea, elevii trebuie ajutați să-și învingă sentimentele de inferioritate, de neputință și să dobândească încredere în propriile capacități, în aptitudinile lor, să-și modifice propria imagine. Pentru o reprezentare cât mai corectă a imaginii pe care elevul o are despre sine, ar trebui chemați să participe: colegii, părinții, consilierul, psihologul școlar pentru optimizarea și obiectivarea imaginii de sine. Elevii vor fi sprijiniți să cunoască principiile care stau la baza măsurilor antibullying din cadrul școlii și clasei din care fac parte:

- nu îi vom agresa pe colegii noștri și vom ajuta elevii care sunt agresati
- vom încerca să includem în colectivitatea noastră elevii excluși ;
- vom anunța un adult din școala sau de acasă dacă știm de un coleg agresat ;

*La nivelul clasei de elevi pot fi aplicate de către cadrele didactice următoarele măsurile anti-bullying ;*

- întâlniri periodice între cadre didactice - diriginte - părinți –elevi pentru menționarea situațiilor în care a fost semnalată agresivitatea la elevi și discutarea posibilelor soluții ;
- inserarea în “regulile clasei” a unor reguli împotriva fenomenului bullying ;
- activități și discuții despre bullying la ora de Consiliere/Dezvoltare personală;
- respectarea Regulamentului școlar în care sunt prevăzute rolul dirigintelui, profesorilor, consilierilor, dar și obligațiile și drepturile elevilor care va fi adus la cunoștință și părinților;
- identificarea potențialelor victime și a potențialilor agresori.
- utilizarea de jocuri în cadrul școlii, după terminarea orelor, unde cadrele didactice supraveghează atent activitățile elevilor deoarece s-a constatat că multe acte de violență se produc în afara orelor de program, atunci când elevii știu că nu sunt supravegheați de către un adult;
- derularea programelor anti-bullying care au ca scop prevenirea și reducerea frecvenței manifestărilor agresive:
- intervențiile consilierilor școlari prin activități de consiliere a victimilor agresate, dar și de organizare a unor ședințe de consiliere, în care elevii să învețe cum să se cunoască pe ei înșiși ,pe cei din grup și cum să relaționeze;
- implicarea părinților în activități la nivel de școală sau comunitate locală ce urmăresc dezvoltarea socio-emoțională a elevilor;
- implicarea familiilor model în organizarea unor activități în care sunt invitați elevii care au manifestat un comportament agresiv, pentru a învăța cum să relaționeze și să aibă un comportament adecvat în diverse situații;
- implicarea comunității locale: Poliție, Autorități Locale pentru Protecția Copilului, ONG-uri, Biserica prin programe de asistență la nivel individual sau de grup a elevilor care manifestă agresivitate în spațiul școlar.

Elevii vor fi implicați în activități antibullying prin rezolvarea unor sarcini ca:

- realizarea unor mici anchete de teren privind principalele situații de bullying care apar în zona în care locuiesc (proiecte realizat în grupe de câte 2-3 elevi);
- dezbateri a unor situații de bullying școlar prezentate în mass-media: înțelegerea cauzelor, analiza modului în care situațiile puteau fi evitate, analiza consecințelor asupra victimelor/agresorilor;
- analiza în cadrul unei dezbateri a principiilor/valorilor morale încălcate de diferite ocazii;
- realizarea unui colaj de imagini din mass-media care prezintă situații de bullying și analiza acestora în cadrul unor ore de Dezvoltare personală împreună cu un expert psiholog, sociolog etc.;
- realizarea unei prezentări Power Point în cadrul orelor de Consiliere care să urmărească o

temă relevantă privind bullyingul școlar; editarea unui CD cu toate prezentările elevilor;  
- organizarea unui jocuri de rol în care elevii să simuleze un process juridic pornind de la un incident violent petrecut în școală;

Profesorii au un rol foarte important prin evaluarile și reacțiile lor față de situațiile de bullying în rândul elevilor. Deși nu există un algoritm cu rețete cheie, un cadru flexibil în care motivația, informațiile, evaluarea, cunoașterea tehnicilor adecvate, imaginația și creativitatea membrilor echipei pot fi garanția unei intervenții consecvente și benefice. Este datoria tuturor să identifice, să raporteze și să oprească bullyingul !

### **Bibliografie:**

1. Anderson, W., Curs practic de încredere, București, Editura Curtea Veche, 1999
2. Fundația Copiii Noștri și UNICEF România, Agresivitatea copiilor, Înjurături, lovituri, bătăi, Sugestii pentru părinți și educatori.
3. Gittins, Chris, Reducerea violenței în școală, un ghid al schimbării, Copiii și violența, COE, 2007
4. Studiu sociologic la nivel național, Bullying-ul în rândul copiilor - Prevenirea bullying-ului, Organizația Salvați Copiii, în <https://www.salvaticopiii.ro/>
5. PROEURO-CONS, „Compassiune și acțiune – Program de prevenire a bullying-ului în școală” – suport de curs
6. Jigău, M. (coord), Balica, M., Fartușnic, C., Horga, I., Ionescu., M., Măruțescu, A., Săuncan, D., Voinea, L. Prevenirea și combaterea violenței în școală. Ghid practic pentru directorii de școală și cadre didactice. Buzău: Alpha MDN, 2006

## Descurajarea intimidării, primul pas pentru o școală fără bullying

prof. Bora Carmen

Școala Gimnazială „Mihai Eminescu” Dej, jud. Cluj

Bullying-ul este un fenomen prezent în rândul copiilor școlari, o acțiune repetitivă și conștientă de hărțuire, sau de tachinare, cu scopul de a-l umili și intimida pe celălalt, cu intenția de a produce răni emoționale.

Este dificilă traducerea exactă în limba română a cuvântului „bullying” însă, poate fi asociat cu termenii de intimidare, terorizare, brutalizare. Bullying-ul nu are la bază un conflict real, ci se bazează pe dorința unei persoane sau a unei grupări de a-și impune autoritatea prin forță, de a atrage atenția, de a câștiga puterea, punându-i pe ceilalți în inferioritate, într-o lumină proastă.

Școala este mediul în care se manifestă cel mai adesea acest fenomen, fapt confirmat de studiile care arată că fenomenul de bullying este prezent, în România în procent de peste 80%, în școli. Dar agresiunea copiilor față de ceilalți colegi poate avea loc și în afara orelor de școală, în parcuri, în întâlnirile lor din timpul liber.

Elevii care își agresează colegii, îi lovesc, îi intimidează, amenință, îi jignesc, îi șantajează și îi pot obliga să facă ceva împotriva dorinței lor. Majoritatea studiilor referitoare la bullying se referă la agresivitatea în rândul băieților, însă acest fenomen poate apărea, și chiar este din ce în ce mai frecvent, și în rândul fetelor. Se pare că, pentru fete, efectele sunt și mai devastatoare, deoarece ele se implică mult mai mult emoțional în relațiile lor, așa că și impactul este pe măsură. Iar dacă la băieți fenomenul de bullying poate fi sesizat mai ușor, pentru că vor fi și acte de violență fizică, cel mai probabil, în cazul fetelor este ceva mai dificil de identificat, pentru că cel mai frecvent este vorba de răspândirea unor zvonuri, bârfe, comentarii răutăcioase, excluderea din grupuri, dezvăluirea unor secrete.

Fenomenul de bullying determină apariția unor tulburări precum: depresia, scăderea încrederii în sine, lipsa stimei de sine, însingurare, depresie, anxietate, rezultate slabe la școală, dureri de cap, tulburări de apetit, insomnii.

Termenul de bullying este destul de recent introdus în țara noastră. Cu toate acestea, fenomenul pe care îl prezintă este regăsit de foarte mult timp în școli, iar mulți copii au de suferit din acest motiv. Bullying-ul înseamnă intimidare și hărțuire, identificându-se prin trei caracteristici importante: intenție, repetare și putere.

Un bățauș sau un agresor intenționează să provoace durere, fie prin vătămări fizice, fie prin cuvinte sau comportamente rele, acest lucru având loc în mod repetat.

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, aceștia provin în general din comunități marginalizate, 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 agresati sau când devin agresori.

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. 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.

Există multe **forme de intimidare sau practici de intimidare**, cum ar fi:

- Bloc social - constă în promovarea sau organizarea marginalizării sau izolării sociale a victimei, interzicându-i să participe la activități sociale sau sportive, excluzându-l din dinamica grupului sau chiar să solicite grupului să nu vorbească, sub amenințarea că suferă aceeași soartă.
- Hărțuirea- acest nume cuprinde diverse dinamici de hărțuire sistematică, persecuție și intimidare, care insistă pe un mesaj de dispreț, neîncredere, umilire, ridicol și chiar ură.
- Manipularea socială - acesta este numele dat încercărilor de denaturare a imaginii publice a unui partener de sex masculin sau de sex feminin, supărându-i pe terți împotriva lui, fabricând acuzații, implicându-l în probleme cu ceilalți, pentru a favoriza o apreciere negativă a grupului care va duce ulterior la agresivități suplimentare.
- Constrângerea - adică, comportamente intimidante care încearcă să forțeze victima să ia măsuri sau să spună lucruri împotriva propriei voințe, sub amenințarea violenței fizice, sociale sau de altă natură.
- Violența- acesta este punctul cel mai vizibil dintre toate, care traversează linia integrității corporale și poate face daune fizice temporare sau permanente. Agresiunea fizică poate apărea la diferite niveluri, de la simple abuzuri, la bătăi și chiar violența sexuală.

### **Cauze de intimidare**

Cauzele intimidării se află în primul rând în abuziv, de obicei victimizat de părinți abuzivi, case disfuncționale și probabil o încărcătură de violență. Motivele sale pentru abuz pot fi de diferite tipuri, de la o cerere inconștientă de afecțiune, invidie a băiatului pe care îl abuzează sau dinamici diferite apropiate de psihopatie care denotă o absență îngrijorătoare de empatie.

Pe de altă parte, climatul instituției de învățământ poate fi mai mult sau mai puțin favorabil bullyingului. Instituțiile prea rigide, în care o ordine implacabilă împiedică comunicarea între elevi și profesori sau, invers, instituțiile fără niciun fel de ordine și disciplină, pot fi favorabile pentru apariția acestui tip de comportament.

### **Prevenirea intimidării**

Efectele fizice ale intimidării pot fi evidente și imediate, precum rănilor suferite în urma unei agresivități 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.

Trăirea frecventă a unor agresivități poate afecta sistemul imunitar și poate afecta nivelurile de cortizol, un hormon asociat cu nivelurile crescute de stres.

Intimidarea poate avea un impact negativ chiar și asupra rezultatelor la învățatură. Astfel, copiii hărțuiți pot avea rezultate slabe la învățatură, lucruri observate de la nivelul grădiniței și până la finalul liceului.

Specialiștii afirmă că numai printr-o intervenție simultană asupra indivizilor, a mediilor lor familiale și a instituției de învățământ, este posibil să se „taie” bullying-ul de la rădăcină. Cu toate acestea, acest lucru este influențat de numeroși factori socioculturali care sunt dincolo de sfera educațională și care adesea îngreunează identificarea doar a abuzatorului.

Școlile au obligația de a promova comunicarea între elevi și profesori. Acest lucru împiedică cazurile de abuz să fie invizibile pentru personalul instituției, în special pentru cei responsabili de disciplină și pentru cei responsabili de asistenta psihologică, dacă este cazul.

Implicarea părinților în această privință este esențială, precum și ruperea confortului indiferenței colegilor de clasă: abuzatorul trebuie identificat, denunțat și comportamentul său

respins de grup, astfel încât presiunea socială să cadă asupra comportamentului negativ, mai degrabă decât pe victimă.

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 observă că 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 observă.

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 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.

În orice caz, strategiile utilizate trebuie să fie lipsite de violență și trebuie să ofere siguranța ambelor părți.

## **Bullyingul la vârsta preșcolară**

**Prof.înv. preșcolar: Bora Valeria  
Grădinița cu P.P. „Paradisul Piticilor”Dej**

Bullyingul este un fenomen actual, tot mai frecvent întâlnit și în mediul preșcolar, ale cărui motive pot varia de la statutul social sau aspectul fizic al celor agresați, până la dorința agresorilor de imprimare a puterii asupra celor mai slabi.

Prin definiție, bullyingul reprezintă acte de violență repetată, continuă, cu intenția de a face rău unui copil (sau grup de copii). Este o acțiune intenționată, realizată cu un motiv existent în subconștient. În momentul actual, instituțiile preșcolare și-au schimbat viziunea legată de atitudinea comportamentală a copiilor, din cauza tensiunilor și disfuncționalităților rimprevizibile. Grădinițele se confruntă cu diverse forme de manifestări conflictuale, care dacă nu sunt corectate se pot transforma în acțiuni agresive, de tip bullying. Insultele, porecele, îmbrâncirile, înjurăturile și intimidarea la nivel de grup sau la nivel individual sunt fenomene pe care copiii le întâlnesc din ce în ce mai frecvent, încă de la grădiniță, și care sunt considerate forme ale bullyingului. Aceste tipuri de agresivități influențează, în mod vizibil, percepția socială a copilului despre lume și oportunitățile acestuia de manifestare.

La copiii mici, invidia, frustrarea, competiția se manifestă uneori foarte violent, printr-o furie care poate fi deseori irațională. Înainte de vârsta de șapte ani, ei nu își controlează pe deplin emoțiile, deoarece la copiii mici predomină creierul reptilian (creierul emoțional). Evoluția spre maturizarea emoțională reprezintă un proces de durată concretizat prin manifestarea abilităților de reglare a emoțiilor, prin manifestarea capacității de cumpănă, control, anticipare și planificare.

În perioada preșcolară, copiii înțeleg lumea și pe ceilalți din propriul lor punct de vedere. A auzi, a înțelege punctul de vedere al celuilalt, „a te pune în locul celuilalt” este posibil doar atunci când copilul este capabil să-și autoregleze furia, frustrarea, când va ști să-și identifice emoțiile, acesta fiind momentul în care preșcolarul va putea să înțeleagă că tovarășul său este supărat și din ce motive.

Trist este că majoritatea copiilor au parte de primul episod de bullying acasă, în sânul familiei, de cele mai multe ori prin comportamentul neintenționat al părintelui.

Trebuie precizat că bullyingul nu înseamnă doar lovituri și vânătăi, ci și tachinări, comparații cu alți copii sau etichete pe care părinții le spun la nervi sau când nu mai găsesc altă soluție pentru corectarea unui comportament dezirabil. 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, combinate cu lipsa unor reguli clare și fiabile de îndrumare a copilului pot cataliza adoptarea comportamentului de tip bullying.

Psihologii și alți specialiști atrag atenția că atunci când o persoană este abuzivă, acest lucru se datorează faptului că realizează prin acțiunile sale o reflecție a abuzurilor suferite în trecut, fiind, prin urmare, un individ abuzat, care devine abuzator.

În grădinițe, aproape zilnic ne confruntăm cu manifestări de furie sau situații conflictuale între copii, rolul educatorului fiind de a media aceste conflicte și de a rezolva problemele apărute. În ciuda tuturor eforturilor depuse, periodic întâlnim situații stresante, stânjenoare sau diverse forme ale bullyingului.

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

solicită o soluție și schimbări semnificative la nivelul relațiilor dintre copii și în dinamica grupului. Pentru eliminarea acestor comportamente este necesară cel mai adesea o intervenție directă din partea adulților, încă din primele momente în care sunt observate.

**Este important ca educatorul să nu confunde bullyingul cu situațiile conflictuale ce apar în mod natural între copii.** Dacă doi copii s-au înfuriat și se ceartă pe o jucărie, acest comportament poate fi tratat ca și conflict. În schimb, dacă unul dintre copii îi ia jucăria altuia, îl tachinează, îl necăjește, folosindu-se de cele mai multe ori de avantajul de a fi mai mare decât victima sa, iar agresorul zâmbește, se amuză, simte plăcere pentru ceea ce face, acesta este un comportament ce poate fi încadrat ca bullying.

În consecință, rolul educatorilor este de a stopa apariția acestui fenomen în rândul copiilor, prin aplicarea unor strategii eficiente bazate pe:

- observarea atentă a comportamentului copiilor pentru o mai bună înțelegere a actelor de violență;
- dezvoltarea unor mijloace de comunicare cu copiii și stabilirea unor relații de încredere;
- dezvoltarea parteneriatului grădiniță- familie;
- colaborarea cu specialiștii din cadrul grădiniței (psihologul școlar).

Scopul aplicării acestor strategii este să ajute copiii să învețe limbajul emoțiilor, astfel încât să devină capabili să exprime verbal cum se simt într-o anumită situație, să spună ce ar dori să se întâmple sau ce ar vrea de la cei din jurul lor, într-un mod asertiv, acest lucru ducând la scăderea numărului de conflicte între ei. Un copil care învață de mic să își cunoască emoțiile și să fie empatic va fi cu siguranță mai puțin predispus la a fi agresor sau victimă la grădiniță /școală sau pe internet și va avea performanțe mai mari pe orice plan.

În concluzie, deși bullyingul este un fenomen care dobândește din ce în ce mai multă amploare în zilele noastre, efectele sale nocive asupra relațiilor interumane pot fi diminuate, chiar și în rândul preșcolarilor, prin abordarea unor tehnici eficiente care să permită crearea unui climat propice învățării și formării de relații de prietenie între preșcolari, bazate pe încredere și respect reciproc.

### **Bibliografie:**

1. \*\*\* (2016). Alege să trăiești sănătos. Despre bullying. Salvați Copiii România.
2. \*\*\* (2016). Bullying-ul în rândul copiilor. Studiu sociologic la nivel national. Salvați Copiii România. .
3. Șoitu, L., Hăvărneanu, C., Agresivitatea în școală, Iași, Editura Institutului European, 2001

## Prevenirea bullying-ului în școli și grădinițe

**Prof. Borodi Flavia**

**Prof. Sînă Alina**

**Grădinița cu P.P. „Paradisul Piticilor” Dej**

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).

Un copil care este victimă a bullying-ului are nevoie de sprijinul adulților din jurul lui. Cu ajutorul adulților, 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 sau grădinițe cât și acasă. Pentru că bullying-ul afectează pe toți elevii/ copiii din grup, nu se reduce doar la copilul care agrează 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 și nedefinită de intimidare, frică și tăcere printre copii.

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 să se comporte diferit:

**1. 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.

**2. 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).

**3. 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.

**4. 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).

**Copilul care este agresat trebuie să adopte următorul comportament:** 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. Este necesar ca adulții să respecte cele trei principii de intervenție:

- Să acționeze imediat
- Să-i ofere credit copilului agresat
- Să ia măsuri pentru a diminua puterea celui care agresează

## Stop bullying! Contează fiecare copil!

Prof.înv.primar Corina Borșan  
Consilier Școlar Rara Boldor  
Școala Gimnazială "Mihai Eminescu", Dej, jud. Cluj

**Bullying-ul** reprezintă un comportament nedorit sau agresiv manifestat de către o persoană (agresorul) față de o altă persoană (victima), comportament care reflectă un dezechilibru real sau perceput de putere între cele două

Literatura de specialitate prezintă trei tipuri clasice de bullying:

- bullying **verbal** (insulte, etichetări);
- bullying **social** (lezarea reputației sociale sau a relațiilor prin practici precum izolarea sau umilirea publică);
- bullying **fizic** (vătămare corporală).

Prevenirea acestui fenomen este un proces la care trebuie să contribuie actorii principali ai educației, respectiv părinții, profesorii și persoanele calificate (consilierul școlar, medicul școlar etc.).

Majoritatea metodelor de prevenție a bullying-ului au la bază angajamentul acestora în asigurarea condițiilor necesare creării unui mediu liniștit și prosper pentru dezvoltarea normală a copiilor.

Acest angajament se clădește pe dorința adulților-îngrijitori de a fi alături de copil și de a-l ajuta să se exprime deschis fără a se simți stânjenit sau rușinat. Un copil ai cărui părinți îi ignoră problemele sau tind să-l critice pentru greșelile sale, va avea tendința de a evita să aducă în discuție experiențele sale negative din teama de a fi ridiculizat sau ignorat. Un prim pas în prevenirea bullying-ului îl reprezintă oferirea de informații către elevi despre fenomenul de bullying, cauzele acestui fenomen, caracteristicile agresorului și victimei și consecințele bullying-ului asupra dezvoltării fizice și psihice armonioase. Această strategie presupune, de asemenea, și organizarea unor activități de învățare și exersare a unor metode de identificare și de combatere a bullying-ului, precum oferirea de ajutor copiilor-victimă, cererea de ajutor sau evitarea situațiilor posibil conflictuale. Activitățile de informare se pot realiza prin discuții individuale, dezbateri despre bullying, ore de consiliere și dirigenție, distribuirea de materiale media (filme, imagini) cu mesaje antibullying, campanii de informare locale sau naționale.

Specialiștii în sănătate mentală afirmă că o comunicare eficientă dintre copil și părinte, respectiv elev și profesor, reprezintă o măsură eficientă de prevenire a efectelor negative ale agresării. Relația pozitivă dintre părinți și copil, respectiv profesori și elevi, presupune construirea unui climat de încredere, asigurarea copilului că opinia sa este importantă, practicarea ascultării active, oferirea de sfaturi și sugestii pentru probleme copilului și reasigurarea că nu va fi criticat în timp ce acesta își exprimă problemele personale.

Părinții și profesorii îi pot încuraja pe copii să-și identifice interesele și activitățile preferate și să se implice în acestea. Activitățile extrașcolare, sportive, culturale sau de tip voluntariat îi permit copilului să construiască relații sociale cu persoane care au aceleași interese.

Această strategie presupune educarea atât a victimelor, cât și a agresorilor cu privire la ce înseamnă comportament pozitiv și așteptat, respectiv comportament negativ și nedorit. Strategia presupune două etape:

- 1- prezentarea comportamentelor și a consecințelor acestora
- 2- aplicarea imediată a consecințelor pentru comportamente, respectiv recompense pentru comportamentele pozitive și pedepse pentru comportamentele negative.

Comportamentele de bullying apar în general în locurile în care nivelul de supraveghere este limitat, precum băile, locul de joacă, coridoarele înguste, sălile de clasă de

la ultimele etaje ale școlii sau în mediul virtual. Sporirea supravegherii acestor medii va limita semnificativ frecvența actelor de agresiune.

Trebuie intervenit imediat ce observăm un fenomen de bullying.

Intervenția profesorului constă atât în oprirea imediată a comportamentului, cât și raportarea acestui eveniment conducerii școlii. Profesorii pot organiza ședințe separate de intervievare a agresorului și a victimei cu scopul de a afla mai multe despre natura incidentului. Nu este recomandată organizarea unei întruniri atât cu agresorul cât și cu victima, întrucât elevul agresat se poate simți stânjenit și intimidat de prezența agresorului și va fi mai puțin motivat să denunțe evenimentul respectiv.

*Profesorii trebuie să realizeze și să prezinte elevilor un regulament al activităților.*

Regulamentul va include rubrici precum drepturile și obligațiile elevilor (de exemplu, statutul elevului), regulile școlii, comportamentele așteptate și comportamentele nedorite sau interzise, consecințele acestora (recompensarea comportamentelor pozitive și pedepsirea celor negative).

*În școală este necesară implementarea unui sistem de raportare a bullying-ului*

Acest sistem presupune antrenarea profesorilor și a elevilor în depistarea semnalelor de apariție a actelor de bullying și raportarea sau relatarea acestora către profesori sau directori. Raportarea cazurilor de bullying va fi facilitată de factori precum: posibilitatea de a raporta cazurile de bullying în anonim, utilizarea unor grile de observare a fenomenului în timp sau ușurința cu care se poate prezenta un caz.

*De asemenea, în școală, trebuie derulate campanii de informare a elevilor cu privire la bullying*

Aceste campanii au ca scop prevenirea comportamentelor negative de tip bullying și promovarea comportamentelor pozitive și dezirabile social și se pot derula prin activități precum: organizarea de ore de dirigenție sau consiliere pe tema bullying-ului și a efectelor sale, organizarea de dezbateri pe tema bullying-ului, realizarea unui concurs de eseuri, discutarea unor cazuri de bullying din literatură, seriale TV, filme, precum și organizarea de sesiuni de brainstorming împreună cu clasa pentru a identifica posibile soluții pentru stoparea fenomenului.

Prevenirea fenomenului de bullying este un proces la care trebuie însă să contribuie actorii principali ai educației, respectiv părinții, profesorii și persoanele calificate (consilierul școlar, medicul școlar etc.). Doar prin conlucrarea tuturor factorilor responsabili de educația tinerei generații se poate contribui la prevenirea și/sau reducerea actelor de bullying atât de răspândite în școala zilelor noastre.

**Bibliografie:**

<https://www.romedic.ro/prevenirea-bullying-ului-0P34188>



## Copiii, actori în lupta antibullying

Prof. Cernea Vasile Silvestru  
Școala Gimnazială "Mihai Eminescu", Dej, jud. Cluj

Convenția Națiunilor Unite privind drepturile copiilor prevede, printre alte drepturi, următoarele:

- dreptul de a fi protejat, ca să nu fi rănit și maltrat;
- dreptul de a avea un mediu sigur.

De ce am început cu drepturile copiilor? Pentru că aceștia sunt cei mai vulnerabili, ei depinzând o bună parte din viață de familie și de educatori în ceea ce privește securitatea lor fizică și emoțională. Familiei îi revine o mare responsabilitate în securizarea mediului copilului, însă nu trebuie uitat faptul că o mare parte din timp copilul o petrece la școală alături de persoane care pot avea total alte intenții decât cele de a oferi securitate, stare de bine.

Școala devine scena unei game diversificate de relații și atitudini. Problema apare atunci când își face simțită prezența malefică o primă...intimidare.

Fiecare ne amintim de anii petrecuți în școală, de cele mai multe ori cu plăcere, cu dor, dar uneori și cu o strângere de inimă. Apare imaginea colegului care ne tachina, ridiculiza orice inițiativă a noastră, a grupului de copii din care am fi vrut să facem parte, dar eram respinși, a băiatului mai mare care făcuse pasiune din a ne aplica, aparent fără motiv, "corecții" fizice. Revedem strădaniile noastre de a evita anumite locuri de joacă, de a evita toaleta în timpul pauzelor, de a anticipa așteptările celor mai sus menționați, pentru a preveni noi și noi atacuri. Adulții ne-ar fi venit în ajutor, dar fie din teamă, fie dorind să ne mascăm slăbiciunea, tănuiam cele întâmplare. Căutam în schimb refugiu la colegii pașnici, la cei cu preocupări intelectuale, sau ne autoizolam îndreptându-ne spre lecturarea unor cărți.

Toate acestea s-au întâmplat, se întâmplă și se vor mai întâmpla în orice școală. Denumirea fenomenului este însă mai nouă pentru mediul școlar românesc: **bullying**. Literatura de specialitate este foarte generoasă în tratarea acestui fenomen, oferind definiții, clasificare, semne distinctive, tipologia actorilor implicați, soluții. **Bullyingul**, înlocuitorul modern și poate mai cuprinzător pentru vechea **hărțuire**, vine într-un context în care societatea în general și copiii în special par mai vulnerabili, mai sensibili la frustrările cu care se confruntă.

Un rol de bază al școlii este acela de a asigura echilibrul emoțional al copilului. În momentul în care apar prime semne vestitoare ale fragilizării acestui echilibru, este neapărată nevoie de monitorizare și adoptare a unor măsuri de reechilibrare.

Bullyingul este un actor principal în deteriorarea acestui echilibru emoțional. Generatorii de bullying (agresorii) își aleg așa de bine victimele încât să fie siguri că riscul de a fi demascați este minim. Victimele vor fi prea speriate sau jenate să spună cuiva cu ce se confruntă. În același timp, agresorii vor savura din plin senzația de putere, de dominanță.

De multe ori este destul de dificil, atât pentru părinți, cât și pentru educatori, să identifice la timp comportamentele de tip bullying, pentru a se putea interveni cu promptitudine. Este nevoie de multă atenție, spirit de observație pentru a intra pe firul unor astfel de interacțiuni între copii.

În clasă sau la locul de joacă se pot identifica acei copii care manifestă predilecție în a intimida pe cei din jurul lor: ridică tonul la aceștia, intervin în discuție peste cei care deja comunică, recurg la sarcasm, îi ating în mod agresiv. Toate acestea pot fi și fapte singulare, situaționale, care nu înseamnă neapărat bullying. Însă este recomandată monitorizarea și consilierea copiilor cu astfel de tendințe, deoarece aceștia pot deveni viitori agresori, generatori de bullying. Ei trebuie ghidați în descoperirea unor alternative de socializare cu cei din jur, care să le aducă plus de satisfacție față de atitudinile ostile.

De cealaltă parte, nu este prea greu de identificat potențialele victime ale bullyingului:

- copiii timizi;
- copiii cu anumite particularități, de regulă fizice sau chiar intelectuale;
- cei cu număr mic de prieteni;
- potențialii concurenți la atenția celor din jur;
- cei cu nivel foarte scăzut de vulgaritate.

Printre semnele care definesc postura de victimă pot fi considerate:

- Răni/traumatisme inexplicabile;
- Haine, cărți, dispozitive electronice sau bijuterii pierdute sau distruse;
- Dureri de cap sau de stomac frecvente, stare de rău sau nerecunoașterea că există o problemă de sănătate;
- Modificări ale obiceiurilor alimentare, cum ar fi consumul excesiv sau subalimentarea;
- Tulburări de somn sau coșmaruri frecvente;
- Scăderea notelor, pierderea interesului pentru activitățile școlare sau lipsa dorinței de a merge la școală;
- Pierderea bruscă a prietenilor sau izolarea socială;
- Sentimentul de neputință sau de scăderea stimei de sine;
- Comportamente auto-distructive, cum ar fi fuga de casa, auto-vătămarea sau gânduri despre sinucidere

Literatura de specialitate prezintă o multitudine de forme prin care se manifestă bullyingul. Discutând cu unii copii, în cadrul unor activități de prevenire a bullyingului, aceștia au menționat câteva forme care ar putea avea un impact profund asupra echilibrului emoțional.

- sarcasmul;
- expresiile și gesturile triviale;
- izolarea/excluderea din jocuri sau alte activități de grup;
- lovirea/bătăile;

Dintre aceste forme de manifestare, mulți copii au afirmat că cel mai tare i-ar afecta excluderea/izolarea față de grup.

În urmă cu trei ani am participat la un proiect Erasmus, organizat sub formă de parteneriat între o clasă a III-a și o clasă a XI-a de la două școli din Dej. Proiectul avea ca temă lupta împotriva bullyingului. Activitățile presupuneau:

- 1) vizionarea și comentarea unor material foto, video care reflectau situații de bullying;
- 2) discuții libere despre bullying;
- 3) colectare din teren (clasă, școală, loc de joacă) a unor exemple și situații care să ateste bullying, în faza incipient sau deja instalat;
- 4) diseminarea datelor/observațiilor constatate în teren;
- 5) propunerea unor soluții eficiente de rezolvare, dar mai ales de prevenire a fenomenului de bullying;
- 6) realizarea unor afișe/postere de promovare a unor relații pozitive între copii;
- 7) un Marș al prieteniei – participanții (elevi din cele două clase) purtând tricouri și baloane inscripționate cu mesaje de prietenie;

Pe parcursul desfășurării activităților 1) și 2) am insistat pe diferențierea unor agresiuni ocazionale și bullyingul în sine. Agresiunile ocazionale pot, într-adevăr, genera bullying în situația în care acestea nu sunt observate la timp și gestionate eficient de către observatory și mai ales atunci când victima nu are un pattern de răspuns la acestea.

La finalul activității 3) și pe parcursul activității 4), echipele constituite din elevii celor două clase s-au întrunit pentru a analiza și interpreta cele observate în teren. Observațiile/constatările au fost pertinente, identificându-se manifestări care pot prevesti bullyingul sau chiar situații de bullying.

Marea provocare a fost activitatea cu numărul 5), când a trebuit să se facă planuri de prevenție și de intervenție. S-a pornit de la fiecare caz observat. Participanții la proiect au considerat necesar un plan de desensibilizare a potențialei victime față de încercările de intimidare ale agresorului, desensibilizare care să reducă din interfața vulnerabilă a victimei. Astfel, starea de satisfacție și senzația de putere a agresorului va fi și ea diminuată. Victima trebuie direcționată înspre creșterea toleranței la frustrările generate de cei din jur. Reacția la o simplă tendință de intimidare să nu mai genereze un răspuns care să stimuleze și mai mult agresorul ci un răspuns de ridiculizare, hazliu sau indiferent, care să blocheze tendințele agresive.

O soluție la îndemână rămâne în continuare luarea legăturii cu un adult de încredere, dar aici apare, cum am mai spus, teama sau jena. Apar chiar situații hazlii când copiii văd bullying în fiecare cuvânt nepotrivit, fiecare ceartă sau trântă și se grăbesc să anunțe. M-am confruntat cu astfel de probleme care, chiar dacă sunt amuzante, trebuie totuși tratate cu atenție,

O soluție eficientă ar fi stimularea spiritului civic al martorilor la fenomenul de bullying. Aceștia pot să se delimiteze de atitudinea agresorului, pentru a-i “știrbi” din gustul succesului și pot să se implice în restabilirea stării de bine și a încrederii în sine a victimei. În același timp, martorii pot oferi direct sau indirect agresorului alternative de comportament care să readucă echilibrul în contextual dat.

Activitățile 6) și 7) s-au bucurat de un mare succes. Marșul prieteniei a traversat orașul, copiii mici și mari impresionând felul în care s-au organizat (un copil mic + un copil mare), prin mesajele transmise, srise pe tricouri sau baloane.

Pentru a restrânge/ a preveni totuși astfel de fenomene negative, este nevoie de implicare intensă a tuturor celor în măsură să promoveze relaționările pozitive și starea de bine atât la școală cât și acasă.

#### **Bibliografie:**

<https://www.reginamaria.ro/articole-medicale/bullying-ul-si-efectele-unui-fenomen-distruator>

## Bullying-ul în școlile din România

prof. Anca-Ioana CHIRA  
Liceul Tehnologic Special Dej, jud. Cluj

**Abstract:** În prezentul articol, fenomenul de bullying este descris drept o formă de manifestare a comportamentului agresiv în școlile din România. Acest concept, este un concept umbrelă, cuprinzând mai multe forme de manifestare ale fenomenului menționat. De asemenea, articolul cuprinde cauze și consecințe ale bullying-ului, precum și câteva forme de prevenție și/sau intervenție a fenomenului în cauză.

Agresivitatea și violența în școli sau în jurul școlilor a devenit o problemă care necesită o atenție sporită, atât din partea elevilor cât și din partea profesorilor și a autorităților (Ahmad și Smith, 1990; Brown și alții, 2005; Eriko și Carcea, 1998).

Pentru început, este necesară diferențierea termenilor de agresivitate, violență și specificul violenței școlare. Astfel, comportamentul agresiv se traduce prin orice tip de comportament fizic sau simbolic direcționat spre a produce rănirea cuiva; violența se caracterizează în special prin folosirea forței fizice, iar violența școlară, include, pe lângă comportamentul agresiv, și alte tipuri de comportament violent precum: exprimarea inadecvată sau jignitoare cum ar fi: poreclirea, imitarea, rănirea, ironizarea, intimidarea, amenințarea, bruscarea sau alte comportamente care intră sub incidența legii (Bandura, 1977; Beebe și alții, 2004; Karly, 1991).

Fenomenul agresivității în școală se împarte în două subcategorii: bullying-ul care se traduce ca fiind dominarea, înjosirea, intimidarea victimei (Beldean-Galea, JurcăușiȚigan, 2010; Ahmed și Smith, 1990; Beale, 2011), și mobbing-ul (Cace, 2010; Maureen și Yamada, 2018), care face referire la abuz psihic exercitat de un grup de indivizi asupra unuia, reprezentând șicanare, terorizarea și înjosirea demnității individului.

Una dintre definițiile pentru termenul de *bullying* face referire la faptul că acesta semnifică intimidarea victimei, pornind de la etichetare, batjocură, poreclire și ajungând până la violențe de ordin fizic care au scopul de a cauza victimei răni atât fizice cât și emoționale. Comportamentul de bullying apare atunci când există diferențe de ordin economic, de vârstă, rasial, cultural familial precum și de ordin fizic.

O altă definiție pentru fenomenul de bullying este dată de Olweus (1994, 1999) care consideră că definirea acestui conceput trebuie să cuprindă trei criterii: (1) faptul că este un comportament agresiv cu scopul de a răni pe cineva, (2) are loc în mod repetat în timp și (3) apare în cadrul unei relații interpersonale caracterizată printr-un dezechilibru de putere.

Conform lui Lines (2008) fenomenul de bullying reprezintă metode continue, fizice, psihologice, sociale, verbale sau emoționale de intimidare a unui individ.

Acest fenomen este tot mai prezent în școlile din România cât și din întreaga lume și există câteva cauze cunoscute cum ar fi: elevul a fost sau este martor sau victimă a agresiunilor/violențelor în familia sa și apare tendința de a adopta acest tip de comportament pentru a deveni mai cunoscut, precum apare și tendința de a-i exclude pe cei care au unele caracteristici diferite cum ar fi religia, etnia, situația materială etc. În acest sens, este necesar să amintim și consecințele care pot fi identificate asupra școlărilor supuși acestui fenomen: dificultăți atenționale, lipsa de concentrare, comportament deficitar, stimă de sine scăzută și se poate ajunge până la abandon școlar, performanțe școlare scăzute, depresive, tendință de suicid etc. Există o serie de consecințe care pot să apară și asupra agresorului: nota scăzută la purtare, exmatricularea

din școală, etc.

Un studiu realizat de către Organizația „Salvați Copiii” în anul 2015, cu privire la fenomenul de bullying în școlile din România arată că unul din patru copii este umilit în mod repetat în fața colegilor săi. Conform unor statistici oferite de Ministerul Educației Naționale, în anul școlar 2016-2017, procentul cazurilor de bullying în școală crește până la 57%. De asemenea, la nivelul țării noastre se observă faptul că fenomenul de bullying este prezent mai cu precădere în cazul fetelor decât în cazul băieților (conform unor statistici UNICEF și Ministerul Educației Naționale din perioada 2014-2018).

În ceea ce privește stoparea acestui fenomen, amintim despre rolul esențial pe care îl dețin cadrele didactice în acest sens, ele fiind persoanele care se află în permanență în contact direct atât cu elevii cât și cu părinții acestora. Școala, prin intermediul cadrelor didactice și împreună cu familia, trebuie să aibă o permanentă monitorizare a situațiilor de acest fel precum și accesul la strategii de control ale comportamentelor de risc pentru sănătatea fizică și mentală cu scopul menținerii unui nivel optim al stării de bine al copiilor. Este foarte important să identificăm cauzele care provoacă acest fenomen și acțiunea să fie asupra acestora. Astfel, copilul „agresor” trebuie sprijinit în a-și înțelege „victima” și a empatiza cu aceasta, pentru a reuși să își dezvolte mecanisme de relaționare sănătoase.

Am menționat anterior că una dintre formele pe care o îmbracă fenomenul de bullying este intimidarea. Aceasta presupune un fenomen sau un comportament agresiv față de cineva astfel încât persoana cealaltă să fie intimidată/însăimântată. Este destul de frecventă atunci când vorbim despre bullying și poate fi verbală, fizică. Prin urmare, ca și cadre didactice, este important să avem în vedere scăderea sau diminuarea acestor tipuri de comportamente și pentru a reuși implicit să diminuăm și fenomenul de bullying din cadrul școlilor. De asemenea, intervenția timpurie are un rol esențial în acest sens, astfel este important ca prevenția sau diminuarea fenomenului să se realizeze de timpuriu prin diverse metode: jocuri de rol în care copiii să fie puși în ambele posturi ale bullying-ului pentru a conștientiza efectele negative sau consecințele care pot să apară, organizarea de dezbateri cu psihologi sau persoane care au fost parte a fenomenului de bullying și au reușit să-l depășească, anunțarea adultului în cazul în care surprinde un episod de acest fel, menținerea legăturii cu familiile copiilor, consilierea acestora dacă situația impune etc. Studiile au arătat de-a lungul timpului că elevii ignoră acest fenomen deoarece apare o frică dacă ei ar interveni și consideră că nu este responsabilitatea lor ci a celui implicat, să anunțe un adult.

Totodată, atunci când se realizează o intervenție asupra fenomenului de bullying, este important să reușim să identificăm cauza apariției și să se solicite sprijinul impus de situație. Conform literaturii, este inutil să sancționăm un elev sub forma unei note scăzute deoarece el va continua să se manifeste astfel, ba mai mult, poate chiar și mai agresiv decât inițial. Se observă astfel că este fundamental să identificăm strategii de combatere potrivite, după o analizare prealabilă a situației. În acest sens, este importantă și comunicarea precum și munca în echipă cu familiile/ părinții elevilor implicați.

Ca o concluzie finală, putem spune că fenomenul de bullying este un concept umbrelă, cuprinzând mai multe tipuri sau forme de manifestare a agresiunii/ comportamentelor agresive în școli, dar care se diferențiază printr-o serie de caracteristici specifice fenomenului în sine.

### Referințe bibliografice:

- Ahmad, Y. S., Smith, P. K., Behavioural measures review: Bullying in schools, în „Newsletter Association for Child Psychology & Psychiatry”, no. 12(4), 1990, pp. 26–27
- Beale, A.V., Bullybusters: Using drama to empower students to take a stand against bullying behavior, USA, în „Professional School Counseling”, no. 4, 2001, pp. 300–306.
- Bandura, A., Social learning theory, Englewood cliffs, New Jersey, Prentice – Hall, 1977
- Beebe, T. J., Asche, S. E., Harrison, P. A., Quinlan, K. B., Heightened vulnerability and increased risk-taking among adolescent chat room users: Results from a statewide school survey, USA, în „Journal of Adolescent Health”, no. 35, 2004, pp. 116–123
- Beldean-Galea, I. E., Jurcău, N., Țigan, Șt., Frequency of Bullying Behaviours in Secondary Schools, Cluj-Napoca, în „Applied Medical Informatics”, no. 4, 2010, pp. 62–66
- Bonea, G. V. . (2019). Agresivitatea și violența în școlile din România: bullying și mobbing. *Calitatea Vieții*, 30(1), 59–75.
- Brown, S. L., Birch, D. A., Kancherla, V., Bullying perspectives: experiences, attitudes, and recommendations of 9- to 13-year-olds attending health education centers in the United State, USA, în „The Journal of School Health”, no. 10, 2005, pp. 384–392.
- Cace, S., Studiu asupra fenomenului de mobbing și a unor forme de discriminare la locul de muncă în România, în Cace, S., Tomescu, C. (coord.), București, Editura Expert, 2010.
- Curelaru M., Iacob I., Abălașei B., Revista de cercetare și intervenție socială, 2009, vol. 26, pp. 7-29
- Eriko, A. L., Carcea, M., Prevenirea dezadaptării școlare. Contribuții metodologice la profilaxia și terapia adolescenților cu probleme de adaptare, Iași, Editura Cerni, 1998
- Karly, P., Animal and Human aggression, London, Oxford University Press, 1991.
- Maureen, D., Yamada, D. C., Workplace bullying and mobbing in the United States, California, Editura Praeger, 2011.
- Netzelmann T.A., Steffan E., Angelova M. Strategii pentru o clasă fără bullying. Manual pentru profesori și personalul școlar. Salvați copii. 2016, 54 p.
- Olweus, D., Bullying at school: What we know and what we can do, New-York, Wiley-Blackwell, 1993.
- Whitson S., Moisescu S. Fenomenul bullying: 8 strategii pentru a-i pune capat. Tr. din engleză. București: Herald. 2017. P. 247

## Stop violenței!

prof. înv. primar Copos Elena,  
Școala Gimnazială „Mihai Eminescu”, Dej, jud. Cluj

**”Multe lucruri sunt violente, dar nimic mai violent ca omul.” – Sofocle**

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 agresati, fizic sau verbal, de alți colegi. Iar statisticile cresc de la an la an. De exemplu, 25% dintre elevi sunt abuzați fizic și psihic în timpul recreațiilor. Cum poate fi combătut acest fenomen? Și în ce fel pot interveni părinții? Iată recomandările consilierul școlar profesor psihopedagog Maria Dima.

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 copii în curtea școlii, aceasta din urmă reprezintă un micro-univers social în care copiii primesc lecții de viață în afara familiei.

Cauze multiple (neglijarea copiilor, lipsa de informație, agresiunea mijloacelor mass-media, plecarea părinților la muncă în străinătate etc.) conduc la creșterea cazurilor de violență din școli. Complexitatea fenomenului ne determină să vorbim nu doar despre violență în școală, ci și despre violență în general, dat fiind că între acestea există o legătură de determinare. Pe de o parte, de cele mai multe ori, copilul ia primul contact cu violența în cadrul familiei sale, extinzând apoi comportamentele violente asupra altor persoane din mediul extrafamilial. Pe de altă parte, comportamentele violente învățate în mediul extrafamilial se răsfrâng asupra membrilor familiei.

Proiectul nostru își propune să organizeze activități educative cu elevii claselor din școala noastră și cu părinții acestora în vedere prevenirii și diminuării cazurilor de violență în rândul copiilor, să consilieze atât copiii, cât și familiile acestora și să promoveze comportamentele nonviolente.

Proiectul Clasei IB își propune prin acțiunile pe care le conține să sensibilizeze elevii, adulții, mass-media și reprezentanții instituțiilor partenere și să acționeze printr-un efort conjugat în prevenirea și combaterea la nivel microsocioal (grupurile școlare, școala) și la nivel macrosocioal (comunitate) a fenomenului violenței.

Acțiunile desfășurate cu elevii din proiect sunt: dezbateri de grup, conferință, expoziție colaje și afișe, prezentare multimedia audio, PPT-uri cu foto și film, concurs sportiv și cenaclul literar-artistic. Acțiunile pentru cadrele didactice constau în prezentare PPT a modelelor de bună practică.

## ACTIVITATEA NR. 1

**Titlul activității:** ”Curcubeul prieteniei”

**Perioada de desfășurare:** noiembrie 2021

**Locul desfășurării:** sala de clasă

**Participanți:** elevii clasei I B

**Obiective:**

- Să exprime preferința pentru o culoare;
- Să se accepte la colorarea benzilor de hârtie;
- Să asambleze curcubeul, benzile colorate, pe un nor;
- Să împărtășească emoțiile și dificultățile în timpul lucrului.

**Descrierea activității:**

1. Prezentare ”Curcubeul prieteniei”.
2. Gruparea copiilor după culoarea preferată.
3. Colorarea unor benzi în grup mic.
4. Asamblarea curcubeului

**Modalități de evaluare:** Discuție despre cum s-au simțit când au lucrat împreună, ce dificultăți au întâmpinat.

## ACTIVITATEA NR. 2

**Titlul activității:** ”Cuvinte care înfloresc inimi”

**Perioada de desfășurare:** noiembrie 2021

**Descrierea activității:** Colectivul clasei va fi împărțit în trei grupe. În prima activitate vor fi identificate cuvinte care „înfloresc inimi”(prietenie, adevăr, punctualitate, respect, fapte bune)și care vor fi aplicate sub forma unor jetoane pe un panou din clasă. Prin activități variate(lecturi, concursuri, vizite, excursii, învățarea de cântece) se va urmări formarea de comportamente adecvate pentru situații diverse.

## ACTIVITATEA NR.3

**Titlul activității:** ”Mesaje călătoare”

**Perioada de desfășurare:** noiembrie 2021

**Locul desfășurării:** Sala de clasă

**Participanți:** elevii clasei I B

**Descrierea activității:** Elevii își vor înmâna mesaje și desene cu exemple de bună purtare în diverse situații.

Mesaje călătoare: Respectă pe cei din jur!/ Nu agresa!/ Fii politicos!/ Salută! etc.

**Rezultate așteptate:**

- conștientizarea elevilor cu privire la consecințele actelor de violență - formarea unei atitudini pozitive față de colegi/adulți, diminuarea numărului cazurilor de agresivitate din școală, implicarea părinților în activitatea de combatere a violenței din școală și din afara ei.

“O persoană cu adevărat non-violentă este cea care nu ucide pe nimeni și care nu face rău nimănui, deoarece este împotriva faptului de a face rău. Ea se va împotrivi însăși în situația în care altcineva încearcă să îi facă ei vreun rău. Dacă cineva încearcă să o ucidă, ea se va împotrivi și în acest caz și nu va permite ca acest lucru să se întâmple. Ea nu va iniția nicio violență, însă dacă împotriva ei va fi îndreptat vreun act violent, atunci se va bate din toate puterile. Numai așa oamenii non-violenti pot rămâne independenți; altfel vor fi sclavi, vor rămâne săraci și vor fi întotdeauna exploatați de alții.” – Osho

**Bibliografie:**

Abuzul și neglijarea copilului, Salvați Copiii, București, 2013

Agabrian Mircea, Analiza de conținut, Editura Polirom, București, 2006;



## Forme și metode de combatere a bullying-ului în școală

**prof. înv. primar Covaciu Ana**  
**Școala Gimnazială Vad, județul Cluj**

Școala este locul principal în care sunt promovate valorile sociale, culturale și morale. Cu toate acestea în ultimii ani s-au dezvoltat tot mai puțin relațiile interpersonale și au luat amploare relațiile în mediul on-line. Tinerii folosesc tot mai mult Internet-ul ca forma de socializare, de cunoaștere. Își creează propriile pagini web, formează grupuri de conversații, de schimb de informații, poze, filmări. Tot acest acces facil la informație și aceasta dezvoltare forțată a societății au făcut să apară și noi forme de manifestare a conflictelor care s-au transformat în violențe. Astfel, au apărut tot mai multe cazuri de filmări a scenelor agresive (happy slapping), de intimidări duse până la agresiuni prin intermediul mesajelor (cyberbullying) și violențe manifestate între tineri în cadrul întâlnirilor (date violence).

Situații conflictuale, conflicte (majore sau minore), crize totale, toate acestea fac parte din realitatea în care trăim și inevitabil ne afectează. Suferim din cauza lor, ne dor, ne macină. Încercăm să le facem față, să le găsim rezolvarea dincolo de atitudinea de negare sau de ignorare a acestora care mai mult le adâncește. Se desprinde, astfel, ca semnificativă încercarea de a caracteriza conflictul și rolul pe care îl poate avea.

Pentru foarte mulți copii interacțiunea cu alți copii, în locuri în care supravegherea din partea unui adult este mai redusă (în curtea școlii, pe terenul de sport, în pauze, în vestiare sau pe drumul reprezintă o lecție dureroasă de viață pe care de cele mai multe ori o ascund de părinți și de profesori pentru că o consider o dublă umilință.

Toate aceste experiențe în care un copil este pus să facă anumite lucruri umilitoare pentru distracția altor copii, este exclus din grup, 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 prieteni, mai timizi, mai închiși în ei pentru că le este frică să se destănuie, le este să vorbească. Mai există și categoria copiilor care reușesc să își înfrunte frica și cer ajutorul unui adult. Și de aici până la fenomenul de bullying-ul este un pas mic.

Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil/de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de înjosire, 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, la ținuta pe care o poartă sau probleme pe care le are de ordin medical sau legate de familie.

Uneori aceste tachinări se transformă în îmbrânceli sau chiar, în unele cazuri, în atacuri fizice. Se întâmplă pe coridoarele școlii, în curtea școlii, pe stradă 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.

Cazurile de bullying implică cel puțin un agresor, o victimă și, de cele mai multe ori, martori. Putem discuta despre bully-ing fizic, verbal, sexual sau psihic. Expunerea la violență a unei persoane poate duce mai departe 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. Sunt adolescenți care simpla atingere din greșeală conduce la răbuvniri violente urmate de persecuții dese la adresa celui care l-a

„agresat”. 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.

Cele mai multe beneficii în ceea ce privește eliminarea 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 dirigiență 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. 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. 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). Dacă știe să tachineze este perceput de ceilalți ca fiind „cool”. Nevoia de „a fi în centrul atenției” este atât de mare, încât copiii pot să se comporte altfel pentru a fi acceptați de cei cu o popularitate mai mare. Există și situații când copiii imită modelele învățate adasă - ei acționează în același mod în care au fost tratați și ei în contextele lor de viață, percep violența ca pe ceva normal. Și mai există și categoria copiilor care interpretează greșit diferențele culturale și etnice. Bullyingul este un factor de risc pentru abandonul școlar și delincvență juvenilă. 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.

Copiii sau persoanele 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. Multe studii conchid că invidia și resentimentele pot fi motive care produc bullying. Există dovezi care sugerează că un deficit de stimă de sine contribuie semnificativ la actele de tip bullying, ca și stările de anxietate sau de vinovăție. Lipsa abilităților sociale, utilizarea forței, dependența de comportamente agresive, mânia și furia, statutul în grupul de apartenență, existența unor antecedente de acest tip în copilărie sunt factori de risc.

Efectele bullyingului pot fi grave, chiar fatale. Se indică faptul că persoanele, indiferent dacă sunt copii sau adulți, care sunt supuse permanent comportamentului abuziv, prezintă risc de stres, îmbolnăviri și chiar sinucidere. 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. Este important să se depună eforturi pentru eliminarea acestui comportament. Se afirmă că, de multe ori, în școala românească, încă nu există și nu se întâmplă astfel de fenomene, dar trebuie să fim pregătiți și să se prevină apariția acestora. 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. Fenomenul bullying apare atunci când o persoană/un grup de persoane (elevi, profesori, părinți, directori, personal administrativ, persoane semnificative din viața personală sau profesională, necunoscuți):

- strigă pe nume într-un anumit fel (răstit sau mios) care deranjează, folosind un anume ton, un anumit subînțeles sau poreclele;
- pune în încurcătură în mod intenționat sau neintenționat (la lecție, în afara școlii, pe terenul de sport, la discotecă, la magazin etc.);
- lovește, împinge, șicanează, supără (în timpul orei, pe holurile școlii, pe terenul de sport, în activitățile extrașcolare etc.);
- bârfește, ignoră, exclude, etichetează persoane;
- șantajează, minte, înșală, intimidează, fură bani, obiecte, idei;
- produce teama de a se duce la școală și preferă să stea acasă sau să chiulească, să se ducă la școală din cauza atmosferei conflictuale de acasă;
- contrazice în mod vehement, foarte agresiv, atacă opiniile, punctele de vedere, credințele, convingerile, fără înțelegere și toleranță;
- postează mesaje nepotrivite pe Internet cu adresă exactă, dă telefoane în mod abuziv, trimite mesaje inadecvate pe telefon;
- folosește un limbaj trivial și vulgar sau păstrează tăcerea;
- face pe ceilalți să se teamă, pentru a se simți mai puternic;
- face comentarii (cuvinte, remarci, glume răutăcioase sau binevoitoare etc.) despre: aspectul fizic (greutate, înălțime, culoarea părului, culoarea ochilor, vestimentație), familie (divorț, nivel de cultură, educația părinților, lipsa părinților, decesul unuia dintre părinți etc.), activitatea școlară (performanțe, prezența/absență, interese, hobby-uri), comportament specific adolescenților (popularitate); Problema violenței/a bullying-ului necesită în mod special, o rezolvare pornind de la cauzele acestui fenomen și nu trebuie să se rezumă numai la aspecte singulare. În acest context trebuie acționat la următoarele niveluri:
- înțelegerea mecanismelor care declanșează fenomenul bullying sau al violenței;
- stilul și calitatea practicilor de gestionare a conflictelor, actelor de violență și situațiilor de bullying;
- calitatea programelor școlare și modul de predare la clasă;
- implicarea în activitățile de timp liber și calitatea programului extracurricular;
- formalizarea strategiilor, tehnicilor și procedurilor care fac față cel mai bine incidentelor;
- dezvoltarea de relații pozitive cu ceilalți și cu sine însuși.

La crearea mediului pozitiv din școală contribuie în mod necesar: participarea elevilor la luarea deciziilor, existența unor libertăți și responsabilități, arhitectura și infrastructura adecvate locațiilor școlare, aplicarea în mod coerent a regulamentelor, regulilor, acordurilor și profesorilor, asigurarea necesităților de confort elementar (toalete, apă, săpun, utilități, căldură, apă caldă, cantină, material didactic, conexiune Internet, etc.). 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:** <http://www.unicef.ro>

## Pași spre o școală fără bullying

**prof. Dosoftei Raluca Gabriela**  
**Școala Gimnazială nr.3 Piatra-Neamț**

În calitate de profesor sau specialist în domeniul educației, ni se cere să fim activi atât în prevenirea bullying-ului și violenței în școală, cât și în intervenții adecvate în cazul în care apar situații de bullying. Fiind conștient și atent la semnele și semnalele din partea unor elevi individuali sau grupuri din cadrul clasei/școlii, ne poate ajuta să recunoaștem și să identificăm timpuriu semnele situațiilor de bullying. Recurgerea la o poziție de conștientă și observație sensibilă a interacțiunilor sociale din clasă, fiind în același timp deschis, nepărtinitor, dând dovadă de tact și susținere în reacțiile voastre, ne va îndruma în evaluarea situației. Astfel putem evita subestimarea și reacțiile exagerate la potențialele semne ale cazurilor de bullying. Păstrarea dinamicii grupului în centrul atenției ne ajută de asemenea să deosebim comunicarea zilnică și relațiile interpersonale, respectiv conflictele legate de bullying. Mai frecvent decât ar fi de dorit, răspunsul adecvat vine prea târziu în cazul în care se stabilește, sau chiar se escaladează, incidența bullying-ului.

Un factor important, care duce la apariția bullyingului este inegalitatea de puteri în rândurile tinerilor, fie aceasta provocată de un statut mai special a unuia din participanți, indiferent că este agresorul, victima sau martorul. Statutul mai special aici se poate referi la cele financiar și social. Aspectul fizic este și el unul dintre factorii apariției bullyingului, deseori, adolescenții care sunt mai diferiți fizic față de ceilalți sunt victimele bullyingului. Inegalitatea aceasta poate fi și intelectuală, elevii care au o reușită mai scăzută sau cu performanțe mai mari la școală pot deveni victimele bullyingului nu doar din partea colegilor, dar uneori și din partea profesorilor. Dezechilibrul de puteri, alt factor de risc care duce la apariția fenomenului de bullying, se întâmplă atunci când un adolescent mai reținut și pasiv din punct de vedere social nu reușește să se integreze în relațiile interumane la fel de ușor ca ceilalți, aceasta fiind o dificultate în a-și face prieteni. Drept urmare, grupurile deja formate de prieteni îl găsesc ca fiind un punct slab și potrivit pentru bullying.

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

În fiecare școală din România există o comisie specială cu responsabilitatea principală de prevenire a tuturor formelor de violență în cadrul școlii. Comisia constă dintr-un profesor, un membru al echipei de conducere a școlii, un membru din cadrul personalului auxiliar al școlii și un reprezentant al elevilor. Această comisie trebuie informată ori de câte ori are loc un incident de bullying în cadrul școlii, care trebuie abordat. Cu toate acestea, când vine vorba de bullying, trebuie să luăm în considerare că foarte puțini profesori din România sunt conștienți de problemele legate de acest fenomen. Deseori acesta este motivul pentru care ignoră comportamentul de bullying, care nu este abordat în mod adecvat la nivel de școală. Nu există politici care să se adreseze fenomenului de bullying în școlile românești. Foarte puțini profesori au acces la programe de dezvoltare care țintesc această formă specifică de violență. Nivelul de conștientă cu privire la problemele de bullying este destul de scăzut și nu există programe specifice, bazate pe școală și recunoscute la nivel național pentru prevenirea fenomenului de bullying. Din această cauză intervențiile în cazul situațiilor de bullying sunt destul de izolate.

Profesorii, uneori, sunt și ei actori ai unei situații de bullying. Totodată, profesorii sunt înzestrați cu o poziție extrem de influentă ca educatori care contribuie la o relație socială sănătoasă între elevii lor, precum și un factor extrem de important în prevenirea situațiilor de bullying. Profesorii sunt cei care de multe ori observă o situație de bullying sau cei care sunt contactați cel mai des când o asemenea întâmplare ia naștere. În cazurile respective, ei pot aborda diferite comportamente, cum ar fi, de observator pasiv, ignorând situația sau banalizând-o. Ei pot interveni prin diferite moduri, sprijinind agresorul, sau victima, pot crea dialog și discuții între aceștia sau cu grupul pentru ameliorarea situației. Desigur că elevii au așteptările ca profesorii să intervină activ și nemijlocit în asemenea situații. Modul prin care profesorul intervine într-o situație de bullying are efecte importante în ceea ce privește modul în care elevii își vor dezvolta sentimentul de încredere și securitate în incinta școlii.

Câțiva pași simpli vor ajuta cadrul didactic să prevină sau să amelioreze situațiile de bullying în cadrul orelor sale.

- Recunoașterea faptului că problema bullyingului există. Este foarte important de recunoscut că o asemenea problemă este și perturbă atmosfera generală la ore sau în instituție, deoarece doar așa este posibilă rezolvarea problemei, prin acceptarea că ea există și produce deranj. Nici într-un caz nu trebuie să închidem ochii la cazurile de bullying între copii

- Raportarea problemei bullyingului comisiei de disciplina, administrației școlii sau psihologului școlar. Este important, pentru transparența situației și pentru ca administrația și psihologul să poată ajuta în găsirea celor mai optime rezolvări a cazurilor, iar problema nu va deveni una de ordin personal.

- Aflarea cauzei de la care a pornit bullyingul. O întrebare directă pusă agresorului poate uneori să scoată la iveală problema și cauza apariției violenței. Anonimatul și intimitatea sunt foarte importante în acest proces,.

- Crearea împreună cu elevii a regulilor pe care ei trebuie să le respecte la ora. Importanța stabilirii unor reguli și cerințe pentru elevi este majoră, dar totodată este vital ca obligațiile să vină și cu drepturi corespunzătoare, penalitățile să fie contracarate de bonusuri, iar disciplina să nu genereze atmosferă de armată.

- Atitudine obiectivă și nepartinică. Este foarte important ca profesorul sau psihologul școlar să fie obiectiv și să nu cauzeze alte traume victimei sau chiar și agresorului, să nu ia partea nimănui și să rezolve situația cu mintea limpede.

- Calmul și atitudinea pozitivă. În orice situație, calmul cadrului didactic trebuie să fie

infaibil, e important să nu se perturbe și mai mult situația creând o stare generală de alertă și foarte încordată.

- Este foarte important să fie înștiințați părinții ambelor părți, ca în cazul victimei să se ia măsurile respective de consolare și ajutor moral, iar în cazul agresorului să se ia măsurile necesare pentru prevenirea unui asemenea comportament în viitor și îmbunătățirea percepției lui asupra lucrurilor și împăcarea cu victima, prin dialoguri constructive și binevoitoare.

Este important de înțeles că asemenea comportamente nu pot fi tolerate într-o societate civilizată și dezvoltată, ele necesită să fie eradicate și eliminate din viața cotidiană a elevului român. Profesorii sunt pionierii acestei mișcări anti – bullying și au obligativitatea morală să facă tot ce le stă în puteri pentru a reuși, deoarece ei sunt cei care pot stopa sau genera situații în care bullyingul prosperă sau este oprit.

### **Bibliografie:**

1. Tzvetina Arsova Netzelmann, Elfriede Steffan, Marina Angelova „Strategii pentru o clasă fără bullying-manual pentru profesori și personalul școlar,2016
2. Bullying: Ce să Facă Profesorul?”, tutor4kids, <https://tutor4kids.ru/articles/bulling-cho-to-delat-uchitelyu/>
3. Eva M. Romera „The Teacher’s role in Preventing Bullying”, Frontiers in Psychology, <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.01830/full>

## Fenomenul de violență și de bullying în mediul școlar

Prof.înv. primar Engeș Maria-Gabriela  
Școala Gimnazială „Avram Iancu” Dej , jud. Cluj

În prezent, violența constituie una din marile probleme ale lumii contemporane. Termenul de violență vine de la latinescul "vis" care înseamnă "forță" și care trimite la ideea de dominație, de putere, 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 modalități diferite, atât directe cât și indirecte.

Termenul de „bullying” vine de la englezescul „bully”, care înseamnă bătăuș, huligan. O definiție din punct de vedere legal asupra bullying-ului există, însă acesta implică un comportament ostil intenționat, fiind implicat un dezechilibru de putere. Vorbim despre bullying în contextul în care o persoană hărțuiește, intimidează în mod constant altă persoană. Scopul acestui comportament constă în rănirea fizică sau emoțională a unui om. Acesta poate să apară atât în instituțiile de învățământ, cât și în afara lor, dar bullying-ul întotdeauna este generat pe fondul relațiilor create în acest mediu.

Acest fenomen poate lua cu certitudine diferite forme, printre care:

- *Bullying verbal* - acesta se manifestă prin vorbe, uneori și în formă scrisă, fiind vorba de tachinări, injurii, porecle, comentarii de natură sexuală, amenințări, umilire etc.
- *Bullying fizic* - în acest caz vorbim de intimidare fizică, vătămare, atac asupra unei persoane într-un grup, invadarea spațiului personal, hărțuire sexuală, furtul obiectelor etc.
- *Bullying social* - acesta are efecte devastatoare la nivel emoțional, fiind vorba despre latura socială a unei persoane. Bullying-ul social presupune distrugerea reputației și în principal a legăturilor sociale pe care le creează o persoană. Mai precis, poate să însemne: înlăturarea și izolarea voită dintr-un grup, implicarea elevului în situații neplăcute în public, sarcasm dus la extrem, compromiterea stării de bine și a fericirii acestuia etc.
- *Cyberbullying* - în era vitezei, pe fondul dezvoltării tehnologiei a apărut o nouă formă de bullying, fiind implicate rețelele de socializare și alte aplicații ale mediului digital. În acest caz, sunt asociate acțiuni specifice bullying-ului verbal și social, ele desfășurându-se în mediul online. În cele mai multe situații este vorba de imagini compromițătoare ale unui elev pe social media, propagarea unor informații false despre acesta, furtul de identitate și realizarea unor acțiuni în numele lui etc.

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 acționând în același mod în care au fost tratați și ei în contextele lor de viață.

Mai există și categoria copiilor care interpretează greșit diferențele culturale și etnice. Manipularea, bârfa, constrângerile, criticile, minciunile, zvonurile, satirizarea, comicul exagerat adresat unei persoane sau unui grup de persoane (în clasă, pe holuri, în curtea școlii etc.), diferențelor pe care acestea le prezintă (înălțime, greutate, culoarea ochilor, culoarea părului, nivel cognitiv, potențial de învățare, rasă, etnie, religie, dizabilitate, tip de familie, nivel de

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

În acest fenomen este implicat de cele mai multe ori și martorul sau spectatorul care vede incidentul, dar decide să nu intervină, din frica de a deveni chiar el/ea o victimă. 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.

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 important ca persoanele să înțeleagă cu adevărat cât poate fi de traumatizant bullying-ul. Efectele acestui fenomen pot fi izolarea socială, răni produse la nivel fizic și efectele acestora la nivel psihic, apariția unui sentiment de rușine, tulburări ale somnului, afecțiuni ale pielii, probleme cu stomacul și inima, scăderea stimei de sine, performanțe școlare reduse din cauza scăderii capacității de concentrare etc.

Copiii care sunt hărțuiți suferă atât pe plan emoțional, cât și social, deoarece le este greu să își facă prieteni și de aceea vor avea o stimă de sine scăzută, iar în final vor începe să creadă că ceea ce se spune despre ei este adevărat. Victimele acestui fenomen 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.

Fenomenul în sine are efecte negative și asupra agresorului. Astfel, pe termen scurt acesta poate avea dificultăți în menținerea relațiilor sociale, performanțe școlare slabe, scăderea frecvenței la orele de curs, creșterea riscului de consum abuziv de droguri și alcool. Pe termen lung acesta se poate manifesta prin abuzarea familiei și a copiilor, manifestarea unui comportament antisocial și dificultatea de a se încadra profesional pe piața muncii.

Legat de acest fenomen prezent în școli, atât părinții, cât și cadrele didactice și autoritățile trebuie să colaboreze pentru a preveni și diminua formele de agresiune, aplicând măsuri de protecție și siguranță. Prioritar pentru părinți este să acorde o atenție deosebită comportamentului adoptat de copilul lor. Discuția sinceră și deschisă cu acesta este primul pas, părinții oferind empatie, susținere și înțelegere necondiționată. Este important ca părinții să:

- mențină comunicarea transparentă cu copilul, discutând despre consecințele pe care le poate avea bullying-ul;
- discute strategii asertive pentru a răspunde la bullying (spre exemplu, să solicite susținerea cadrelor didactice pentru a soluționa posibilele conflicte);
- încurajeze copilul în privința acționării raționale și corecte în situațiile de agresiune în vederea descurajării agresorului;
- să îi comunice copilului ce calități deosebite deține, făcându-l să se simtă valoros.

În ceea ce privește mediul școlar, trebuie să se urmărească creșterea nivelului de conștientizare a acestui fenomen și să se creeze un climat școlar favorabil desfășurării activității. În acest sens, accentul trebuie pus pe implementarea unor măsuri anti-bullying, cum ar fi: dezvoltarea unor programe de informare cu privire la cauzele, consecințele, prevenția bullying-ului și maniera de gestionare a cazurilor de bullying, crearea unor proceduri de intervenție în



bullying-ul dinșcoală, monitorizarea în permanență a spațiului cu risc ridicat de bullying (curtea școlii, holuri, teren de sport etc.) cu ajutorul unor sisteme de supraveghere video, prevenind astfel cazurile de agresiune, implicarea părinților în sesiuni de informare și luarea unor măsuri de comun acord în vederea protecției și securității copiilor, identificarea și sprijinirea psihologică a elevilor ce ajung să devină victime ale bullying-ului, corectitudinea evaluării performanțelor elevilor, în vederea reducerii tensiunilor ce determină cazurile de bullying.

În concluzie, 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.

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.

## Prevenirea violenței în școală

**Prof. Gavriș Geanina Corina Adriana**  
**Școala Gimnazială „Mihai Eminescu” Dej, jud. Cluj**

Școala joacă un rol important în viața cotidiană a copiilor noștri și, la fel ca în cazul programei școlare, se așteaptă să îi învețe pe copii să gestioneze sentimentele și experiențele negative și să facă față agresiunii și bullying-ului. Indiscutabil, școala este cheia pentru dezvoltarea cognitivă și sănătatea mintală și emoțională a elevilor. Școala este o instituție a societății care crește, educă și formează copiii pe o perioadă lungă a vieții lor. Una dintre sarcinile principale ale politicii sociale ale fiecărui stat este asigurarea pentru toți copiii a condițiilor favorabile pentru viață, dezvoltare și educație, precum și protecția lor față de violență. Nici un fel de violență asupra copiilor nu poate fi justificată și orice tip de violență poate fi prevenită. Totuși, copiii din întreaga lume se confruntă cu violența în familie, în comunitate și în instituțiile de învățământ.

Violența în instituțiile de învățământ este diversă. Ea se manifestă atât sub forma unor acțiuni violente singulare, cât și subforma intimidărilor permanente, înjosirilor și hărțuiei sistematice (bullying). Violența poate fi fizică și verbală, se poate manifesta prin acțiuni violente și afirmații cu caracter sexual, poate avea accent pronunțat sau nepronunțat pe dimensiunea de gen, poate urmări beneficiul material (extorcarea și sustragerea de obiecte și bani), dar aproape întotdeauna cauzează traume psihologice tuturor persoanelor implicate. De multe ori este complicat să depistezi violența. De regulă, elevii care inițiază violența (autorii comportamentului violent) acționează în condițiile lipsei controlului și observării din partea adulților. Anume din această cauză adulții mai des observă reacția de apărare a victimei (care arată ca o încălcare a disciplinei), și mai rar acțiunile autorului. În afară de aceasta, deseori, victima preferă să nu anunțe profesorii sau părinții<sup>7</sup> despre agresiunea împotriva sa, fiindu-i frică de agravarea situației sau nedorind să pară „trădător” sau „pârător/turnător” în ochii celor din jur. Un pericol deosebit îl prezintă violența sistematică – hărțuirea sau bullying-ul.

Este demonstrat că violența influențează negativ prezența, capacitățile și motivațiile de învățare a elevilor și, într-un final, reușita lor academică. Din cauza violenței, copiii abandonează instituția de învățământ, fiind lipsiți de posibilitatea de a-și realiza pe deplin dreptul la educație. Relațiile dintre copii, dintre copii și adulți în instituția de învățământ au o influență colosală asupra formării personalității elevilor și socializării lor ulterioare. Violența lasă urme pe toată viața, influențând dezvoltarea emoțională, cognitivă, fizică, psihologică și comportamentul persoanei. Violența slăbește conexiunea elevilor cu instituția de învățământ, le provoacă sentimente de frică și insecuritate – fenomene care sunt din start incompatibile cu scopurile educației și vin în contradicție cu dreptul de a învăța într-un mediu sigur și prietenos.

De regulă, copiii și adolescenții care săvârșesc acte de violență, se poartă agresiv se deosebesc prin anumite particularități psihologice: hiperactivitate, impulsivitate, nivel scăzut de control asupra propriului comportament și emoții, deficit de atenție, reușită școlară scăzută, predispoziție ridicată spre furie. De obicei, elevii care în mod sistematic își bat joc de semenii, iar uneori și de profesori, o fac destul de conștient pentru a se autoafirma, a-și simți și a-și demonstra puterea.

În anumite circumstanțe, orice participant la procesul educațional poate fi implicat în violență. Potențial, orice elev poate deveni victimă, abuzator/agresor sau martor al violenței. Cu

toate acestea, se pot evidenția mai multe trăsături de personalitate tipice, caracteristice abuzatorilor, victimelor și martorilor. De regulă, copiii și adolescenții care devin agresori/abuzatori vor să pară încrezători în sine, au tendințe de a domina în grup și de a-i supune pe alții, sunt puternici fizic și moral, impulsivi emoțional, se înfurie ușor, au un nivel scăzut de empatie față de victime, adesea „ațâță” nu doar semenii și pe cei mai mici, dar și adulții (profesori, părinți, reprezentanți ai organelor de drept). Anxietatea condiționată de vulnerabilitatea familiei, de relațiile tensionate cu părinții, insuccesul școlar și gelozia față de elevii din familii prospere, care au succese, poate reprezenta o amenințare pentru statutul copiilor și adolescenților dominanți. Recurgerea la violență le permite să-și afirme statutul în clasă sau grupă, școală sau colegiu prin forță, provocări adresate profesorilor, înjosirea semenilor sau elevilor mai mici, iar uneori și celor mai mari, ținerea tuturor în frică. Adesea, idolii agresorilor/abuzatorilor sunt „personalități puternice”, care se situează în afara legii, normelor comportamentale sau morale. Contrar agresorilor/abuzatorilor, victimelor violenței le este caracteristică lipsa încrederii în sine, autoaprecierea scăzută, sensibilitatea sporită la dificultățile și obstacolele vieții, anxietatea personală și situațională înaltă, incapacitatea de a se opune violenței, de a se autoapăra și a comunica eficient cu semenii. Adesea aceștia sunt copii și adolescenți cu puteri fizice reduse sau sfioși, care nu pot demonstra încredere și nu-și pot ascunde anxietatea și frica. Violența poate fi provocată de diverse particularități ale copilului sau adolescentului, ce țin de dezvoltare (balbism, strabism, hipoacuzie, deficiențe motorii); constituție (exces de greutate sau subponderabilitate, forma nasului, urechilor, culoarea părului, statura joasă sau prea înaltă); comportament (închidere, timiditate, hiperactivitate, apartenența la o sub-cultură a tinerilor, neconformitatea de gen); apartenența etnică (culoarea pielii, forma ochilor, accentul, hainele naționale); statutul familial (lipsa unuia dintre părinți, părinți consumatori de alcool); statutul socio-economic (nivel scăzut de venituri în familie, lipsa obiectelor prestigioase); reușita școlară înaltă sau joasă. Cel mai des, poreclele umilitoare și jignitoare căpătate de elevii cu reușită școlară înaltă nu pun accentul pe înzestrare, ci pe particularitățile lor exterioare sau comportamentale: „patru ochi”, „botanic”. Elevii care nu au în clasă sau în grupă prieteni apropiați și susținere socială firească din partea membrilor mai puternici sau cu statut mai înalt al colectivului devin obiecte ale violenței mai des decât alții, deoarece nu pot conta pe protecția și susținerea semenilor. În afară de aceasta, victime ale violenței riscă să devină elevii, față de care profesorii și alți angajați ai instituției de învățământ au o atitudine discriminatorie. Antipatia deschisă manifestată de adulți, afirmațiile lor umilitoare și acțiunile cu caracter discriminatoriu la adresa unor elevi, îi pun pe ultimii în poziția de proscrisi și îi transformă în obiect de batjocură și violență.

Fenomenul violenței școlare trebuie analizat în contextul apariției lui. A gândi strategii, proiecte de prevenire a violenței școlare înseamnă a lua în considerare toți factorii (sociali, familiali, școlari, de personalitate) ce pot determina comportamentul violent al elevilor. Școala poate juca un rol important în prevenirea violenței școlare. Și asta nu numai în condițiile în care sursele violențelor sunt în mediul școlar, ci și în situația în care sursele se află în exteriorul școlii. Pierre-Andre Doudin și Miriam Erkohen-Markus vorbesc chiar de trei tipuri de prevenție pe care le poate desfășura școala și care se completează reciproc:

- *prevenție primară*, care se poate realiza foarte ușor de către fiecare profesor și se referă la dezvoltarea unei priviri pozitive asupra fiecărui elev, exprimarea încrederii în capacitatea lui de a reuși, valorizarea efortului elevului. Toate aceste atitudini pot reduce riscurile apariției violenței;

- *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. Semnalând cazul respectivilor elevi profesioniștilor (psihologului școlar, asistentului social) și autorităților competente, pot fi luate măsuri de ajutor și de protecție care să vizeze înlăturarea cauzelor abuzurilor și reducerea tulburărilor somatice, psihice și comportamentale induse prin violență;

- *prevenție terțiară* ce are în vedere sprijinul direct adus elevilor care manifestă comportamente violente. Menționarea unor așteptări pozitive față de ei, dezvoltarea sentimentului de apartenență comunitară, exprimarea preocupării față de situația pe care o au și integrarea lor în activitățile grupului sunt factori de protecție ce pot fi exercitați în cadrul școlii. Prin aceste măsuri se poate împiedica cronicizarea tulburărilor provocate de violență și eventuala transmitere a lor de la o generație la alta.

Pentru ca școala să își asume acest rol de prevenire și de stăpânire a fenomenului violenței, prima investiție trebuie făcută în domeniul formării profesorilor. Trebuie să recunoaștem că, atât în cadrul formării inițiale, cât și al formării continue, atenția este concentrată asupra lucrului cu clasele de elevi „fără probleme”. Se discută mult prea puțin despre modalitățile de abordare a claselor dificile. Este nevoie de o formare specifică, în măsură să permită satisfacerea cerințelor elevilor „cu probleme”. Nu putem aștepta pasivi ca problemele să se rezolve de la sine. De exemplu, în condițiile unui mediu familial instabil, tensionat, conflictual, școala poate reprezenta pentru elev o a doua șansă.

Este foarte necesară organizarea unor cursuri de formare a profesorilor pentru a face față lucrului cu clase sau elevi dificili .

Este recomandabil ca aceste cursuri de formare să se centreze îndeosebi pe exerciții practice care pleacă de la experiența concretă a profesorilor, de la studii de caz, puneri în situații prin care profesorii au ocazia de a schimba opinii, de a găsi soluții din perspectiva rolului pe care îl joacă.

Violențele școlare nu pot fi prevenite fără antrenarea familiei în această acțiune. Stabilirea unei colaborări mai strânse cu familia prin implicarea acesteia în cadrul diferitelor activități extrașcolare, înființarea, în cadrul școlii, a unui centru de consultanță cu părinții, sunt câteva dintre soluțiile propuse.

## Descurajarea intimidării. școala fără bullying!

prof.înv. primar. Aurica Domnica Georgiu  
Școala Gimnazială “Alexandru Vaida-Voevod”, Bobâlna, jud. Cluj

**A întimida prin definiție înseamnă a face să devină sau a deveni timid; a însufla cuiva sau a simți teamă, frică; a (se) speria; a (se) încurca, a (se) zăpăci, a (se) fâstăci.**

*Bullying-ul* este un concept umbrelă care acoperă diferite tipuri de comportamente, stabile în timp, repetate, cel mai adesea ascunse de ochii părinților, adulților, care urmăresc să provoace intimidare, suferință, care implică un dezechilibru de putere și tărie între agresor și victimă, care se manifestă repetitiv, regulat într-un grup de copii și care continuă în absența unor măsuri. Fenomenul de bullying înseamnă rănirea, excluderea, marginalizarea copiilor care aparțin unor grupuri vulnerabile, copii romi, copii săraci și se naște din lipsa de empatie față de nevoile și problemele acestor copii

Deși există documente și legi care reglementează, atât la nivel global, cât și la nivel național drepturile copilului, există încă mulți copii ale căror drepturi nu le sunt pe deplin respectate, copii expuși abuzurilor, violenței, discriminării, *bullying-ului*, traficului de persoane, consumului de substanțe ilicite, exploatării sau altor forme de abuz.

Fenomenul de bullying este mult mai des întâlnit decât ne-am dori să credem. Se întâmplă pe coridoarele școlii, în curtea școlii, pe străzi și, din păcate, uneori și în sălile de clasă. Bullying-ul este un fenomen care trebuie luat foarte în serios, atât de școală, de cadrele didactice, cât și de familie, părinți, psihologi școlari

Dintre tipurile de intimidare amintim *bullying fizic și bullying verbal*.

Bullying-ul fizic include contactul de la persoană la persoană. Uneori, lovirea poate fi dificil de diferențiat de jocul dur, dar dacă este în moment nepotrivite sau dacă nu toți cei implicați sunt confortabili, poate fi bullying.

Bullying-ul verbal sunt cuvinte îndreptate către o persoană. Apelarea numelui, insultele, tachinarea, intimidarea sau formularea de observații homofobe sau rasiste sunt forme de abuz verbal.

### **Acoperirea intimidării**

„Bullying-ul ascuns” se referă la acțiunile făcute în spatele unei persoane. Se face cu unicul scop de a distruge reputația unei persoane sau de a provoca umilințe. Exemple de intimidări ascunse includ:

- Răspândirea zvonurilor sau generarea de minciuni despre o persoană
- Realizarea mișcărilor negative cu limbajul corpului
- Aruncând o privire cuiva
- Joacă, glume care jenează și umilesc o persoană
- Imitând pe cineva într-un mod neclintit
- Convingerea celorlalți pentru a se dezassocia cu cineva
- Cyberbullying-ul poate fi deschis sau secret. Cyberbullying-ul folosește tehnologie și dispozitive precum rețelele de socializare, site-urile private sau telefoanele mobile pentru a viza în mod intenționat pe cineva. Postările negative pe social media și contactul direct prin mesageria text sunt două dintre cele mai frecvente forme de cyberbullying.

Iată câteva modificări pe care le-ai putea observa cu un copil care este intimidat.

Emoțional

- Frecvente lacrimi sau furie;
- Modificări ale dispoziției;
- Devine retras;
- Devine agresiv și nerezonabil.

#### Fizic

- Se simțe rău și de a nu dorește să frecventeze cursurile;
- Are vânătăi, tăieturi și / sau zgârieturi inexplicabile;
- Vine acasă cu obiecte sau haine dispărute sau deteriorate.

#### Comportamental

- Notele școlare încep să scadă;
- „Pierde” în mod continuu bani sau începe să fure;
- Refuză să vorbească despre ceea ce este greșit;
- Începe să vizeze frații.

Nedepistat și nesoluționat la timp, fenomenul de bullying poate avea consecințe dintre cele mai grave asupra copiilor, traume și repercusiuni ireversibile asupra adaptabilității copilului în societate precum: diminuarea încrederii în sine, autoizolare, perpetuarea unui comportament violent, rezultate slabe la învățătură, afectarea dezvoltării fizice și psihice ulterioare, depresie, anxietate, tentative de suicid.

Am luat foarte în serios această problemă și, pentru ameliorarea și soluționarea ei, am derulat în anul școlar 2021-2022, proiectul educațional *“Școala fără bullying!”* În cadrul proiectului s-au desfășurat activități educative formale și non-formale prin intermediul cărora elevii și-au putut forma competențe și abilități de viață care să îi ajute să conviețuiască corect, pașnic în grupurile din care fac parte, în societate: empatie, respect, colaborare, comunicare, toleranță, non-violență, non-discriminare.

*Scopul general* al proiectului l-a reprezentat 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 educative formale și non-formale menite să le dezvolte încrederea în sine, spiritul de echipă, empatia, toleranța inteligența interpersonală și capacitatea de a-i accepta pe toți cei din jur, indiferent de origine, etnie, limbă sau orice alt statut.

#### *Scopurile specifice* ale proiectului:

- 1) Îmbunătățirea cunoștințelor și a înțelegerii bullying-ului în rândul cadrelor didactice și al copiilor
- 2) Creșterea autoeficacității elevilor pentru a face față situațiilor de bullying
- 3) Îmbunătățirea abilităților interpersonale (mai ales cele sociale și emoționale) în rândul copiilor și al adolescenților
- 4) Îmbunătățirea strategiilor de rezolvare a problemelor și a abilităților de coping în rândul copiilor
- 5) Încurajarea spectatorilor de a ajuta victima
- 6) Reducerea bullying-ului și a formelor de bullying electronic în rândul copiilor și al adolescenților

*Obiectivele* pe care ne-am propus să le atingem prin derularea acestui proiect au fost următoarele: informarea cu privire la drepturile copilului; informarea cu privire la cauzele, formele de manifestare, consecințele bullying-ului; combaterea absenteismului, a abandonului școlar determinat de situațiile de bullying; creșterea gradului de implicare a elevilor în activitățile desfășurate la nivelul școlii; de a descuraja bullying-ul și de a încuraja copiii să se simtă responsabili atunci când un episod de bullying are loc și să ajute victima, formarea și dezvoltarea la elevi a unor competențe, abilități de viață care să le permită să își cunoască și să își apere

drepturile; diminuarea fenomenului violenței în mediul școlar.

Toți copiii ar trebui să conștientizeze faptul că bullying-ul este un comportament greșit și inacceptabil. Astfel, încă de la începutul anului școlar, au fost programate teme de discuții și dezbateri în cadrul orelor de dirigenție cu elevii pe această temă. În discuțiile purtate cu elevi, cadre didactice, părinți, reprezentanți ai comunității locale, s-a avut în vedere identificarea unor soluții oportune pentru prevenirea și combaterea fenomenului de bullying în rândul elevilor. S-a subliniat ideea că, pentru aceasta, este nevoie de implicarea tuturor, familie, elevi, școală, comunitate, toți au obligația de a interveni și de a acționa pentru a transforma școala într-un mediu incluziv, sigur, lipsit de violență pentru toți copiii. Activitățile s-au desfășurat atât față în față, cât online, pe platforma Teams.

Învățătorii și profesorii dirigenți le-au prezentat elevilor informații despre acest fenomen și au desfășurat cu aceștia activități educative non-formale sau interactive pe tema precizată: discuții cu elevii, dezbateri, povești, jocuri de rol, jocuri și clipuri video scurte, filme, realizare și expunere de afișe, postere, desene etc. despre bullying. Conținutul activităților a inclus subiecte de discuție specifice relaționate cu bullying-ul, dinamică și consecințe, despre drepturile copiilor și importanța respectării lor, despre cauzele, formele de manifestare și consecințele fenomenului de bullying asupra copiilor, despre modalitățile prin care bullying-ul sau alte forme de abuz sau violență pot fi prevenite sau combătute în școli precum și subiecte de discuție mai generale, precum emoții, rezolvarea de probleme, strategii de coping, respect, prietenie și comportament prosocial.

În noiembrie, în cadrul *Campaniei 19 zile de prevenire a abuzurilor și violenței asupra copiilor și tinerilor*, s-a desfășurat și o activitate privind bullying-ul. *Obiectivele ei specifice* au fost:

#### 1. Înțelegerea caracteristicilor bullying-ului

a) *Bullying-ul este intenționat*, adică cei care îi victimizează pe ceilalți au intenția de a face rău (fizic sau psihologic). Discuțiile și certurile sunt normale în relațiile sociale. Atunci când copiii au o discuție sau o neînțelegere, intenția nu este aceea de a face rău.

b) *Bullying-ul este repetitiv*: Are loc de mai multe ori (de la zilnic la câteva ori pe săptămână/lună), în timp ce discuțiile sau neînțelegerile au loc ocazional.

c) *Dezechilibrul de putere*: Agresorul este mai puternic fizic sau psihologic decât victima. Victima nu este capabilă să se apere de agresor și adesea este considerată mai slabă sau are o vârstă mai mică. Aceasta nu este cazul unor certuri sau neînțelegeri între copii. Într-adevăr, copiii care se ceartă manifestă același grad de putere fizică și psihologică.

#### 2) Înțelegerea tipurilor de bullying

a) *Bullying fizic*: bătaia, împingerea, lovirea, plesnirea și distrugerea sau furtul unor proprietăți personale.

b) *Bullying verbal*: insultarea, amenințarea, jignirea, poreclirea sau tachinarea rău intenționată

c) *Bullying indirect*: a spune cuvinte urâte pe la spatele unei persoane, răspândirea unor zvonuri răutăcioase, ignorarea, izolarea și excluderea din grupul de covârșnici.

d) *Cyberbullying*: instrumentele sociale și media sunt folosite pentru a face rău victimei, prin răspândirea de zvonuri și insulte.

3) Înțelegerea rolurilor în bullying: dincolo de victimă și agresor, în timpul situațiilor de bullying câțiva copii se distrează prin oferirea de ajutor agresorului sau râsete care încurajează bullying-ul, alți copii pot să ia apărarea covârșnicilor victimizați, în timp ce majoritatea copiilor asistă pasiv la episoadele de bullying sau stau la depărtare.

Elevii din învățământul primar au citit cartea „Minunea”, scrisă de R.J Palacio și au

vizionat și filmul inspirat din această carte. Povestea emoționantă despre curaj și bunătate a lui Auggie Pullman, un băiat de 10 ani care a avut ghinionul de a se naște cu o diformitate facială, care reușește să se integreze într-o școală din S.U.A., depășind răutatea colegilor și câștigând chiar aprecierea, respectul și prietenia lor în cele din urmă, i-a ajutat pe elevi să înțeleagă că e nevoie să se accepte unii pe ceilalți, să se respecte, indiferent de aspectul fizic, starea de sănătate, situația materială. A fost o lecție despre toleranță, învățată altfel, pe care elevii, în mod cert, au înțeles-o și, sperăm, o vor valorifica în experiențele lor ulterioare de viață.

Scopul acțiunii din 30 ianuarie, Ziua Internațională a Non-violenței a fost de a promova ideea de educare a copiilor în armonie, solidaritate, respect și, totodată, de a le forma și dezvolta acestora atitudini și un comportament pozitiv, de respect și responsabilitate atât față de propria persoană, cât și față de ceilalți. *Obiectivele specifice* acestei activități au fost:

- 1) Înțelegerea semnificației respectului
- 2) Înțelegerea diferenței dintre prieteni și cunoștințe
- 3) Înțelegerea comportamentelor prosociale și de cooperare

În luna mai s-a desfășurat o activitate de rezolvare de probleme și strategii de coping. *Obiectivele specifice aceste activități* au fost:

- 1) Învățarea unor tehnici de rezolvare de probleme
- 2) Reflectarea asupra strategiilor alternative de rezolvare a conflictelor legate de bullying
- 3) Utilizarea tehnicilor de rezolvare de probleme

Mesajul zilei a fost acela că violența „este arma celor slabi”, „refugiul incompetenței”, că nu este o soluție pentru rezolvarea problemelor, iar atunci când vine vorba de violență, trebuie să fim cu toții în aceeași barcă, a celor care luptă pentru ca violența să fie interzisă prin lege.

Exemple de acțiuni din cadrul activităților:

1. *Discuții de grup*: Copiii mai mari (9-11 ani) sunt încurajați să poarte discuții de grup pe diferite teme. Cadrele didactice sunt responsabili pentru a conduce discuțiile, prin folosirea întrebărilor. Acestea nu vor sugera soluții la probleme, în schimb vor lăsa copii să reflecteze asupra fiecărei teme. Copiii pot sta într-un semicerc în timpul atelierelor de lucru astfel încât să se poată vedea între ei. Este important să se sublinieze că nu există răspunsuri greșite sau corecte și fiecare copil este liber să își exprime părerea.

2. *Jocuri de rol*: Copiii sunt încurajați să joace în povești despre bullying care pot fi găsite în cadrul atelierelor de lucru. Fiecare copil trebuie să joace un rol, la fel ca în piesele de teatru. Dacă cineva nu se simte capabil să ia parte în jocurile de rol ca actor, el/ea ar putea contribui într-un alt mod. De exemplu, cei care nu joacă niciun rol pot să ajute la coordonarea scenetei de teatru.

3. *Citirea unor povești*: Profesioniștii sunt încurajați să citească povești și să lase copii să reflecteze asupra lor. Poveștile pot fi citite și de către voluntari dintre copii.

4. *Clip video*: Clipurile video despre bullying au fost urmărite în timpul atelierelor de lucru și apoi au avut loc discuții sau dezbateri pe tema videoclipurilor.

Pe tot parcursul anului școlar, elevii din învățământul gimnazial au devenit mesageri antibullying, organizând activități educative pe tema drepturilor omului sau a drepturilor copiilor cu diferite ocazii: Ziua Internațională a Toleranței (16 noiembrie 2021), Ziua Internațională a Drepturilor Copiilor (20 noiembrie 2021), Ziua Internațională a Drepturilor Omului (10 decembrie 2021), Ziua Non-violenței în școală (30 ianuarie 2021).

Acest proiect a reprezentat o formă de a educa altfel, de a îi învăța pe elevi să fie mai buni, mai toleranți, mai empatici și mai solidari cu problemele celor din jurul lor, prin intermediul unor activități educative non-formale care le-au stârnit curiozitatea, inițiativa, dorința de implicare și participare. Toți cei implicați în proiect au înțeles că încălcarea drepturilor copilului



naște povești triste și grele, că respectarea drepturilor copilului nu este o opțiune, ci o obligație pe care o avem fiecare, indiferent că suntem adulți sau copii. Doar astfel putem contribui la construirea unei școli și, implicit, a unei lumi mai bune, mai tolerante, mai incluzive pentru fiecare dintre noi.

În concluzie, copiii trebuie învățați să își folosească în mod constructive puterea. Tinerii care fac abuz de putere au nevoie de îndrumarea unui adult calm, care poate impune anumite limite astfel încât aceștia să învețe consecințele comportamentului lor. Copiii care sunt intimidati de comportamentul unui coleg de exemplu, au nevoie de oportunități în care își poată folosi puterea de a rămâne în condiții de siguranță și pentru a obține ajutor în caz de nevoie. Ei au nevoie de reasigurarea că responsabilitatea de a menține un mediu care este fizic și emoțional în condiții de siguranță iar aceasta este în întregime o responsabilitate de adult. Copiii care își folosesc puterea în moduri care provoacă, necesită intervenția unui adult. Cercetările arată că un comportament de intimidare într-un grup poate fi recompensat social; lăsând problema să se rezolve de la sine este de natură să ducă la problem mai mari, dăunătoare și la un comportament distructiv. Greșelile sunt parte din învățare, și elevii vor face greșeli pe măsură ce învață să își folosească puterea. Unele greșeli pot cauza problem mici, altele pot provoca daune sau răni grave. Îndrumarea și supravegherea adulților sunt esențiale pentru gestionarea greșelilor copiilor mai mici și pentru prevenirea celor semnificative și dăunătoare.

#### **Bibliografie:**

1. Arsova Netzelmann, T.; Steffan E.; Angelova M. (2016). *Strategii pentru o clasă fără bullying*. p 54
2. Strategii pentru o clasă fără bullying. Manual pentru profesori și personalul școlar.
3. Fenomenul „bullying”. Cum îl depistăm și cum îl combatem, pentru școli mai sigure.<http://www.unicef.ro/media/fenomenul-bullying-cum-ildepistam-si-cum-il-combatem-pentru-scoli-mai-sigure/>
4. <https://www.salvaticopiii.ro/ce-facem/protectie/protectie-impotriva-violentei/prevenirea-violentei-in-scoala>
5. <https://www.storyboardthat.com/ro/articles/e/%C8%99coal%C4%83-intimidare>

## Educație fără bullying

**Înv. Iancu Marilena**  
**Școala Gimnazială nr. 1 Liești, Galați**

Potrivit unui raport al Organizației Mondiale a Sănătății, la nivel european România se află pe locul al treilea în ceea ce privește situațiile de bullying în clasamentul celor 42 de țări în care există acest fenomen. În ultima vreme există tot mai des situații de bullying la școala în care învață copiii. De aceea o discuție cu aceștia este importantă în orice familie, fiind esențială pentru sănătatea emoțională a copiilor noștri. Bullyingul este un fenomen complex care afectează atât victima cât și agresorul și martorul tăcut. Bullyingul are trei caracteristici, fiind o formă de abuz emoțional și fizic. Caracteristicile bullyingului sunt: repetat (fiind rănită aceeași persoană), intenționat (agresorul are intenția să rănească pe cineva), dezechilibrul de forțe (agresorul își alege victima care are trăsăturile: vulnerabilă și nu se poate apăra singură). Formele bullyingului sunt: bullying psihic, verbal, fizic, minciuna, bârfa, criticile, manipularea, constrângerile, etichetarea, zvonurile, cinismul. Din păcate, bullyingul poate avea urmări periculoase asupra dezvoltării normale a copiilor. S-a demonstrat faptul că persoanele care sunt supuse permanent comportamentului violent prezintă risc de stres. Victimele bullyingului pot suferi pe termen lung probleme emoționale, de comportament, depresie, anxietate, singurătate, stimă de sine scăzută. Pe plan verbal bullyingul se poate asocia cu țipete, folosirea porecelor, de insulte aduse victimei, iar pe plan fizic se poate asocia cu lovituri, mușcături, îmbrânceli. Astfel că, victimele ajung să fie intimidat și chiar manipulate, ceea ce le va afecta și pe plan social, acestea marginalizându-se de restul lumii. În școală, acțiunile de bullying apar departe de ochii profesorilor sau altor adulți responsabili. Dacă adulții nu observă și nu intervin sau nu iau măsuri imediate și prompte, un climat de frică domină copiii supuși bullying-ului. Politica de protecție a copilului aprobată la nivel de instituție, trebuie să stabilească clar angajamentul școlii în prevenirea și identificarea timpurie a bullyingului, precum și obligația de a raporta astfel de cazuri. La prevenirea fenomenului bullying trebuie să contribuie toate persoanele implicate în educația copilului, respectiv profesorii, părinții și alte persoane calificate (psihologul școlar, medicul școlar etc.) Un studiu al Organizației Salvării Copiii cu privire la situațiile de bullying în școlile românești arată faptul că 1 din 4 copii este umilit în mod repetat în fața colegilor. În plus, 4 din 10 copii au fost răniți ca urmare a comportamentelor abuzive ale altor colegi. Potrivit unui studiu cei mai vulnerabili fenomenului de bullying sunt copiii timizi, cu probleme de greutate, de etnie roma sau cu probleme de dizabilitate. Un prim pas în prevenirea bullying-ului îl reprezintă oferirea de informații către elevi despre fenomenul de bullying, cauzele acestui fenomen, caracteristicile copilului care manifestă un comportament de bullying și a copilului care este supus bullying-ului și consecințele acestui fenomen asupra dezvoltării fizice și psihice armonioase, fiind important să ne asigurăm că și copiii știu cum să ceară ajutor. Activitățile de informare se pot realiza prin dezbateri despre bullying, ore de dirigiență și consiliere, distribuirea de materiale antibullying.

O comunicare eficientă între copil și părinte, respectiv între elev și profesor, reprezintă o măsură eficientă de prevenire a efectelor negative ale bullying-ului. Relația pozitivă dintre părinți și copii, respectiv profesori și elevi, presupune construirea unui climat de încredere, asigurarea copilului că opinia sa este importantă, oferirea de sfaturi și sugestii pentru problemele copilului și reasigurarea că nu va fi criticat în timp ce acesta își exprimă problemele personale.

Activitățile și hobby-urile pot spori încrederea, îi pot ajuta pe copii să-și facă prieteni și să-i protejeze de comportamentul violent. Părinții și profesorii îi pot încuraja pe copii să-și identifice interesele și activitățile preferate și să se implice în acestea. Activitățile extrașcolare, sportive, culturale sau de voluntariat îi permit copilului să construiască relații sociale cu persoane care au aceleași interese; oferi modele comportamentale pozitive și dezirabile social. Experiențele în care un copil este pus să facă anumite lucruri umiltoare pentru distracția altor copii, este amenințat, etichetat își pun amprenta asupra modului în care el se va percepe pe sine și pe cei din jur. Există categoria copiilor care reușesc să înfrunte frica și cer ajutorul adulților. Odată cu înaintarea în vârstă, crește frecvența comportamentelor de bullying, iar formele de manifestare se accentuează. Astfel, dacă la grădiniță copiii se etichetează sau își pun porecle, școlaritatea mică aduce în prim plan forme mult mai accentuate. Cele mai frecvente forme de bullying din școlaritatea mică sunt: tachinarea (ex. „aragaz cu patru ochi” pentru copiii care poartă ochelari, „balenă” pentru copiii care au o greutate mai mare, „girafă” pentru copiii mai înalți, „sărac” pentru copiii cu posibilități financiare mai reduse, „căminist” pentru copiii care provin din sistemul de protecție de stat), izolarea unui copil („Nu vorbiți cu ea!”, „Nu ai ce căuta pe terenul de sport!”), împrăștierea de zvonuri false. Bullyingul este un factor pentru abandonul școlar. În cazul unor situații agresive, un copil are nevoie de sprijinul adulților. Adulții trebuie să învețe copii cum să facă față comportamentelor de proclivitate, tachinare sau a altor forme mult mai violente. Pentru combaterea bullyingului afectează și copiii martori este necesar ca adulții să învețe cum să procedeze la un asemenea eveniment agresiv. Bullyingul creează o atmosferă de teamă, frică și intimidare printre copii. Este important când nr confruntăm cu situații de bullying să nu le evităm. În acest caz este esențială înfruntarea agresorului. Bullying-ul începe de fapt încă de la vârste de 1-2 ani, când copiii învață deja primele forme de manipulare, exasperând părinții (sau frații) prin comportamentele lor (ex. plâng pentru a obține niște beneficii, repetă zgomote atunci când observă că acestea sunt deranjante pentru ceilalți, aruncă „accidental” dar cu bună știință și repetat mâncare sau alte obiecte pe jos). În școlile românești, fenomenul de bullying are 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. 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. Odată informați, copiii pot lua atitudine, pot interveni pentru ei înșiși, dar și pentru ceilalți, iar numărul cazurilor de acest fel se va diminua treptat. Prevenirea acestui fenomen este responsabilitatea tuturor și nimeni nu ar trebui să fie indiferent față de acele persoane care se află în incapacitatea de a se descurca într-o asemenea situație. Cadrele didactice pot să contribuie la diminuarea fenomenului fie prin activități de informare, implicare și combatere a fenomenului, fie prin neacceptarea și sancționarea imediată a unor astfel de comportamente. Bullying-ul este un termen 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).

## Nimeni nu se vindecă rănind pe altul

**Prof.înv. primar Măluțan Liana**  
**Școala Gimnazială "Ion Pop Reteganul" Reteag, jud. Bistrița-Năsăud**

Științific vorbind, bullyingul este un comportament intenționat, de intimidare, hărțuire care apare în mod constant și repetat și are la bază o percepție a unui dezechilibru de putere. În general victima este percepută drept vulnerabilă (provenind din alt mediu social, diferită fizic, intelectual și/sau fiind slabă, lipsită de putere sau curaj în a face față acestui comportament). Pe de altă parte, prin intimidare bully-ul se simte în control. Cuvântul Bullying nu are un echivalent complet în limba română, el înglobând hărțuirea, violența fizică, ostracizarea, intimidarea verbală și/sau psihologică, rasismul.

Consecința bullying-ului este atingerea demnității ori crearea unei atmosfere de intimidare, ostile, degradante, umilitoare sau ofensatoare, îndreptate împotriva unei persoane sau grup de persoane și vizează aspecte de discriminare și excludere socială, care pot fi legate de apartenența la o anumită rasă, naționalitate, etnie, religie, categorie socială sau la o categorie defavorizată ori de convingerile, sexul sau orientarea sexuală, caracteristicile fizice și de personalitate ale persoanei.

Comportamentul acesta se repetă, iar repetitivitatea întărește consecințele pe care le are bullying-ul pe termen lung, atât în viața victimei dar și a agresorului.

În interacțiunile umane există comportamente cu o conotație negativă, normale. Există nepotriviri, nemulțumiri și diferențe. Există certuri, supărări și despărțiri. Există colegi care îți plac și cu care rezonezi și colegi care nu, etc. Pentru a fi considerat hartuire (bullying), comportamentul trebuie să fie agresiv și să includă:

Un dezechilibru de putere: copiii care se hrănesc cu puterea lor – cum ar fi puterea fizică, accesul la informații jenante sau popularitatea – pentru a controla sau a face rău altora. Dezechilibrele de putere se pot schimba în timp și în situații diferite, chiar dacă implică aceleași persoane.

Repetare: comportamentele de intimidare se întâmplă de mai multe ori sau au potențialul de a se întâmpla de mai multe ori.

**Hărțuirea** include acțiuni cum ar fi amenințarea, răspândirea zvonurilor, atacarea pe cineva fizic sau verbal și excluderea pe cineva dintr-un grup intenționat.

Există trei tipuri de bullying:

- Bullying verbal: înseamnă a spune sau a scrie lucruri semnificative.

Hărțuirea verbală include: Tachinarea, porecle, Comentarii sexuale inadecvate, Batjocora, Amenințarea de a provoca rău

- Hărțuirea socială, uneori denumită hărțuire relațională, implică rănirea reputației sau a relațiilor cuiva.

Hărțuirea socială include: Lăsând pe cineva în urma sau exclus intenționat, Spunând altor copii să nu fie prieteni cu cineva, Răspândirea zvonurilor despre cineva, Stânjenind pe cineva în public

- Hărțuirea fizică implică rănirea corpului sau a bunurilor unei persoane. Hărțuirea fizică include:
  - Lovirea
  - Ciupirea,
  - Scuiatul,

- Provocarea
- Împingerea,
- A lua sau a sparge lucrurile cuiva,
- Efectuând gesturi cu mână vulgare sau grosolane.
- “ În 2019, conform primului studiu sociologic desfășurat în România în rândul copiilor, părinților și cadrelor didactice cu privire la existența bullying-ului în școli, condus de Asociația Telefonul Copilului:
  - 72% dintre elevi sunt victime ale acestui fenomen, dar doar 40% dintre respondenți au avut curajul să își recunoască postura de victimă.
  - 51% dintre copiii victime apreciază că principalul motiv pentru care au fost agresati este aspectul fizic.
  - 62% dintre victime au fost agresate de un alt elev, iar o treime de un grup de elevi (33%).
  - 42% dintre copiii martori la episoadele de bullying au intervenit în apărarea victimei.
  - Însă, întrebați cum au reacționat colegii lor după un astfel de gest de interes social: 60% au considerat că a trecut neobservat comportamentul lor, 21% au fost priviți drept eroi, 16% – drept turnători, iar 10% – au fost și ei apoi agresati.
  - O concluzie îngrijorătoare privind motivele pentru care un copil a agresat un altul este că 50% dintre aceștia au considerat că victimele au meritat acest tratament, 36% au afirmat că și ei au fost agresati de persoana respectivă și au simțit nevoia să se răzbune, 29% au dorit să se impună, 15% consideră că mai mulți colegi se comportă astfel cu acea persoană și au făcut și ei la fel, 11% au făcut-o ca să se distreze, iar 6% au afirmat că astfel de comportamente sunt ceva obișnuit la ei în școală și nu consideră că au făcut nimic deosebit.
  - La rândul lor, 7 din 10 profesori admit prezența fenomenului bullying în școala unde profesază. În ceea ce privește măsurile care pot fi adoptate, 81% dintre elevi consideră că este necesar ca profesorul/dirigintele să le vorbească despre bullying în orele de curs, profesorii semnaland în unanimitate această necesitate, iar programa școlară să prevadă detalii despre acest fenomen. 87% dintre părinți și 91% dintre cadrele didactice consideră că se impune adoptarea unor măsuri legislative referitoare la prevenirea și intervenția în cazuri de bullying.”

Uneori, trauma agresiunii duce la simptome fizice, cum ar fi dureri de cap și dureri de stomac, care sunt, de asemenea, asociate cu anxietatea. Copilul poate spune pur și simplu „nu mă simt bine” și nu are plângeri specifice; acesta este un semn că se poate întâmpla ceva la școală.

Părinții ar trebui să fie deosebit de atenți dacă copiii lor vin de la școală cu hainele rupte, vânătăi, tăieturi și zgârieturi. Pierderea interesului pentru activitățile școlare sau refuzul de a merge la școală sunt semne de avertizare. Întreabă-l pe copilul tău ce se întâmplă la prânz, sau în pauze. Dacă se observă aceste tipuri de comportamente, se discută cu profesorul copilului despre ceea ce observă el sau ea despre fiul sau fiica dvs. social și emoțional. De asemenea, se vorbește cu consilierul școlii. Este timpul să implicați un profesionist din domeniul sănătății mintale dacă aceste simptome fizice sau mentale nu dispar mai mult de câteva săptămâni și dacă continuă să interfereze cu capacitatea unui copil de a merge la școală, de a se juca cu prietenii și de a se angaja în alte activități.

Bullying-ul îi poate face unui copil să se simtă neajutorat. Copiii ar putea dori să se descurce singuri pentru a se simți din nou în control. S-ar putea să se teamă de a fi văzuți ca fiind slabi de către profesori, părinți sau colegi.

- Copiii se pot teme de reacția copilului care i-a agresat, de o retraumatizare.
  - Bullying-ul poate fi o experiență umilitoare. Este posibil ca copiii să nu dorească ca adulții să știe ce se spune despre ei, dacă este adevărat sau fals. De asemenea, se pot teme că adulții îi vor judeca sau îi vor pedepsi pentru că sunt slabi.
  - Copiii hărțuiți se pot simți deja izolați social. S-ar putea să simtă că nimănui nu îi pasă de ei sau că nu ar putea să fie înțeleși.
  - Copiii se pot teme să fie respinși de colegii lor. Prietenii pot ajuta la protejarea copiilor împotriva agresiunii, iar copiii se pot teme să piardă acest sprijin.
- Când adulții răspund rapid și consecvent la comportamentul de agresiune, ei transmit mesajul că nu este acceptabil. Cercetările arată că acest lucru poate opri comportamentul de agresiune în timp. Există pași simpli pe care adulții îi pot face pentru a opri agresiunea la fața locului și pentru a menține copiii în siguranță.

Ce să faci propriu-zis:

- Intervenți imediat. Este ok să chemi în ajutor un adult.
- Separați copiii implicați.
- Asigurați-vă că toată lumea este în siguranță.
- Adresați orice nevoie de sănătate medicală sau mentală imediat.
- Oferiți confort și creați un spațiu de siguranță.
- Stați calm. Liniștiți copiii implicați, inclusiv pe cei prezenți.
- Modelați un comportament respectuos atunci când intervenți.
- Oglindiți emoțiile copiilor, așa cum sunt ele, fără să etichetați sau să judecați.

Evitați aceste greșeli frecvente:

- Nu ignorați. Nu credeți că copiii pot rezolva fără ajutorul adulților.
- Nu încercați imediat să rezolvați faptele.
- Nu forțați ceilalți copii să spună public ceea ce au văzut.
- Nu chestionați copiii implicați în fața altor copii.
- Nu vorbiți cu copiii implicați împreună, chemați-i separat.
- Nu faceți copiii implicați să-și ceară scuze sau să pună la punct relațiile pe loc.

Obțineți imediat ajutorul poliției sau asistența medicală dacă:

- Este implicată o armă.
- Există amenințări de rănire fizică gravă.
- Există amenințări cu violență motivată de ură, precum rasismul sau homofobia.
- Există vătămări corporale grave.
- Există abuzuri sexuale.
- Există un act ilegal, cum ar fi jaf sau extorcare – folosind forța pentru a obține bani, proprietăți sau servicii.

Amintinde-ne de faptul că, copiii învață din acțiunile adulților, atunci tratându-i pe ceilalți cu bunătate și respect, adulții le arată copiilor în viața lor că nu există loc pentru agresiune. Chiar dacă se pare că nu sunt atenți, copiii urmăresc modul în care adulții gestionează stresul și conflictele, precum și modul în care își tratează prietenii, colegii și familiile.

Este timpul să abordăm această problemă cu responsabilitate. Doar așa vom putea spune cu mândrie că am creat cu adevărat o viață mai bună pentru copiii noștri. Doar așa vom putea spune că ne-am eliberat de povara trecutului întunecat al societății în care trăim și avem puterea și curajul să fim mai buni, mai liberi și mai curajoși.

**Este nevoie să căutăm ajutor, să ne implicăm, să schimbăm! Dacă alegem să facem asta, umanitatea a făcut un pas peste podul ignoranței.**

## Stop bullying-ului în școala mea - atitudine și prevenire

**Prof. Mandrea Teodora**  
**Liceul “Ștefan Procopiu” Vaslui**

Bullying-ul apare din ce în ce mai des, peste tot în jurul nostru, chiar și în cele mai performante școli și licee. Rănește absolut pe toți cei implicați, dar și pe cei din jur, martorii și chiar pe agresori înșiși. Pentru că în noiembrie este marcată Ziua Internațională împotriva violenței și bullying-ului în școală, să reflectăm asupra celor mai bune metode și practici pentru a preveni bullying-ul în școli. Aceasta este o problemă asupra căreia am lucrat și anul trecut, într-o campanie de o lună în cadrul școlii, care a avut ca scop înțelegerea bullying-ului și prevenirea acestuia. Nu toate abordările sunt la fel de eficiente. De exemplu, conștientizarea elevilor asupra acestei probleme este importantă, dar pedepsirea are efecte negative. Elevii lăsați să își rezolve problemele singuri, nu reușesc să se descurce. Uneori apar cazuri mai grave, de discriminare, iar intervenția martorilor poate avea rezultat în unele cazuri.

Este foarte important să se creeze un climat pozitiv în școală. Elevii trebuie să aibă sentimentul că se află într-un mediu sigur, că sunt protejați în acest cadru, unde ne salutăm frumos, rezolvăm problemele într-un mod pașnic, unde adulții și copiii lucrează împreună, unde se apreciază calitatea și caracterul. Într-un climat pozitiv se creează o cultura pozitivă între elevi și profesori, puterea este exprimată într-un mod pozitiv. Mai întâi, managerii școlii trebuie să înțeleagă că tolerarea bullying-ului produce consecințe negative greu de schimbat, nu doar asupra celor agresați ci și asupra martorilor bullying-ului și asupra agresorilor înșiși. Liderii trebuie să înțeleagă că trebuie să promoveze sănătatea psihologică a elevilor și nu să urmărească și să pedepsească încontinuu comportamentele neadecvate. Trebuie să fie empatici față de elevi și să le valorizeze sentimentele. Apoi, profesorii trebuie să fie pregătiți să gestioneze bullying-ul. Sunt profesori care, la rândul lor, arată lipsa de empatie față de cei agresați sau agrează chiar ei elevii.

Bullying-ul are diferite forme de manifestare. Sunt grade diferite de bullying, dar fiecare copil este unic și răspunde într-un mod propriu la aceste situații. De aceea, profesorii, personalul școlii, părinții trebuie să înțeleagă acest fenomen pentru a putea discuta și a putea depista momentul în care copiii au nevoie de ajutor. Bullying-ul poate începe ca o simplă șicanare despre haine, înfațișare, familie, și ceea ce contează este felul în care copilul percepe aceste șicanări și când se depășește o limită. De obicei, limita se depășește când sentimentele sunt rănite, când copilul suferă, și îi scade stima de sine. Dar bullying-ul poate fi și fizic, când copilul este împins mereu, lovit de către cineva, când i se strică lucrurile sau hainele. Tehnologia, pe lângă progres, a adus o formă de cyber-bullying, care permite harțuirea permanentă, nu doar în școală ci și în afara ei, prin mesaje și filmări din social media care îl urmăresc pe copil acasă. După cum spuneam mai sus, adulții au tendința de a ajuta copilul agresat prin pedepsirea agresorului pentru comportamentul său negativ. Dar este important să îl înțelegem mai întâi pe agresor, de ce acesta are aplecare spre agresivitate. Ce se întâmplă sau ce s-a întâmplat în viața sa astfel încât să acționeze ca un agresor. Uneori acești copii au fost la rândul lor supuși bullying-ului sau sunt neglijați de către familiile lor, sau pur și simplu urmează exemplul oferit în mediul familial, fie că este vorba de părinți, frați mai mari sau chiar de bunici. Este bine să ne gândim că nu doar copilul agresat are nevoie de ajutor, ci și cel care agrează. Înțelegând astfel situația de ambele părți, se poate ajunge la prevenirea situațiilor negative în timp.



Nu întotdeauna este bine să acționăm asupra bullying-ului imediat după ce fapta s-a consumat. Este indicat ca părinții și profesorii să ia măsuri pentru a pregăti copiii să administreze aceste situații. De exemplu, părinții trebuie să se ocupe de abilitățile sociale ale copiilor, să lucreze la acestea. Unii copii nu știu să își facă prieteni, se simt nesiguri, se simt excluși din grup, și atunci adulții, profesorii trebuie să construiască o comunitate a clasei, în care se creează un sentiment de prietenie, de înțelegere și de protecție. În acest grup, profesorii pot începe să introducă ideea de apărare și de reacție în cazurile de bullying, cum ar fi de exemplu prin jocuri de rol care sunt foarte eficiente. Din nefericire însă, o altă dimensiune a problemei este creată de cyberbullying. Acesta este și mai greu de detectat, poate apărea în spațiul virtual al social media. În acest caz, un dialog deschis pe tema regulilor din social media, reguli care să limiteze sfera social media, pot fi utile. Părinții trebuie informați și învățați cum să limiteze timpul copiilor în social media, cum să îi învețe să o gestioneze corect, cum să folosească exemplul altor copii care au folosit social media necorespunzător. Activitățile în clasă și în general evenimentele din școală sunt o modalitate minunată de a determina elevii să învețe și să vorbească despre bullying. Acestea contribuie la o abordare universală și la promovarea învățării sociale și emoționale. Prin aceste activități elevii își dezvoltă înțelegerea comportamentului caracteristic în caz de bullying și înțeleg rolul în prevenirea bullying-ului. Sunt determinați să observe ce este bullying-ul, care sunt tipurile de bullying și care sunt sentimentele care apar într-un incident de bullying, și se gândească la cine se pot îndrepta pentru ajutor. Fiecare activitate trebuie să promoveze discuția și trebuie adaptată pentru nevoile proprii ale elevilor. Când elevii au șansa să vorbească despre bullying, deja începe o schimbare pozitivă. Uneori, discuțiile pot duce la situații de bullying și mai intense sau mai numeroase. De aceea, personalul școlar ar trebui să fie pregătit să răspundă la raportarea cazurilor de bullying și, acolo unde este nevoie, să susțină și să aplice intervenția corectă pentru toți cei implicați. Competențele cheie în abordarea prevenirii bullying-ului se pot obține prin exercițiu, vizând autocontrolul, asociat cu automotivarea, cu o atitudine de curaj de a face ceva, apoi relaționarea cu ceilalți, interacțiunea cu o gamă variată de oameni în diferite contexte și participarea și contribuția, adică implicarea activă.

Printre activitățile care au succes în școală se numără organizarea de lanțuri umane pentru a marca Ziua Internațională împotriva bullying-ului și violenței în școli, realizarea de afișe cu tematică antibullying și mesaje pozitive care să fie expuse în școală și internate, chestionare de self-awareness aplicate la diferite ore și de orice profesor, interviuri realizate de către elevi pentru a fi publicate în revistele școlilor, sondaje de opinie realizate de către elevi în rândul elevilor, realizarea de obiecte simbolice, de exemplu funda indigo sau brățări care pot fi distribuite cu ocazia zilelor anti-bullying, postarea de citate celebre anti-bullying și anti-volență zilnic, în cadrul unor campanii, pe grupurile de pe rețelele sociale ale școlilor, realizarea de scenete sau jocuri de rol de către elevi pentru a fi jucate împreună cu colegii.

În fiecare școală din România există o comisie specială de prevenire a tuturor formelor de violență în cadrul școlii și constă într-un profesor, un membru al echipei de conducere a școlii, un membru din cadrul personalului auxiliar al școlii și un reprezentant al elevilor, dar puțini profesori au acces la programe de dezvoltare care țintesc această formă specifică de violență. Nivelul de conștientă cu privire la problemele de bullying este destul de scăzut și nu există programe specifice pentru prevenirea fenomenului de bullying. Din această cauză intervențiile în cazul situațiilor de bullying sunt destul de izolate. În cazurile de violență în cadrul școlii, se informează în primă instanță managerul școlii. Nu există prevederi specifice legate de bullying. Școala joacă un rol important în viața copiilor și se așteaptă ca profesorii să îi învețe pe copii să gestioneze sentimentele și experiențele negative și să facă față agresiunii și bullying-ului, și într-adevăr, școala este cheia pentru dezvoltarea cognitivă și sănătatea mintală și emoțională a elevilor.

## Descurajarea intimidării, primul pas pentru o școală fără bullying

**Prof.înv.primar- Mican Roxana- Gilda**  
**Prof înv.preșcolar- Sălătioan Rodica-Irina**  
**Școala Gimnazială Câțcău-Cluj**

Fenomenul violenței asupra copilului rămâne unul ascuns și subraportat, un fenomen ce afectează mai ales copii din grupurile vulnerabile, dar căruia îi cad victime copii din toată societatea. De cele mai multe ori, datele statistice surprind manifestările cele mai violente și cazurile cele mai dramatice ale violenței cu victime copii.

Nivelul scăzut de educație, sărăcia, lipsa de informații cu privire la drepturile copilului, protecția copilului și metodele alternative de creștere și educare a copiilor – sunt doar câțiva dintre factorii de risc pentru apariția de comportamente cu impact negativ asupra dezvoltării copiilor, comportamente ce reprezintă grave încălcări ale prevederilor Convenției Drepturilor Copilului. Expunerea copiilor la violență în propriile familii, în mod regulat, prin asistarea la conflicte violente și certuri între părinți, încalcă reglementările în vigoare cu privire la protecția copilului și pot afecta în mod grav bunăstarea acestuia, dezvoltarea personală și interacțiunea socială în copilărie și în viața de adult.

Cifre îngrijorătoare arată că, în ciuda interzicerii prin lege încă din 2004 a oricărei forme de violență asupra copiilor în familie, părinții nu doar că încă utilizează pedeapsa corporală în practica educațională de zi cu zi, dar un procent semnificativ dintre ei apreciază pozitiv bătaia ca mijloc de educație a copilului. Convingerea că prin pedepsire copiii vor învăța cele mai importante lecții este extrem de răspândită în rândul părinților. Cu toate acestea, ceea ce copiii învață este total diferit de ceea ce încearcă părinții să îi învețe.

Comunitățile școlare se confruntă cu diferite manifestări de violență printre care cele mai semnificative sunt bullying-ul (forme de violență repetată asupra unui elev de către alți elevi), de obicei asociat cu discriminarea, homofobia sau rasismul, violența fizică și verbală între elevi, dar și între profesori și elevi.

Bullying-ul este un termen 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. Se deosebește de celelalte tipuri de comportamente agresive-lovit, împins, înjurat- prin faptul că nu apare ca reacție la anumite emoții de disconfort –furie, tristețe.

Dacă la grădiniță copiii se etichetează sau își pun porecle, școlaritatea mică aduce în prim plan forme mult mai accentuate. Cele mai frecvente forme de bullying din școlarietea mică sunt: tachinarea- „ aragaz cu patru ochi,, pentru copiii care poartă ochelari, „ balenă,, pentru copiii care au o greutate mai mare, „girafă,, pentru copiii mai înalți, „ sărac,, pentru copiii cu posibilități financiare mai reduse.

Trecerea la gimnaziu se asociază cu forme mai complicate: intimidarea, umilirea, distrugerea bunurilor personale- îi scuipă foile caietului sau îi rupe obiectele, deposedarea de bunuri- îi ia cu forța banii, mâncarea, hainele.

Pentru unii copii, comportamentul de bullying reprezintă o cale ușoară de a fi percepuți de ceilalți ca fiind „cool,,. Elevii care agresează sunt de cinci ori mai predispuși să se implice în acțiuni antisociale la vârsta adultă (Olweus, 1991)

Expunerea la violență poate avea efecte semnificative asupra copiilor pe parcursul dezvoltării lor și influențează modul în care aceștia își vor forma relațiile cu cei din jur în copilărie și ca adulți.

Violența amenință nu doar șansele de supraviețuire și sănătatea copiilor, ci și bunăstarea lor emoțională și viitoarele perspective. Actele de violență la care un copil este supus sau martor la o vârstă fragedă, atunci când creierul și corpul se află la o etapă importantă a dezvoltării, pot provoca daune pe tot parcursul vieții. Acestea afectează sănătatea fizică și mintală a copiilor, le compromit capacitatea de a învăța și a socializa, și le subminează dezvoltarea ca adulți funcționali și părinți buni mai târziu în viață.

Ce putem face?

1. Oferă un exemplu bun. Copiii învață cum să se comporte urmărindu-i pe adulți. Parinții trebuie să facă un efort pentru a-și păstra un sens al valorilor și moralei în paralel cu modul de a se exprima non-violent și de a oferi un exemplu în acest sens. Dacă copilul te vede certându-te, fii sigur că te va vedea și împăcându-te și niciodată nu continua cu violența fizică sau verbală în prezența lui.

2. Un copil are nevoie de sprijinul adulților din jurul lui.

Cum poate gestiona copilul tachinarea?

El poate să-și spună „chiar dacă nu îmi place cum mă poreclește pot să fac față acestei situații„. Transmiterea de mesaje asertive este o altă metodă. „Sunt trist/ nu-mi place când faci glume pe seama ochelarilor mei, aș prefera să încetezi„. Această tehnică funcționează într-un cadru controlat, în care există un adult și niște reguli. Răspunsul cu un compliment descurajează tachinarea. „Mulțumesc că ai remarcat că am ochelari„

3. Limitează expunerea la violență. Acordă mare atenție programelor de la televizor, casetelor video și programelor de pe internet pe care copilul le urmărește și limitează expunerea acestuia la teme violente. Pistoalele și săbiile de jucărie, dar și alte jucării ce promovează violența și agresiunea trebuie limitate și monitorizate.

4. Oferă-i copilului multă afecțiune și atenție. Copiii care se simt iubiți, în siguranță și care au format un sentiment de încredere cu adultul care-i îngrijește sunt mai puțin violenți și agresivi decât ceilalți. Poți construi acest sentiment de încredere și siguranță al propriului copil având un rol activ în viața lui, petrecând în mod consistent suficient timp de calitate cu el și oferindu-i multă dragoste, laude și încurajări. Chiar și o perioadă de timp scurtă petrecută astfel, poate aduce numai satisfacții și pentru părinte, dar mai ales pentru copil.

### **Bibliografie:**

1. [www.didactic.ro](http://www.didactic.ro)
2. [www.unicef.org](http://www.unicef.org)
3. [www.salvaticopiii.ro](http://www.salvaticopiii.ro)
4. The Future of Children - Joy Osofsky;
5. Understanding children, the guidebook for children 0 to 3 - R.S. Wurman

## **Părinți – elevi – profesori – un trio decisiv în prevenirea și combaterea bullyingului școlar**

**prof. înv. primar Mîrțicu Alina Gina**  
**Școala Gimnazială „Mihai Viteazul” Alexandria - Teleorman**

Noțiunea de violență este discutată în relație cu cea de agresivitate. Majoritatea analizelor privilegiază ideea că agresivitatea ține mai mult de instinct, în timp ce violența ține mai mult de cultură, educație, context. Rădăcina latină a termenului violență este „*vis*”, care înseamnă „*forță*” și trimite la ideea de putere, dominație, de utilizare a superiorității fizice asupra altuia. Violența școlară nu este un fenomen nou.

În contextul actual, cultural și politic, european, se acceptă și se promovează ideea că școala trebuie să fie un spațiu privilegiat, al securității, liber de conflicte și de manifestări ale violenței sociale.

„Bullyingul poate fi definit ca o hărțuire repetată (nu o dată sau de două ori). Acesta poate fi un atac fizic, sau un atac dureros la adresa sentimentelor altcuiva prin intermediul cuvintelor, acțiunilor sau excludere socială. Bullying-ul poate fi provocat de către o singură persoană sau de către un grup de persoane. Este o coincidență nefastă, că agresorul de obicei este fizic, verbal și/sau social mai puternic decât victima” (Richard J. Hazier). După cum reiese din definiția dată mai sus, bullyingul reprezintă o acțiune deliberată a unui individ sau a unui grup agresiv predispus de a fi inițiatorii unui atac, fie acesta fizic sau moral, la adresa altcuiva.

Bullyingul ca fenomen apare în diferite contexte fie în școli sau mediul online, acesta reprezintă o problemă a societății moderne, care poate provoca dezechilibru psihic și moral în rândurile adolescenților și copiilor. Indiferent de contextul apariției, fenomenul în sine este unul negativ iar necesitatea de a fi prevenit crește în fiecare zi. Cadrele didactice sunt oamenii cheie care pot interveni în acest proces de prevenire și îl pot accelera prin intervenția lor directă, practicând și folosind metodele și politicile învățate la acest curs. Bullyingul trebuie identificat și delimitat de alte tipuri de comportamente. În unele cazuri ceea ce ni se pare să fie bullying, poate fi doar o joacă dură, glume sau o simplă ceartă. Este foarte important să poți delimita bullyingul de o glumă, acesta, la fel, nu reprezintă o joacă mai dură, în situația în care doi sau un grup de copii se joacă sau se ceartă și aceștia au o forță fizică egală, aceasta nu reprezintă bullying, deoarece în acest moment ei nu se simt stresați, agresați sistematic sau excluși social. Discuțiile mai aprinse sau în contradictoriu nu sunt o formă de bullying.

Într-un final, este important să delimităm bullyingul de o ceartă sau o argumentare între copii. Neînțelegerile sunt naturale ființei umane la fel ca și respiratul, deoarece nu suntem la fel și avem întotdeauna interese și scopuri diferite. Bullyingul însă reprezintă o țintire, o focusare asupra unor insecurități, slăbiciuni, inegalități pe care le urmărește agresorul la victimă. Ca și în orice alte activități, în bullying există roluri clar definite și care pot fi identificate de către persoane competente în acest sens, adică profesori instruiți, psihologi școlari, diriginți, etc.

Bullyingul este o problemă care necesită o abordare complexă. Cu bullyingul în cadrul instituțiilor de învățământ nu este o problemă cu care se poate ocupa un copil sau adolescent singur, este nevoie de acțiuni din toate direcțiile, mai precis, părinții, profesorii, psihologul școlar, dirigințele și apoi adolescentul.

Unul din pașii cei mai importanți pentru cei care s-au întâlnit cu bullyingul este să primească o consultare nemijlocită și rapidă a unui specialist în acest sens. Voi menționa în

următoarele rânduri acțiunile necesare de întreprins de fiecare din părțile participante la procesul de prevenire și soluționare a bullyingului.

- Părinții

Părinții copilului care este victima bullyingului de obicei se simt vinovați, îngrijorați, jenați și îndurerați. Din aceste motive, uneori ei acționează eronat, doar agravând situația, prin anumite fraze și comportamente agresive, cum ar fi „De ce nu l-ai lovit și tu?”, „Nu fi atât de jalnic!”, „Singur ești vinovat!” sau altele, care pot face copilul să se simtă și mai neajutorat decât înainte. Este extrem de important de înțeles, că în asemenea situații nu există nici un vinovat, se poate întâmpla în orice familie și cu oricine, indiferent de comportamentul sau atitudinea copilului în cauză. Dacă părintele nu se descurcă cu situația (ceea ce desigur este în limitele normalității), aceștia trebuie să apeleze fără nicio ezitare la ajutorul din partea unui psiholog sau a unei persoane competente. Părinții trebuie întotdeauna să își suporte copiii și să construiască relații de încredere bazate pe sinceritate, dialog, pentru ca aceștia să poată cere ajutor.

- Profesorii

Abordarea bullyingului în clasă este o temă destul de comună dar totodată care necesită o atenție specială din partea profesorului. Să modelăm următoarea situație: doi băieți din clasă au declarat un boicot pentru al treilea băiat, cu scopul de a-l exclude din interacțiunea socială a clasei. Profesorul ar trebui să ceară acordul victimei și a părinților acesteia pentru a organiza o întâlnire cu inițiatorii boicotului și cu alte 4-6 persoane care au fost martorii oculari ai acestui eveniment care au și abordat o poziție neutră față de ce s-a întâmplat. Profesorul explică detaliat copiilor ce simte băiatul exclus și că bullyingul nu este o distracție, pe lângă aceasta îi roagă să se gândească la elaborarea a câtorva eventuale rezolvări și ameliorări ale situației. Copii simțind toată importanța acestei activități, insuflată de profesor, o să ia o atitudine activă în aducerea la final al proiectului. Odată la câteva zile, toți participanții la proiect se vor întruni pentru prezentarea reușitelor și ideilor sale. De regulă, după o asemenea abordare și câteva întâlniri de tipul respectiv, vor elimina situația neplăcută și bullyingul dintre colegi.

- Copilul

Copilul, având în vedere vârsta, sau o condiție fizică mai slabă, ori orice altceva care îl face o potențială victimă, nu are posibilitatea să se apere în fața agresorului, din aceste motive, aici trebuie să intervină cei maturi, iar cel mai des, anume cadrele din instituțiile de învățământ din care copilul face parte. Dar totodată sunt și niște aspecte pe care copilul trebuie să le înțeleagă referitor la situațiile respective sau să fie explicate de un cadru competent.

1. Dacă a devenit martorul unei scene de bullying, aceasta trebuie raportată cadrelor competente din instituție;

2. Să recomande victimei să se adreseze după ajutor la un matur sau profesor în care are încredere;

3. Să evite situațiile de bullying și categoric să refuze participarea la o asemenea acțiune;

4. Este categoric contra-indicat răzbunarea cu o mai mare brutalitate în cazul în care copilul este victima. Violența naște violență;

5. Să caute prieteni printre vârstnicii lui și să își găsească bastionul de suporteri în ei, folosind cea mai bună armă împotriva bullyingului – umorul;

6. Să raporteze cazurile de bullying celor maturi în care are încredere;

7. Să își consolideze moralul și stima de sine pentru a insufla mai multă încredere și a demoraliza un potențial agresor în a întreprinde ceva.

Descoperim în aceste puncte pașii pe care trebuie să îi insuflă copilului anume un matur, care poate fi profesorul, dirigintele, psihologul școlar sau chiar părinții, dar la fel cu îndrumarea unui cadru din instituția din învățământ din care face parte copilul și are încredere în acesta. Din

motiv că uneori copiii nu sunt destul de independenți pentru a acționa, anume cadrele didactice trebuie să fie cei care îi îndrumă în procesul de evitare, ameliorare, prevenire a bullyingului în rândurile elevilor săi.

Copilul agresor necesită o atitudine și abordare specială, pentru a înțelege de unde vin rădăcinile comportamentului lui negativ. În cele mai multe cazuri, agresorii provin dintr-o familie defavorabilă, unde sunt supuși violenței domestice, sau copiii care au suportat o traumă psihologică puternică în trecut și care a lăsat o amprentă devastatoare pe psihicul acestora. Dacă într-o familie de acest tip, tatăl își bate copilul acasă, acesta ulterior va încerca să-și ia revanșa de la colegii lui din instituția de învățământ, care efectiv sunt mai slabi decât acesta, deoarece în cazul tatălui lui, el nu se poate revanșa într-un mod sau altul. În asemenea cazuri, copilului îi trebuie un ajutor nemijlocit al unui specialist (psiholog școlar, psiholog de familie), dar mai întâi de toate, e nevoie de investigat și de înțeles ce se întâmplă în familia acestui copil, dacă el este promovatorul unui comportament atât de negativ.

Cazurile pot fi diferite de la situație, la situație. De exemplu, unii copii pot avea o stimă de sine ridicată, care duce spre vanitate dar cu empatie extrem de scăzută, ceea ce deseori se întâmplă în familiile unde acești copii sunt extrem de răsfățați de părinții lor și nu li se refuză nimic. În aceste situații cadrele competente ar trebui să vorbească cu părinții pentru ca aceștia să ia măsuri și să impună niște granițe și muștrări care îi vor permite să conștientizeze gravitatea acțiunilor sale, prin intermediul unor discuții și exemple coerente și adecvate aduse de părinți sau de cadrele competente.

Înconjurările copilului agresor pot juca și ele un rol important. De exemplu acesta poate face parte dintr-un grup care promovează asemenea comportamente, fiind mai naiv, acesta se poate lăsa foarte ușor manipulat de ceilalți și să acționeze astfel la îndrumarea lor. Excluderea adolescentului dintr-un asemenea grup are, de obicei, cel mai rapid efect, el încetează să mai reproducă comportamentele semenilor săi, dar totodată necesită o monitorizare pe o perioadă de timp. O altă situație poate fi atunci când agresorul poate fi victima unor agresori mai puternici decât el, astfel formându-se un lanț al agresivității de la cel mai puternic la cel mai slab, trebuie de urmărit în care inel din acest lanț se află copilul și de luat măsuri pentru toți participanții la acesta, deoarece uneori sunt destule și niște tachinări verbale repetative din partea celor mai puternici, pentru ca elevul să înceapă să reproducă bullyingul pe cei mai slabi, uneori într-o măsură abominabil de mare.

### **Intervenția cadrelor didactice în situații de bullying și măsurile necesare**

Profesorii, uneori, sunt și ei actori ai unei situații de bullying. Totodată, profesorii sunt înzestrați cu o poziție extrem de influentă ca educatori care contribuie la o relație socială sănătoasă între elevii lor, precum și un factor extrem de important în prevenirea situațiilor de bullying. Profesorii sunt cei care de multe ori observă o situație de bullying sau cei care sunt contactați cel mai des când o asemenea întâmplare ia naștere. În cazurile respective, ei pot aborda diferite comportamente, cum ar fi, de observator pasiv, ignorând situația sau banalizând-o. Ei pot interveni prin diferite moduri, sprijinind agresorul, sau victima, pot crea dialog și discuții între aceștia sau cu grupul pentru ameliorarea situației. Desigur că elevii au așteptările ca profesorii să intervină activ și nemijlocit în asemenea situații. Modul prin care profesorul intervine într-o situație de bullying are efecte importante în ceea ce privește modul în care elevii își vor dezvolta sentimentul de încredere și securitate în incinta școlii.

Câțiva pași simpli vor ajuta cadrul didactic să prevină sau să amelioreze situațiile de bullying în cadrul orelor sale.

- Recunoașteți că problema bullyingului există.

Este foarte important de recunoscut că o asemenea problemă este și perturbă atmosfera generală la ore sau în instituție, deoarece doar așa este posibilă rezolvarea problemei, prin acceptarea că ea există și produce deranj. Nici într-un caz nu închideți ochii la cazurile de bullying între copii și nu lăsați situația să se agraveze.

- Raportați problema bullyingului comisiei de disciplina, administrației școlii sau psihologului școlar.

Este important, pentru transparența situației și pentru ca administrația și psihologul să vă poată ajuta în găsirea celor mai optime rezolvări a cazurilor, iar problema nu va deveni una de ordin personal.

- Găsiți cauza de la care a pornit bullyingul.

O întrebare directă pusă agresorului poate uneori să scoată la iveală problema și cauza apariției violenței. Anonimatul și intimitatea sunt foarte importante în acest proces, încercați să nu implicați alte persoane în discuția respectivă, dacă ați decis să acționați independent și fără ajutorul altor cadre.

- Organizați-vă orele într-o manieră cât mai destinsă.

Un copil ocupat și interesat de ora predată este un copil atent, care nu se gândește la săvârșirea unor acte de violență și bullying, orele distractive le pot acapara atenția chiar și celor mai gravi agresori.

- Creați și scrieți împreună cu elevii regulile pe care ei trebuie să le respecte la ora dumneavoastră.

Importanța stabilirii unor reguli și cerințe pentru elevi este majoră, dar totodată este vital ca obligațiile să vină și cu drepturi corespunzătoare, penalitățile să fie contracarate de bonusuri, iar disciplina să nu genereze atmosferă de armată.

- Luați o atitudine obiectivă și nepartinică.

Este foarte important ca profesorul sau psihologul școlar să fie obiectiv și să nu cauzeze alte traume victimei sau chiar și agresorului, să nu ia partea nimănui și să rezolve situația cu mintea limpede.

- Găsiți ocupații pentru agresor sau victimă care îi va face fericiți.

Ca victima să nu se izoleze în gânduri negative, de societate și să se distragă de la ce s-a întâmplat, iar agresorul să nu se mai gândească și să caute motive pentru violență, găsiți-le și oferiți-le activități care le va crea o stare de fericire. • Păstrați calmul și atitudinea pozitivă. În orice situație, calmul cadrului didactic trebuie să fie infailibil, e important ca să nu perturbi și mai mult situația creând o stare generală de alertă și foarte încordată, deoarece imaginea dumneavoastră poate suferi în fața celorlalți elevi, iar încrederea să scadă.

- Vorbiți cu părinții agresorului și victimei. Este foarte important să înștiințați părinții ambelor părți, ca în cazul victimei să se ia măsurile respective de consolare și ajutor moral, iar în cazul agresorului să se ia măsurile necesare pentru prevenirea unui asemenea comportament în viitor și îmbunătățirea percepției lui asupra lucrurilor și împăcarea cu victima, prin dialoguri constructive și binevoitoare.

## **Bibliografie:**

Trushina, Elena, „Bullyingul în școli: de ce copii îi agrează pe alții și cum să îți aperi copilul de violență”, FoxFord, accesat în 05.09.2021

„Bullying-ul în școală. Cauze, efecte, măsuri recomandate de specialiști”, KidMagia, <https://www.kidmagia.ro/utile/scoala/bullying-ul-in-scoala-cauze-efecte-masuri-decombatere-recomandate-de-specialist>.

## Elevi care se exprimă vulgar

**Prof. Moldovan Horațiu**  
**Colegiul Național „Andrei Mureșanu” Dej, jud. Cluj**

### **Studiu de caz- Agresor vs agresat**

**Tema :** Intervenția adecvată în relația cu elevii care se exprimă vulgar

**Problematica:** Mulți elevi folosesc ocazional un limbaj vulgar. Unii vor să arate că sunt supărați, altora le place să înjure și să provoace. Unii vorbesc așa fără să se gândească. La școală este obligatorie folosirea unui limbaj decent. Profesorii cu experiență afirmă că un limbaj vulgar poate fi stopat dacă se combate consecvent.

**Conținut:** În cele ce urmează, am analizat cauzele posibile și efectele unui limbaj vulgar. De asemenea, pe baza unui studiu de caz, voi prezenta cum trebuie să acționeze profesorii în cazul elevilor care folosesc adesea un vocabular predominant vulgar.

### **Caracteristici comportamentale**

Atunci când vorbim despre „elevi care folosesc un limbaj vulgar”, nu mă refer la cei care folosesc din când în când o expresie neadecvată în mediul școlar, ci la elevii care utilizează în mod frecvent înjurături, jigniri, cuvinte vulgare exprimarea lor putând fi descrisă ca deviantă.

Aceștia se caracterizează prin:

- Înjură și folosesc cuvinte neadecvate în fiecare zi, la aproape fiecare oră de curs și în pauză;
- Nu pot fi controlați;
- Atunci când înjură, nu iau în considerare persoanele din jur, locul și momentul;
- Folosesc expresii inadecvate și în cadrul unor evenimente plăcute;
- Dau impresia că nu se pot opri din înjurat;
- Nu se scuză pentru modul lor de exprimare sau comportament inadecvat;
- Nu sunt conștienți de gravitatea comportamentului lor și a efectelor sale asupra celorlalți;

### **Efectele acestui tip de comportament asupra colegilor și profesorilor**

1. Profesorul și ceilalți elevi se simt în permanență agresati de acest limbaj vulgar
2. Profesorul este adesea frustrat, pentru că pedepsele sau măsurile recompensatorii nu dau rezultate
3. Elevii resimt nevoia unui comportament respectuos la școală, în familie și în orice altă situație;

### **Identificarea cauzelor**

Studiile de specialitate arată că principala cauză a acestui comportament este dorința elevului de a i se acorda atenție. Acest elev încearcă să atragă asupra sa atenția profesorilor, a colegilor, a părinților sau a persoanelor care îl interesează. Se întâmplă acest lucru cu elevii care nu au rezultate școlare sau extrașcolare prin care să se evidențieze sau cu elevii care încearcă să mute atenția părinților exclusiv spre ei.

Acest elev încearcă să arate că este puternic, vrea să se impună cu ajutorul acestui limbaj vulgar și să provoace adulții și colegii.

Limbajul extrem este o formă accentuată a unui comportament agresiv. Elevul arată în



acest fel că este puternic și încearcă să obțină recunoașterea și aprecierea celor din jur.

### **Măsuri și acțiuni**

După fiecare manifestare a unui comportament neadecvat este necesară o intervenție.

Este important ca profesorul să nu arate că este șocat, ci să rămână calm și să intervină în corectarea acestor comportamente. Este recomandat să se acționeze cu calm, repede și consecvent. În cele mai multe cazuri apare rapid o îmbunătățire. Dacă profesorul nu intervine sau intervenția este de cele mai multe ori întâmplătoare, comportamentul poate să fie de cele mai multe ori perturbator sau își stabilește o țintă asupra căreia își îndreaptă comportamentul agresiv.

### **Descrierea situației**

*Matei are 13 ani și este elev în clasa a VIII-a la o școală generală. La toate materiile are note de 5-6. În general, ar fi un elev normal, care nu ar atrage atenția, dacă nu ar folosi un limbaj vulgar, pentru a fi tot timpul în centrul atenției. Din motive nerelevante, înjură în orele de curs.*

*Se adresează colegilor cu înjurături și nu se scuză pentru comportamentul său. Dacă este solicitat să își ceară scuze, protestează: „ Am glumit doar, prostule! “ Când injuriile se referă și la sarcinile trasate de profesoară, aceasta reacționează imediat și îl invită ca după ore să se prezinte la cabinet pentru a avea o discuție. Profesoara îl confruntă pe elev cu propriul comportament și îi cere cu insistență să nu mai folosească aceste cuvinte. Matei zâmbește prietenos și promite că va încerca să schimbe situația. Din păcate, avertismentul nu are efectul scontat, matei înjură din nou a doua zi, fără niciun fel de considerație, astfel încât profesoara trebuie să discute cu el și cu părinții. În prima fază, aceștia nu doresc să vină la școală „, doar „, pentru această problemă. Profesoara insistă și părinții se prezintă la școală. Ca aproape toți părinții, ei încearcă să reducă din importanța situației: „, Nu este chiar așa de rău, fiecare om înjură și un băiat la pubertate, cu atât mai mult.” În momentul în care profesoara le citește o parte din expresiile folosite de Matei în acea zi la cursuri, părinții cad pe gânduri și sunt dispuși să discute modalități de corectare cu profesoara și cu fiul lor.*

### **Acțiuni**

Profesorul cu experiență reacționează foarte repede în cazul elevilor care folosesc un limbaj extrem. Este o strategie foarte bună, pentru că ignorarea cu eleganță a expresiilor vulgare, practică între adulți, va genera un efort opus la elevi. Din contră, ei vor folosi un limbaj din ce în ce mai agresiv și vulgar. Profesorul va încerca în **prima fază** să întrerupă șuvoiul de vulgarități, vorbind încet sau foarte tare și își va continua apoi cursul, cu un ton normal. În multe cazuri, această reacție poate să aibă efectul dorit asupra unui comportament neadecvat. Dacă nu se întâmplă asta, profesorul se va gândi la abordarea **cele de-a doua faze** în care va cere să aibă discuție cu elevul în pauză sau după terminarea orelor. Acest lucru este de regulă mai util, deoarece:

- Poate să discute calm despre expresiile neadecvate
- Poate să îi ofere ajutorul, într-o „, convenție,, doar între doi
- Cateodată reușește să obțină promisiuni de corectare- pas foarte important în procesul de consiliere

**Promisiunile elevului** – sunt întotdeauna utile. Nu duc întotdeauna la o modificare a comportamentului, dar sunt o bază pentru discuțiile ulterioare:

- „, A fost frumos să vorbesc cu tine- fără expresiile acelea merge totul mult mai bine.”
- „, Pot să te înțeleg mult mai bine așa.”
- „,Când tocmai te pregătești să înjuri, gândește-te la cuvintele mele.”

- „Crezi că reușești? M-aș bucura foarte mult.”

**Colaborarea cu părinții**- dacă nici acest dialog nu ajută, profesorul va vorbi în **a treia etapă** și cu părinții. Profesorul insistă ca ambii părinți să fie prezenți la întâlnire. Profesorul le recomandă părinților:

- Să ignore scâpările de limbaj izolate
- Să întrerupă exprimările vulgare repetate

Propriul vocabular trebuie controlat și, dacă este cazul, îmbunătățit. Părinții sunt adesea surprinși sau nu cred când aud de la profesor ce expresii folosește fiul lor atunci când se adresează colegilor sau profesorilor. Nu este cazul ca profesorul să discute despre fiecare expresie, să insiste pe adevărul celor relatate de elev sau chiar să încerce să afle de unde știe copilul asemenea expresii.

**Recompense**- din acest moment, profesorul, părinții și elevii trebuie să colaboreze. S-a dovedit că este util să se elaboreze în comun un sistem clar de recompense și pedepse. În anumite situații, profesorul ia legătura cu părinții o dată pe săptămână pentru a le comunica dacă elevul a mai folosit expresii nepotrivite sau nu.

Dacă acest lucru nu s-a mai întâmplat, părinții își vor recompensa copilul conform sistemului de comun acord.

În cazurile mai rare, în care părinții tolerează comportamentul, trebuie să li se comunice oral sau în scris că astfel de abateri comportamentale îi dăunează copilului și vor duce la izolarea lui din punct de vedere social.

În **a patra fază**, în cazul în care nu se observă niciun progres în comportamentul și limbajul elevului se va apela la consilierul școlar (dacă acesta există) sau chiar la alți specialiști. Poate fi considerat un act de bullying acest comportament, dacă acest tip de elev își va găsi o țintă printre colegii de școală sau poate afecta colegii mai sensibili.

**Bibliografie:** curs - „*Comportamentul elevului, dilema profesorului*”

## Importanța prevenției agresivității și violenței în școli

prof. Moldovan Jica Mariana  
Școala Gimnazială „Mihai Eminescu” Dej, jud. Cluj

### Motto:

*„A lupta contra violenței școlare înseamnă a ameliora calitatea relațiilor și a comunicării între toate persoanele angrenate în actul educațional.”* Dardel Jaouadi

Violența există peste tot în lume: pe stradă în școală, în mass-media, în inimile noastre este din ce în ce mai mediatizată; atrage și îndepărtează deopotrivă. Violența în instituțiile de învățământ este diversă. Ea se manifestă atât sub forma unor acțiuni violente singulare, cât și sub forma intimidărilor permanente, înjosirilor și hărțuiei sistematice (bullying). Violența poate fi fizică și verbală, se poate manifesta prin acțiuni violente și afirmații cu caracter sexual, poate avea accent pronunțat sau nepronunțat pe dimensiunea de gen, poate urmări beneficiul material (extorcarea și sustragerea de obiecte și bani).

Noțiunea de violență este discutată în relație cu agresivitatea. Agresivitatea este definită ca fiind orice comportament ostil, distructiv al unui individ. Poate fi îndreptată împotriva altor persoane, obiecte sau animale, precum și împotriva ființei proprii, ca autoagresivitate.

Adesea agresivitatea este considerată a fi sinonimă cu violență, deși nu orice conduită agresivă presupune și violență, după cum nu orice act violent este însoțit de agresivitate. De exemplu, șantajul emoțional (o formă de violență psihică) nu este în mod necesar însoțit de agresivitate. Violența presupune dorința de a distruge, de a vătăma, de a produce suferință, pe când agresivitatea, adesea, urmărește alte scopuri: afișarea, demonstrarea masculinității, a puterii, autoapărarea, obținerea de beneficii materiale, atragerea atenției, răzbunarea etc.

Agresivitatea și violența rămân preocupări pe cât de vechi, pe atât de actuale. Subiectul este inepuizabil, cauzele sunt adevărate complexe cauzale, formele de manifestare sunt variate, așa încât și măsurile de prevenire sau de diminuare a comportamentelor agresive sunt greu de prescris atât pentru situații generale, cât și pentru cazuri particulare.

"Agresivitatea este innăscută" susține Sigmund Freud, dar și Konrad Lorenz. Oamenii se nasc cu predispoziția sau impulsul de a fi violenți și de a agresa. Cum nu se poate înlătura, trebuie, prin educare, găsite modalități nedistructive de canalizare a energiei negative.

O altă explicație ar fi aceea că "agresivitatea este un comportament social învățat". A apărut astfel teoria învățării sociale a agresivității care susține că un comportament agresiv se învață prin mai multe modalități:

—direct, deci prin învățare directă (prin recompensarea sau pedepsirea unor comportamente);

—prin observarea și imitarea unor modele de conduită ale altora, mai ales ale adulților.

Agresivitatea copilului este în primul rând un semnal de alarmă prin care acesta arată că este încărcat cu emoții negative precum furia, supărarea, dezamagirea, neliniștea. El nu este capabil să își controleze emoțiile, ci le scoate la suprafață, uneori sub forma agresivității. Principalele surse de agresivitate sunt frustrările copilului, tensiunile din familie și predispozițiile temperamentale ale copilului.

Bullying-ul și violența în școli sunt o realitate cruntă, care afectează grav copiii care trăiesc înfricoșați zi de zi, cu sentimentul că sunt lipsiți de apărare, copii care dezvoltă probleme psihice și ajung să sufere chiar pe viață de traumele din anii de școală".

**Agresivitatea în școală** este o formă de conduită de devianță școlară, cu o diversitate de forme de manifestare, cu intensitate diferită. Pe o scară a intensității, pornind de la intensitatea cea mai mică, agresivitatea presupune: confruntarea vizuală, poreclirea, ironizarea, tachinarea, bruscarea, lovirea cu diferite obiecte, pălmuirea și ajungând la forme de intensitate crescută, cum ar fi înjunghierea și împușcarea.

Elevii au nevoie să se simtă în siguranță în școală, să se simtă protejați de orice formă de violență, fie ea fizică, verbală, abuz psihologic sau intimidare pe rețelele de socializare. Au nevoie să învețe într-un mediu în care există respect între colegi, încredere, comunicare, prietenie, apropiere, un mediu protejat de norme sociale sănătoase, pozitive.

Pe fondul agresiunii, indiferent de tipul acestora, elevii întâmpină probleme emoționale pe care greu le gestionează, unele dintre ele având repercusiuni și în viața de adult.

Pentru aceștia, școala nu reprezintă doar mediul în care se depun eforturi pentru a obține performanțe academice, ci este și cadrul ideal pentru învățarea socio-emoțională a elevilor. Din acest motiv, este o prioritate națională asigurarea climatului educațional prielnic învățării și promovarea relațiilor sociale pozitive între elevi. Prevenția comportamentului deviant ar trebui să devină (și conform măsurilor legislative chiar tinde să devină) o măsură prioritară de politică educațională.

Educatorii pot să dețină un rol de bază în prevenirea și limitarea comportamentelor agresive ale tinerilor prin variate modalități de intervenție, prin crearea unui mediu școlar sigur, cooperant, eliminând factorii de risc ai comportamentului agresiv.

Literatura de specialitate abundă de numeroase soluții, prin care să se poată preveni manifestările de agresivitate precum și măsuri de intervenție menite să o diminueze, pe cât posibil. serie de măsuri de prevenire, dar și de intervenție:

- Respectarea regulamentului școlar în care sunt prevăzute rolul dirigentului, profesorilor, consilierilor, dar și obligațiile și drepturile elevilor. Acest regulament se presupune a fi adus la cunoștința, nu numai a elevilor, dar și la cea a părinților;

- Întâlniri frecvente ale cadrelor didactice pentru menționarea situațiilor în care a fost semnalată agresivitatea la elevi și discutarea posibilelor soluții. Întâlnirile constituie ocazii de instruire a profesorilor pentru a ști cum să ia, la timpul convenit, atitudine împotriva agresivității. În cadrul acestor instruirii profesorii sunt ajutați să-și dezvolte atitudini pozitive (priviri plăcute, gesturi amabile, cuvinte potrivite în loc de mustrare) manifestate față de elevi, atitudini care, în mod indirect, vor ajuta la diminuarea agresivității;

- Utilizarea de jocuri în cadrul școlii, după terminarea orelor, unde cadrele didactice supraveghează atent activitățile elevilor. S-a constatat că multe acte de violență se produc în afara orelor de program, atunci când elevii știu că nu sunt supravegheați de către un adult;

- Derularea programelor de genul celui "Anti-agresivitate în școală", care are ca scop prevenirea dar și reducerea frecvenței manifestărilor violente în școli.

Agresivitatea reprezintă o preocupare socială importantă. De aceea, și domeniul strategiilor de prevenție și limitare a acesteia este unul foarte vast. Literatura de specialitate prezintă numeroase asemenea programe concepute și implementate la diferite niveluri cu scopul prevenirii și/sau limitării reapariției unor comportamente agresive. Varietatea lor merge de la intervenția la nivelul individual și cel al familiei până la eforturile comunității, de la prevenirea agresivității până la limitarea acesteia prin intervenția terapeutică. Meritoriu se dovedește a fi efortul pentru măsurile de prevenire (și nu doar de combatere) a manifestării factorilor de risc

înapariția comportamentului deviant, dar și o mai clară definire a rolurilor factorilor implicați în prevenirea și limitarea unor asemenea manifestări. Putem astfel să concluzionăm că rezolvarea problemei violenței nu se poate realiza decât prin efortul comun al tuturor factorilor implicați în educație, dintre care cei mai importanți sunt familia și școala. Parteneriatul școală-familie are în acest context un rol foarte important. Colaborarea acestora poate porni de la simple discuții, ședințe, lectorate, serbări, lecții deschise până la vizite la domiciliul copiilor moment în care se realizează o cunoaștere mai amanunțită a mediului de viață, dar se poate realiza și prin implicarea părinților în diverse acțiuni ale școlii.

Consiliul Europei a recomandat câteva principii directoare în confruntarea cu fenomenul violenței școlare:

- conceperea prevenirii violenței ca o dimensiune centrată pe educație în spiritul civismului democratic (toleranță și relații interculturale, egalitate între sexe, respectarea drepturilor omului, gestionarea pacifistă a conflictelor, valorizarea persoanei, a nonviolenței);

- considerarea tinerilor ca actori și parteneri-cheie în orice acțiune desfășurată în această direcție;

- conceperea unor modalități de acțiune înainte ca faptele de violență să se declanșeze, avându-se în vedere sensibilizarea tuturor actorilor implicați și prevenirea timpurie a violenței;

- prevederea unor modalități de reacție rapide și echilibrate în cazul declanșării faptelor de violență;

- conștientizarea necesității de acțiune la toți actorii implicați și întărirea mobilizării acestora;

- promovarea dezvoltării de schimburi, dialoguri la toate nivelurile în cadrul comunității;

- acordarea priorității în ceea ce privește protecția și îngrijirea victimelor;

- susținerea familiilor în ceea ce privește exercitarea rolului lor educativ.

Atâta timp cât cei doi factori educativi importanți, școala și familia, se vor orienta spre același obiectiv, vor avea același deziderat, acela de a preveni și combate violența atât în școală cât și în familie, cu siguranță, acțiunile de agresivitate și/sau violență în rândul elevilor va scădea simțitor. Este important să reușim să dezvoltăm comportamentele sociale pozitive

### **Bibliografie:**

”Prevenirea violenței în școală-resurse pentru școli și profesori”- Ghid pentru profesori, învățători și educatoare, 2015

## Bullying în mediul școlar

prof. înv. preșc. Moncea Elena  
Grădinița cu Program Prelungit Junior Dej, jud.Cluj

Școala joacă un rol important în viața cotidiană a copiilor noștri și, la fel ca în cazul programei școlare, se așteaptă să îi învețe pe copii să gestioneze sentimentele și experiențele negative și să facă față agresiunii și bullying-ului. Indiscutabil, școala este cheia pentru dezvoltarea cognitivă și sănătatea mintală și emoțională a elevilor.

Discuțiile noastre cu profesioniștii din domeniu, preocupați de bunăstarea și siguranța elevilor, au confirmat necesitatea unei cercetări mai aprofundate a problemelor cu care se confruntă copiii. Suntem interesați în special să aflăm punctul de vedere al copiilor și perspectiva lor asupra provocărilor precum bullying, siguranță și bunăstare la școală. Proiectul nostru a reunit șapte țări europene- Bulgaria, Germania, Olanda, România, Slovacia, Suedia, Marea Britanie- și a furnizat un spațiu deschis pentru a asculta vocile copiilor.

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”.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 discomfort unei alte persoane, prin contact fizic, cuvinte sau în alte moduri.”

Cea mai caracteristică trăsătură a bullying-ului este relația de putere asimetrică și dezechilibrată dintre cei care agresează și cei care sunt agreșați. În plus, nu este ocazional sau un eveniment 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.

Ken Rigby este un alt cercetător renumit în domeniul bullying-ului, un fost profesor, psiholog și academician, care a lucrat pe tema aceasta timp de peste 25 de ani. În studiile și publicațiile sale ample, el luminează natura dinamică a fenomenului de bullying.

Este știut că bullying-ul are loc în fiecare școală, indiferent de tipul de comportament de bullying 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 bullying, ajutați să vă concentrați, să reflectați și să discutați modul de înțelegere a bullying-ului și atitudinile față de acesta în școala voastră. Dacă faceți acest lucru împreună cu colegii voștri, cu conducerea școlii voastre, cu elevii și părinții, veți avea astfel la dispoziție eforturi unite pentru o abordare școlară cu adevărat colaborativă.

Această abordare permite angajament și vederi din unghiuri multiple, evaluând nevoile și resursele fiecărui grup angajat. Având în vedere aceste lucruri, manualul nostru pledează pentru o abordare care să implice întreaga școală în gestionarea bullying-ului. Reflecțiile politicilor informate pe bază de dovezi, confirmă faptul că intervențiile anti-bullying efective nu pot fi limitate doar la clasă, lecție sau la activitățile bazate pe programa școlară. Inițiativele anti-bullying nu pot funcționa singure, fără angajamentul administrației școlii, profesorilor și educatorilor. Implicarea părinților joacă și ea un rol important. În ultimul rând, dar numai puțin important, participarea autoritară din partea copiilor ar trebui văzută ca o resursă puternică în abordarea bullying-ului școlar. Este nevoie de o abordare care să includă întreaga școală, nu doar să fie scris în liniile directoare, ci să fie cu adevărat puse în practică; de la nivelul politicii anti-bullying a școlii la nivel de clasă și activități extrașcolare. După peste 35 de ani de cercetare și răspuns la bullying-ul în școală, singurul program de prevenire a bullying-ului bazat pe dovezi, care folosește rezultate empirice măsurabile, este cel original dezvoltat de Dan Olweus.

Școala este locul în care copiii fac primii pași spre independență, se întâlnesc cu oportunități esențiale de colaborare cu ceilalți și de conformare la regulile generale de comportament uman. Din acest motiv este esențial ca educația, ca parte a sistemului de servicii, să fie deschisă să răspundă nevoilor și dificultăților copiilor în această perioadă foarte delicată a dezvoltării umane. Copiii care trec prin experiența abuzului, au dreptul la a fi sprijiniți în recuperarea lor fizică și psihologică, respectiv în reintegrarea lor socială.

Principalele obiective sunt: reducerea comportamentelor de bullying existente în rândul elevilor, prevenirea noilor comportamente de bullying și realizarea unor mai bune relații între semeni în școală. Acestea sunt atinse prin restructurarea mediului social al copilului la școală și construirea unui sentiment de comunitate în rândul elevilor și adulților. 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

Bullying-ul poate lua mai multe forme:

**Bullying verbal.** Este caracterizat de acțiuni verbale sau scrise, rău intenționate, cum ar fi: șicanarea; injuriile; comentariile sexuale neadecvate; folosirea sarcasmului; amenințările; criticile; un limbaj neadecvat.

**Bullying fizic** ce presupune folosirea contactului fizic pentru a-i intimida pe ceilalți, prin: intimidare fizică, amenințare, hărțuire, vătămare; simularea violenței, ridicarea pumnului; lovire; împingere; distrugerea lucrurilor celui alt; gesturi obscene; încălcarea spațiului personal; încolțirea unei persoane în mijlocul unui grup.

**Bullying social** ce se referă la lezarea reputației sau a relațiilor cuiva și include: bârfitul, lansarea și răspândirea zvonurilor despre cineva, de exemplu la locul de muncă; punerea unei persoane într-o situație stânjenitoare în public; folosirea puterii formale, a titlului/funcției sau a puterii financiare ca forme de intimidare, amenințare, hărțuire și/sau vătămare; folosirea sarcasmului la adresa cuiva; provocarea în mod intenționat a unui sentiment de jenă și nesiguranță; excluderea și izolarea unei persoane din punct de vedere social sau profesional; și

**Cyberbulling.** Avansul tehnologiei a permis ca toate comportamentele menționate mai sus să poată avea loc și în mediul online, pe rețelele sociale, prin e-mail sau alte platforme. Acestea poartă numele de cyberbulling – acesta are loc și mai ușor, pentru că este mult mai facil ca o persoană să se ascundă în spatele unor ecrane și să aibă anumite comportamente. Mai mult,

oricine are un smartphone cu conexiune la Internet poate hărțui pe altcineva, fără a fi nevoit să își dezvăluie identitatea reală. Cyberbullying-ul nu mai este limitat de curtea școlii sau de colțurile străzii, ci poate avea loc 24 de ore din 24. Acesta presupune hărțuirea și amenințarea în mediul online și implică mai multe persoane, fără a necesita puterea fizică.

Cele mai frecvente forme de bullying din școlaritatea mică sunt: tachinarea (ex. „aragaz cu patru ochi” pentru copiii care poartă ochelari, „balenă” pentru copiii care au o greutate mai mare, „girafă” pentru copiii mai înalți, „sărac” pentru copiii cu posibilități financiare mai reduse, „căminist” pentru copiii care provin din sistemul de protecție de stat), izolarea unui copil („Nu vorbiți cu ea!”, „Nu ai ce căuta pe terenul de sport!”), împrăștierea de zvonuri false.

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.

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. 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 agresează pe alți copii.

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. Efectele acestui fenomen pot fi:

- ❖ Izolare socială;
- ❖ Răni produse la nivel fizic și efectele acestora la nivel psihic: lovituri, contuzii, care contribuie la un nivel de stres ridicat; anxietate; depresie;
- ❖ Afecțiuni ale pielii, problemele cu stomacul și inima, care pot fi agravate din cauza stres-ului resimțit atunci când un copil este agresat;
- ❖ Un sistem imunitar scăzut, ulcere și alte afecțiuni cauzate de anxietate și stres;
- ❖ Apariția unui sentiment de rușine;
- ❖ Tulburări ale somnului;
- ❖ Scăderea stimei de sine;
- ❖ Performanțe școlare reduse din cauza scăderii capacității de concentrare

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

Dacă un copil este în postura de victimă, el trebuie să urmeze câțiva pași pentru a evita și ieși din situații neplăcute. Ar trebuie învățat :

- ❖ să evite să se afle în preajma colegilor violenți.
- ❖ când se află într-o situație critică, să nu arăte că îi este frică! Arătând că este curajos poate descuraja agresorul!
- ❖ să răspundă cu un compliment pentru a-l descuraja;
- ❖ să își facă prieteni pentru a-l ajuta să facă față conflictelor și problemelor;

Toți adulții, cadre didactice și părinți, care au legătură cu școala trebuie să fie vigilenți în a identifica acest fenomen și a interveni. Profesorii au un rol foarte important prin evaluările și



reacțiile lor față de situațiile de hărțuială. Ei au deseori tendința de a le judeca ca o problemă disciplinară și minimalizează consecințele asupra victimelor în anumite situații (de ex.: ironizarea repetată a unui copil – tratată ca o farsă, dar care poate stigmatiza imaginea de sine a respectivului copil). Schimbarea mentalității față de acest fenomen – bullying – devine extrem de necesară și rolul echipei psiho-pedagogice foarte important.

Deși nu există un algoritm cu rețete cheie, un cadru flexibil în care motivația, informațiile, evaluarea, cunoașterea tehnicilor adecvate, imaginația și creativitatea membrilor echipei pot fi garanția unei intervenții consecvente și benefice.

Este datoria tuturor să identifice, raporteze și să oprească bullying-ul (elevi, profesori, părinți și autorități); el poate fi oprit doar prin efortul colectiv. Respectul ar trebui să fie reciproc, indiferent de rasă, accent, religie, apartenență socială, abilități școlare șamd. Respectându-ne reciproc vom trăi într-o lume mai bună. În concluzie, acest fenomen, aflat în ascensiune în mediul școlar și nu numai, trebuie tratat cu maximă seriozitate, prevenit, depistat și rezolvat la timp.

### **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;
4. Jigău, M. (coord.) (2006), *Prevenirea și combaterea violenței în școală. Ghid practic pentru directori și cadre didactice*, Editura Alpha MDN, Buzău;
5. Șoitu, L., Hăvârneanu, C. (coord.) (2001), *Agresivitatea în școală*, Editura Institutul European, Iași;

## Metode de prevenire a bullyingului în școală

**prof. înv. primar Mureșan Liliana-Delia,  
Școala Gimnazială „Mihai Eminescu” Dej, jud. Cluj**

Rădăcinile etimologice ale cuvântului bullying se pot regăsi în secolul XVI, când “my bully” însemna „dragul meu”, „iubitul meu”, venind din cuvântul danez, „bole”. Abia în secolul XX acest cuvânt a dobândit definițiile academice folosite astăzi. Ca verb, to bully înseamnă: a intimida, 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).

Bullying-ul este un fenomen care apare la nivelul grupurilor de copii și se referă la comportamente variate care umilesc și exclud prin natura lor, sunt repetate sau fac parte dintr-un tipar care se manifestă pentru o perioadă de timp. Deseori, aceste comportamente sunt ascunse de ochii adulților și continuă în absența unor măsuri specifice de intervenție. Așadar, bullying-ul are consențențe chiar și pentru aceia care nu par implicați.

Nu există un factor prestabilit care să pună un copil în pericolul de a fi supus bullying-ului, sau care să determine un copil să supună la bullying.

Cele mai de 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 oprimate (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. Masca unui aggressor este un scut care îi ascunde interiorul vulnerabil. Majoritatea agresorilor altor persoane au fost victime ale violenței în copilărie (Listen, 2016).

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 subînțeleș; 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; înșală, intimidează; păstrează tăcerea sau se dau elefoane abuzive; trimit texte offensive prin telefon sau când se fac remarci despre: greutate; aspect; culoarea părului; familie; activitatea școlară; popularitate; felul în care se muncește (stil de lucru); despre dizabilități existente; despre diferențe de religie, culoare sau cultură; despre hainele purtate.

Bullying-ul se manifestă :

- verbal - tachinare, glume, ignorare/izolare, bârfă, amenințări;
- fizic - a bloca calea cuiva, a-l înghesui, a împinge, a lovi cu piciorul, a pune piedică;
- sexual - hărțuire, atingere, bătaie, fotografii compromițătoare, emailuri, avansuri sexuale;
- deposedare de lucruri - a ascunde lucrurile, furt, incendierea, extorcarea de fonduri, vandalism, distrugere.

Prevenirea fenomenului bullying este un proces la care trebuie să contribuie toți actorii principali, implicați în educația copilului, respective părinții, profesorii și alte persoane calificate (psihologul școlar, medical școlar etc.).

Majoritatea metodelor de prevenire a bullying-ului au la bază angajamentul acestora privind asigurarea condițiilor necesare unui mediu sigur și prosper pentru dezvoltarea normală pe

plan social și academic a copiilor.

Părinții, personalul școlii, precum și alți adulți, a căror activitate este tangențială cu școala și/sau intră în contact cu copiii, pot:

- ajuta copiii să înțeleagă ce reprezintă bullying-ul. Un prim pas în prevenirea bullying-ului îl reprezintă oferirea de informații către elevi despre fenomenul de bullying, cauzele acestui fenomen, caracteristicile copilului care manifestă un comportament de bullying și a copilului care este supus bullying-ului și consecințele acestui fenomen asupra dezvoltării fizice și psihice armonioase, fiind important să ne asigurăm că șicopiii știu cum să ceară ajutor. Această strategie presupune, de asemenea, și organizarea unor activități de învățare și exersare a unor metode de identificare și de combatere a bullying-ului, precum și oferirea de ajutor copiilor care au fost supuși bullying-ului, cererea de ajutor sau evitarea situațiilor posibil conflictuale. Activitățile de informare se pot realiza prin discuții individuale, dezbateri despre bullying, ore de consiliere și dirigenție, distribuirea de materiale media (filme, imagini, etc.) cu mesaje anti-bullying, campanii de informare locală sau națională.

- îmbunătăți comunicarea cu copiii. Specialiștii în sănătate mental afirmă că o comunicare eficientă dintre copil și părinte, respective dintre elev și profesor, reprezintă o măsură eficientă de prevenire a efectelor negative ale bullying-ului. Relația pozitivă dintre părinți și copii, respective profesori și elevi, presupune construirea unui climat de încredere, asigurarea copilului că opinia sa este importantă, practicarea ascultării active, oferirea de sfaturi și sugestii pentru problemele copilului și reasigurarea că nu va fi criticat în timp ce acesta își exprimă problemele personale.

-încuraja copiii să facă ceea ce le place. Activitățile, interesele și hobby-urile pot spori încrederea, îi pot ajuta pe copii să-și facă prieteni și să-I protejeze de comportamentul agresiv sau bullying. Părinții și profesorii îi pot încuraja pe copii să-și identifice interesele și activitățile preferate și să se implice în acestea. Activitățile extrașcolare, sportive, culturale sau de voluntariat îi permit copilului să construiască relații sociale cu persoane care au aceleași interese

-oferi modele comportamentale pozitive și dezirabile social. Această strategie presupune educarea atât a copiilor supuși bullying-ului, cât și a copiilor cu un comportament de bullying cu privire la ceea ce înseamnă comportament pozitiv și așteptat, respectiv, comportament negativ și nedorit. Strategia presupune două etape: prezentarea comportamentelor și a consecințelor acestora și aplicarea imediată a consecințelor pentru comportamente, respectiv, recompense pentru comportamentele pozitive și urmări pentru comportamentele negative.

### **Resurse bibliografice:**

- Școală fără bullying - Recomandări pentru prevenirea, identificarea și intervenția în cazurile de bullying în instituțiile de învățământ
- Strategii pentru o clasă fără bullying manual pentru profesori și personalul școlar- Însoțeste broșura ASCULTĂ, AUTORI: Tzvetina Arsova Netzelmann, Elfriede Steffan, Marina Angelova, 2016
- Prevenirea-violenței-în-școală--resurse-pentru-școli-și-profesori\_GHID.pdf
- <https://www.salvaticopiii.ro/ce-facem/protectie/protectie-impotriva-violentei/prevenirea-violentei-in-scoala>
- <https://docplayer.ro/212140771-Scoal%C4%83-f%C4%83r%C4%83-bullying.html>

## Consecințele acțiunii de bullying

**prof. înv. primar Nodiș Alina**  
**Școala Gimnazială „Mihai Eminescu”, Dej, jud. Cluj**

Rădăcinile etimologice ale cuvântului bullying se pot regăsi în secolul al XVI-lea, când my bully însemna dragul meu, iubitul meu, provenind din cuvântul danez boele. Un secol mai târziu a apărut pentru prima dată cu sensul actual, dar abia în sec. al XX-lea acest cuvânt a dobândit definițiile academice folosite astăzi. Ca verb, to bully înseamnă: a intimida, a speria, a domina. Bully este o persoană care își folosește puterea și tăria sa pentru a speria sau răni persoanele mai slabe. Cercetătorul în psihologie din Norvegia, prof. dr. Dan Olweus, este considerat pionier în ceea ce privește studierea fenomenului de bullying, dedicând acestuia aproape 40 de ani de cercetare, implementare și evaluare a programelor de prevenire. Definiția sa afirmă: „Un elev este supus bullying-ului 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 alte modalități.”

Bullying-ul este una dintre cele mai complexe forme de comportament agresiv care se manifestă în relațiile dintre elevi. Cu toate acestea, nu fiecare act de agresivitate este o acțiune de bullying. Bullying-ul în rândul copiilor este definit ca fiind acțiuni intenționate, repetate, jignitoare, manifestate prin cuvinte sau comportamente, cum ar fi: numire, amenințare și/sau intimidare, comise de unul sau mai mulți copii împotriva altuia, răspândire a zvonurilor, atacare fizică sau verbală sau excludere intenționată a unui copil dintr-un grup etc.

Bullying-ul implică un dezechilibru de putere real sau perceput, iar comportamentul se repetă sau are potențialul de a fi repetat în timp. Persoana care are un comportament de bullying obține plăcere, bună dispoziție, putere, statut, respect din această situație; persoana care este rănită nu doar că nu obține nici un beneficiu social, dar înregistrează și multe pierderi (ex., imagine, stimă de sine, statut, popularitate etc.). Însă ambii copii, atât cel care a fost supus bullying-ului, cât și cel care a agresat, pot avea probleme serioase și de durată.

Definiția bullying-ului include trei elemente esențiale care disting bullying-ul de un conflict între colegi:

- este un comportament agresiv făcut cu intenția de a răni, nu este accidental sau rezultat al trăirilor unor emoții de furie;
- implică un dezechilibru de putere observat sau perceput – copiii care agrează, rănesc, umilesc sau înjosesc intenționat au un avantaj de putere față de cei care sunt răniți, ei folosesc puterea lor – cum ar fi forța fizică, accesul la informații jenante sau popularitatea, pentru a controla sau a face rău altora. Dezechilibrul de putere se poate schimba în timp și în diferite situații, chiar dacă implică aceiași copii;
- nu se întâmplă doar o dată, ci de mai multe ori, se repetă sau există potențial de repetare a comportamentelor agresive de intimidare.

Bullying-ul poate fi:

- direct sau indirect – cel direct implică un contact direct cu copilul supus bullying-ului, de ex., un elev aruncă ceva asupra unui coleg sau strigă cuvinte jignitoare în adresa unui coleg etc. Bullying-ul indirect nu presupune un contact direct dintre copilul țintă a bullying-ului și cel care manifestă un comportament de bullying, de ex., răspândirea zvonurilor despre un coleg de clasă etc.;
- fizic – implică întotdeauna contactul fizic cu cealaltă persoană. Acest lucru poate însemna contact corp la corp, dar poate însemna și aruncarea obiectelor, împiedicarea sau provocarea altora la agresiune fizică

asupra unui elev (ex., lovituri, piedici, îmbrânciri, distrugere/furt de obiecte personale etc.);

- verbal – implică utilizarea oricărei forme de limbaj pentru a provoca suferință celeilalte persoane (ex., utilizarea de porecle, umilire, amenințare, jignire, intimidare, tachinare, etc.);
- emoțional – implică utilizarea modalităților de a provoca răni, suferințe emoționale unei alte persoane. Aceasta poate include următoarele: să spui sau să scrii lucruri dureroase, să îi faci pe ceilalți să se alătore unui individ, ignorând intenționat pe altul sau să răspândești zvonuri. (ex., excluderea din grup, răspândirea minciunilor, zvonurilor, bârfelor etc.);
- sexual – se referă la orice tip de bullying, efectuat în orice mod, care este legat de sexul sau sexualitatea unei persoane. Exemplele pot include forțarea cuiva să comită acte intime, formularea de comentarii cu tentă sexuală sau atingeri nedorite etc.
- cibernetic – reprezintă orice fel de bullying care are loc în mediul online, prin utilizarea tehnologiei moderne; se poate manifesta prin comentarii umilitoare pe rețelele de socializare, imagini sau informații personale transmise pe Internet, precum și mesaje private înșelătoare etc.

Bullying-ul, precum și orice altă formă de violență, interferează adesea cu învățarea. Acțiunile de bullying apar, de obicei, departe de ochii profesorilor sau altor adulți responsabili. În consecință, dacă adulții nu intervin, nu iau măsuri imediate și prompte, un climat de frică domină copiii supuși bullying-ului. Bullying-ul poate duce la vătămări fizice, suferință socială și emoțională, autovătămare și chiar moarte. De asemenea, crește riscul de depresie, anxietate, dificultăți de somn, succese mai mici în învățatură și chiar abandon școlar. Copiii supuși bullying-ului pot suferi mult mai mult decât din cauza răului fizic real provocat:

- Notele pot avea de suferit, deoarece atenția este îndepărtată de învățare.
- Frica poate duce la absenteism sau abandon.
- Pot pierde sau nu reușesc să-și dezvolte respectul de sine, să experimenteze sentimente de izolare și pot deveni retrase și deprimare.
- Pot ezita să-și asume riscuri sociale, intelectuale, emoționale sau profesionale în calitate de elevi și, mai târziu, de adulți.
- Se simt uneori obligate să ia măsuri drastice, cum ar fi răzbunarea sau chiar sinuciderea, în caz dacă problema persistă.
- Sunt mai predispuse decât non-victimele să crească anxioase și nesigure din punct de vedere socializându-se mai multe simptome de depresie, decât cei care nu au fost victimizați în copilărie.

Colegii copiilor ținta bullying-ului pot:

- să se teamă să se asocieze cu copilul supus bullying-ului, de frică să nu-și scadă propriul statut sau de frica de răzbunare a copilului care manifestă comportament de bullying, devenind ei înșiși ținta bullying-ului;
- să se teamă să sesizeze cazurile de bullying, deoarece nu vor să fie numite „ciocănitore” sau „informatori”;
- să experimenteze sentimente de vinovăție sau neputință, pentru că n-au confruntat copilul care manifestă comportamentul de bullying, apărându-și colegul;
- să fie atrași în comportament de bullying prin presiunea grupului;
- să se simtă nesiguri, incapabili să ia măsuri sau să piardă controlul.

Copiii care agresează înșiși sunt, de asemenea, expuși riscului unor rezultate negative pe termen lung. Studiile arată că elevii care comit sau au comis acte de bullying frecventau școala mai rar și erau mai predispuși să renunțe la școală decât alți elevi, iar agresiunea în copilărie poate fi un semn timpuriu al dezvoltării tendințelor violente, al delincvenței și criminalității.

### **Bibliografie:**

Tatiana Dănilescu (avocat, consultant în protecția copilului) - „Școală fără bullying” - recomandări pentru prevenirea, identificarea și intervenția în cazurile de bullying în instituțiile de învățământ.

## Despre bullying

prof. înv. primar Oros Raisa

Școala Gimnazială "Ion Pop Reteganul" Reteag, jud. Bistrița Nasăud

Ne place sau nu, fenomenul de *bullying* se regăsește peste tot în jurul nostru: tachinări răutăcioase și fără motiv, porecle cu conotație negativă, violență pornită "în joacă", răspândire de zvonuri și altele asemenea. Fie că e vorba de copii sau adulți, fie că ne referim la un mediu academic sau unul total nepretențios, comportamentele ostile sau de excludere există și nu pot fi trecute cu vederea.

Cuvântul „bullying” nu are o traducere exactă în limba română, însă poate fi asociat cu termeni precum *intimidare*, *terorizare*, *brutalizare*. Nu presupune existența unui conflict sau a unei probleme reale. Este o formă de abuz intenționată și repetată, care are la bază un *dezechilibru de forțe*.

Povestea este mereu aceeași - *agresorul* dorește să își creeze o poziție puternică în fața unei *victime*, luând-o în derâdere. Putem discuta despre bullying fizic, verbal, sexual, cât și psihic, prin manipulare, critici, satirizări. Victima este de obicei persoana mai slabă, fără apărare, care trebuie să suporte umilirile aduse. Paradoxal, cel slab reușește să ducă greul.

Angrenându-ne într-un exemplu concret, școala, poate părea puțin extrem să asociem un elev cu o victimă, atât mai mult cu un agresor. Cu toate acestea, bullying-ul este un fenomen des întâlnit în școli, iar copiii sunt cei care îl perpetuează cel mai adesea, din cauza imaturității, din cauza faptului că nu conștientizează răul făcut și pentru că acțiunile lor sunt mai mult bazate pe instinct decât rațiune, aceste calități urmând a fi dezvoltate cu ajutorul educației pe care școala dorește să o aducă.

Este bine cunoscut faptul că copiii copiază comportamente. De la părinți, bunici, la profesori și colegi. Familiile în care există violență oferă un mediu optim pentru a crea agresori, deoarece aceștia învață de foarte mici că puterea înseamnă ca ceilalți să se teamă. Umilirea în public și constrângerea prin forță sunt cele mai des întâlnite greșeli în "educația" pe care unii părinți încearcă să o instaureze. Din păcate, astfel de metode îi fac pe copii, de cele mai multe ori, să înțeleagă că forța este răspunsul în momentul în care doresc să se impună.

În stoparea bullying-ului, educația și consolidarea stimei de sine este esențială. Atât ca profesor, dar mai ales ca părinte, datoria noastră de adulți este să oferim, pe cât posibil, un model pozitiv. Bullying-ul trebuie tratat ca un subiect comun, și nicidecum ca un subiect tabu.

"Violența este una dintre expresiile suferinței" (Cătălin Manea). Trebuie să nu uităm că agresorul are și el probleme cu care se confruntă și are nevoie de la fel de mult ajutor. De cele mai multe ori, frustrările nediscutate, poate chiar nerealizate, sunt cele care stârnesc violența.

Într-un cadru ideal, mai întâi noi, adulții, am fi capabili să înțelegem locul în care ne situăm și diferențele dintre noi și lume; astfel, am putea să oferim copiilor o educație angrenată în realitate. Realitatea înseamnă diferențe sociale, rasiale. Diversitate în interese, orientare sexuală, în gândire și/sau credințe. Bullying-ul are la bază, de cele mai multe ori, gândul că "tu nu ești ca mine", "tu ești altfel". Încă de mici, copiii trebuie puși în temă cu diversitatea și învățați să fie empatici față de semenii lor. Este perfect în regulă să fim diferiți, ba chiar necesar în vederea dezvoltării noastre ca și comunitate, dezvoltare care ar fi redusă la zero în lipsa diversității.

Consolidarea stimei de sine, în pofida diferențelor față de restul, și dezvoltarea empatiei prin înțelegerea diversității sunt două dintre cele mai puternice arme împotriva bullying-ului. Orice

adult responsabil este capabil să educe copiii cu care interacționează prin puterea exemplului.

Bullying-ul nu este un fenomen care va dispărea, ceea ce îl face un subiect demn de discutat atât cu părinții, cât și cu copiii. Intimidarea creează răni bilaterale, atât agresorului, cât și victimei. Conștientizarea fenomenului este primul pas înspre a-l face mai puțin invaziv. Din punctul meu de vedere, schimbarea pornește de la noi, adulții. Modul în care reacționăm atunci când suntem părtași la o scenă de bullying, felul în care le vorbim copiilor și principiile de viață pe care le proiectăm asupra lor atât prin puterea exemplului, cât și prin educație, trebuie să fie bazate pe înțelegerea mediului și a oamenilor din jur, pe dezvoltarea încrederii de sine și a empatiei.

## Bullying în mediul școlar

**Prof. Daniela PETRESCU**

**Prof. Daria Alexandra MARTONOS**

**Școala Gimnazială "Mihai Eminescu" Dej, jud. Cluj**

Bullyingul 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. Bullyingul 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.

Bullyingul reprezintă o formă de abuz, în detrimentul stării de bine și a dezvoltării sănătoase și armonioase a elevilor. Poate fi o formă simplă de neglijare sau se poate extinde la forme complexe de abuz fizic, emoțional și sexual. Unii consideră bullyingul ca fiind comportamentul sau atitudinea de „intimidare” în mod repetat și intenționat, în scopul de a câștiga puterea asupra altei persoane. El este de fapt tot o formă de violență, care se pare că a crescut destul de mult în ultimii ani. Au apărut incidente, mai ales la nivelul școlilor și a crescut gradul de conștientizare a fenomenului bullying. Se concretizează în: apelarea numelui într-un anumit fel, excluderea din activități, discriminarea, nerespectarea drepturilor, abuzul de orice tip, agresivitatea verbală sau scrisă. Bullyingul reprezintă intimidare, dar nu se rezumă doar la asta, pornind de la simpla necăjire, etichetare, batjocură, răspândire de zvonuri și ajungând până la violență fizică. Bullyingul 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, bullyingul poate lăsa traume și repercusiuni ireversibile asupra adaptabilității copilului în societate.

De cealaltă parte, hartuitorii sunt cei care doresc să devină populari cu orice preț, au temperament inflexibil, nu sunt empatici, ba chiar se bucura când fac rău celorlalți, aceștia nu au o relație bună cu părinții, și de regula sunt cei care au părinți cu un statut social superior.

Cazurile de bullying implică cel puțin un agresor și o victimă, iar, în unele cazuri, există și martori. Putem discuta despre bullying fizic, verbal, sexual sau psihic. Manipularea, bârfa, constrângerile, criticile, minciunile, zvonurile, satirizarea, comicul exagerat adresat unei persoane



sau unui grup de persoane (în clasă, în cancelarie, pe holuri, în curtea școlii etc.), diferențelor pe care acestea le prezintă (înălțime, greutate, culoarea ochilor, culoarea părului, nivel cognitiv, potențial de învățare, rasă, etnie, religie, dizabilitate, tip de familie, nivel de cultură etc.) constituie comportament de tip bullying.

Putem discuta despre *trei forme* 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 sau psihologic**: excluderea intenționată a cuiva dintr-un grup sau activitate, manipulare, ridiculizare.

Acest fenomen amplu, de cele mai multe ori, lasă urmări fizice, verbale, relaționale și chiar sociale. Pe plan fizic se pot asocia de la îmbrânceli și lovituri până la mușcături, zgârieturi și vânătăi. Pe plan verbal, le putem asocia cu țipete, folosirea poreclelor, amenințări și insulte care aduc victimei o stare de anxietate și disconfort. La nivel relațional, victimele ajung să se izoleze, sau să fie intimidat și chiar manipulat ceea ce îi va afecta și social, pentru că se vor marginaliza și se vor autoexcluză chiar și din situațiile unde nu sunt expuse.

Fenomenul de bullying este adesea mult mai subtil și greu de identificat decât s-ar crede, de aceea comunicarea eficientă și timpul petrecut alături de copil joacă un rol important în identificarea daunelor sau a tulburărilor provocate de agresori. Dacă observi semnele descrise mai sus, nu ezita să ai o conversație deschisă cu cel mic și să înștiințezi cadrele didactice dacă temerile tale s-au adeverit. Situațiile dificile nu întăresc întotdeauna caracterul, de aceea bullyingul sau agresiunile de orice fel trebuie tratate cu seriozitate și soluționate din timp.

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;
4. Jigău, M. (coord.) (2006), *Prevenirea și combaterea violenței în școală. Ghid practic pentru directori și cadre didactice*, Editura Alpha MDN, Buzău;
5. Gug Maria-Claudia, prof. învă. preșcolar G.P.P.nr.53, structură G.P.N.nr.14-Oradea.

## Violența în mediul școlar

prof. înv. primar PETRICAN MARIA  
Școala Gimnazială "Mihai Eminescu" Dej, jud. Cluj

Violența este una din marile probleme cu care se confruntă tinerii în societatea contemporană. Cei tinerii, pot fi victime ale actelor de violență, dar pot fi și cei care provoacă astfel de situații.

Fenomenul violenței este astăzi, mai mult ca oricând, întâlnit în școli. De aceea problema violenței în școli poate și trebuie să devină o temă de reflecție pentru toți cei implicați în actul educațional, cu atât mai mult cu cât școala dispune, credem, de importante resurse pentru a concepe programe de prevenire a violenței și pentru a rupe cercul violenței în mediul școlar.

Dacă anterior violența în școală nu se manifesta decât ocazional dinspre cadre didactice spre elevi, acum remarcăm o violență sporită atât între elevi cât și dinspre elevi spre cadrele didactice.

Când vine vorba de violența în mediul școlar, de cele mai multe ori este vorba de agresiuni petrecute între elevi, aceștia având anumite caracteristici precum: cu posibilități financiare mai scăzute sau mult peste medie; sunt supraponderali sau subponderali; posedă abilități de ordin social ceva mai scăzute față de medie; nu sunt populari și nu au prieteni; aparțin de cultură, religie sau rasă distinctă față de restul clasei de elevi; sunt mai scunzi sau mai înalți față de medie; pot avea anumite dizabilități de ordin fizic; pot poseda o inteligență cu mult mai ridicată; pot fi nou transferați în școala respectivă; posedă dificultăți de adaptare (Ionescu, 1997; Roșan, 2007). Când se vorbește despre violență în școală, se consideră drept surse favorizante factori exteriori școlii: mediul familial, mediul social, precum și factori ce țin de individ, de personalitatea lui.

*Există mai mulți factori care pot determina un comportament violent:*

- manifestări ale unor deprinderi formate în interiorul familiei de proveniență;
- când agresivitatea în forme ușoare este tolerată de către școală;
- elevul observă anumite avantaje ale celor care devin agresivi;
- există o anumită cultură a violenței în cadrul societății ce promovează bullying-ul și mobbing-ul în general;
- elevul poate avea rezultate slabe la învățătură și din acest punct de vedere prezintă anumite frustrări manifestate prin agresiune îndreptată către elevii cu rezultate bune la clasă (așa-numiții „tocilari”
- nevoia de comunicare a emoțiilor negative;
- unii indivizi se comportă violent pentru a-și elibera tensiunile, frustrările;
- nevoia de control, intenția de manipulare a celor din jur;
- presiunea grupului;
- nevoia nesatisfăcută de atenție și respect;
- stima de sine scăzută;
- existența unor abuzuri fizice sau emoționale;
- managementul defectuos al clasei, deficiențele de comunicare între cadre didactice și elevi, neadaptarea practicilor educaționale la o populație școlară în continuă schimbare, eșecuri personale de adaptare și integrare școlară;
- climatul familial necorespunzător( părinți plecați în străinătate sau exagerat de protectori, familii dezmembrate...).

Mediul familial prezintă cea mai importantă sursă a agresivității elevilor. Mulți dintre copiii care prezintă un profil agresiv provin din familii dezorganizate, au experiența divorțului părinților

și trăiesc în familii monoparentale. Echilibrul familial este perturbat și de criza locurilor de muncă, de șomajul cu care se confruntă foarte mulți părinți. Părinții sunt confrunțați cu foarte multe dificultăți materiale dar și psihologice, pentru că au sentimentul devalorizării, al eșecului. În aceste condiții ei nu mai sunt sau sunt foarte puțin disponibili pentru copiii lor. Pe acest fundal apar noi probleme familiale foarte grave care îi afectează profund pe copii: violența infantilă, consumul de alcool, abuzarea copilului, neglijența la care se adaugă și importante carențe educaționale – lipsa de dialog, de afecțiune, inconstanța în cerințele formulate față de copil (tregeri de la o extremă la alta, de la o permisivitate exagerată la restricții foarte dure), utilizarea mijloacelor violente de sancționare a copilului.

*În mediul școlar există mai multe tipuri de violență:*

- *violență fizică* concretizată prin lovirea persoanelor, vătămarea fizică a acestora, deposedarea prin forță de bunuri, etc.;

- *violență verbală* - deosebit de frecventă - caracterizată printr-un limbajul argotic, injurios sau de-a dreptul trivial;

- *violența materială* ce se răsfrânge asupra obiectelor din jur, asupra mobilierului școlar și a bunurilor altor persoane;

- *violența psihică* ce are ca efect formarea complexelor de inferioritate la persoana agresată și se manifestă prin verbalizare, atitudini de respingere, izolare.

Putem vorbi despre violență încă din clasele primare? Desigur! Mai ales în pauze! Dacă formele ușoare care țin de domeniul violenței verbale (tachinări, ironii) sunt considerate comportamente specifice vârstei și sunt tolerate, ce facem atunci când diferite forme de manifestare ale violenței devin „obișnuite”, când școlarul dezvoltă un comportament școlar neadecvat?

Pentru a preîntâmpina și dezarma un comportament violent în școală trebuie să înțelegem conceptul de violență, să aflăm cauzele și apoi să fie concepute măsurile de combatere și prevenire.

*Ce măsuri se impun pentru comportamentul violent?*

- asigurarea unui climat social mai bun în școli prin formarea unor comportamente nonconflictuale, prin dezvoltarea de abilități sociale care să evite generarea situațiilor de violență; elevii trebuie implicați activ în soluționarea conflictelor (ex. Stabiliți împreună o parola care să fie folosită când intervine o situație tensionată între colegi. Notați de câte ori s-a folosit într-o săptămână! S-a schimbat comportamentul vostru?); stabilirea unor reguli de comportare, asumarea de responsabilități: Respectă ca să fii respectat!

- dezbateri colective despre situații de violență observate în școală, pe stradă, în familie;  
- rezolvarea conflictelor prin mediere, gestionarea eficientă a comportamentelor elevilor;  
- afișarea unor mesaje sociale antiviolență în școli;  
- inițierea unor concursuri între clase, spectacole, scenete, vizând prevenirea violenței;  
- activități de tipul „Săptămâna toleranței în școală”;  
- programe de prevenție cu accent pe dezvoltarea personală, psiho-emoțională a elevilor;  
- desfășurarea unor programe și proiecte educaționale cu instituțiile furnizoare de servicii în combaterea infraționalității;

- examinarea psihologică a elevilor cu probleme comportamentale;

- întărirea legăturii școală – familie – comunitate;

- 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.

Pentru a elabora strategii eficiente și proiecte coerente de prevenire a violenței școlare este necesar să se țină cont de anumiți factori (temperamentali, sociali, familiali) care pot determina comportamentul violent al copilului. Școala are un rol foarte important în prevenirea violenței, dar acest lucru se poate întâmpla numai în condițiile în care sursele agresivității sunt identificate și apoi îndepărtate. Astfel, strategiile de prevenire și reducere a agresivității și violenței în contextul școlar trebuie să includă următoarele aspecte, după cum urmează:

- a) implicarea masivă a părinților în diversele programe de prevenție și intervenție;
- b) modificarea tuturor contextelor școlare care utilizează pedeapsa acordată elevului;
- c) învățarea diverselor abilități sociale și de relaționare de către elevi.

Înlăturarea comportamentului violent este un aspect major al demersului educativ. Pe termen scurt și mediu se obține o ambianță mult mai confortabilă în clasă și în afara ei, iar pe termen lung se câștigă enorm în ordinea spiritului civic și a conduitei cetățenești. Școala trebuie să fie unul dintre locurile sigure, în care părinții să-și poată lăsa cu încredere copiii

### **Bibliografie:**

- \*\*\*-Revista *Învățământul primar*, nr. 4, Editura Discipol, București, 2000
  - \*\*\*-Revista *Învățământul primar*, nr. 4, Editura Miniped, București, 2003
  - \*\*\*-Revista *Învățământul primar*, nr. 1-2, Editura Miniped, București, 2005
  - \*\*\*-Revista de consiliere educațională, nr. 2, Editura CCD Cluj, 2003
- www.didactic.ro

## Conduitele greșite ale copilului- expresii ale abaterii acestuia de la calea normală a dezvoltării sale psihice și morale

Prof.înv.primar Pop Elena Crina  
Școala Gimnazială” Mihai Eminescu” Dej, jud. Cluj

”Întreaga civilizație reprezintă efortul, atât de asimilare , de transformare a naturii potrivit aspirațiilor și trebuințelor societății, ale umanității și ale individului, cât și grija de a asigura acomodarea individului, cât și grija de a asigura acomodarea individului, a personalității la natură și la exigențele societății.În acest context se ivesc numeroase conflicte și contradicții;în focul lor , ca într-un furnal, se forjează, se realizează și se definitivează personalitatea omului; sacrificăm și înmormântăm unele dorințe, spre a salva altele” (V. Pavelcu- Invitație la cunoașterea de sine.)

Unele studii de antropologie arată că, **atunci când se observă o absență aproape completă a interdicțiilor în educație, cultura corespunzătoare tinde să stagneze și să dispară.( Ralph Linton)**. Frustrațiile și contrarietățile moderate din timpul copilăriei pregătesc individul în lupta cu obstacolele și dificultățile inerente vieții, sporind gradul toleranței copilului la acțiunea acestora, dar, trebuie să existe un prag optimal al conflictului sau al frustrării, prag direct condiționat de vârsta copilului.

Atunci când **carențele și conflictele afective din mediul familial**, tulburările relațiilor familiale, inegalitățile de atitudine manifestate de ambii părinți față de copil, depășesc anumite limite de intensitate și de durată, transformându-se în adevărate situații traumatizante pentru copil, personalitatea în formare a acestuia se va înscrie pe căi greșite.

Manifestările repulsive ale copilului dovedesc, tocmai faptul că în trecutul său au acționat mijloace brutale, stări conflictuale severe, pedepse umilitoare, suprasolicitare școlară, etc.care au generat reacții de răspuns emotiv-impulsive , de tipul; **accese de mânie, furie, crize de violență, reacții de simulare-desimulare.**

Principalele forme de agresiune asupra copilului sunt; **abuzul, neglijarea, exploatarea și traficul de copii.** În funcție de caracteristicile și de gravitatea faptei, violența asupra copilului antrenează răspunderea civilă, disciplinară sau penală, conform legii 272/ 2004.

Devierile de conduită ale copilului pot avea ;

- **caracter ofensiv**, în care caz ele se exprimă în reacții impulsive, de revendicare și de dominare, în acte agresive, conduite antisociale;
- **caracter defensiv**, stări de retragere de refugiu;

Caracterului ofensiv al conduitei îi corespunde tendința activă de dominare, iar în plan intern îi corespund **stării afective** specifice; accese de mânie, iritabilitate, furie, impulsivitate, crize de violență, iar **compornamental prin reacții** de sfidare a autorității, opoziționism, indisciplină,etc. Tipologii ale elevului agresiv;

- Elevii puternici și încrezători
- Elevi cu un comportament agresiv și un nivel ridicat al anxietății, cei care nu beneficiau de popularitate în rândul colegilor de la școală, care tindeau spre relații negative cu ceilalți colegi, precum și mediul familial( Stephenson și Smith, 1989)

- Elevii cu o popularitate ridicată datorată încrederii în sine, umorului și abilităților bune de comunicare. Imaginea de indivizi puternici, încrezători, dominatori, poate fi percepută greșit de către cei din jur, acestea fiind considerate abilități de lider (Besag, 1989)

#### **Profilul copilului cu atitudine de agresor;**

- Familia, raportarea acesteia la actul de agresiune.
- Comportamentul agresiv este determinat de nevoia de statut și recunoaștere socială.
- O popularitate sub medie printre elevi.
- Comportamentele agresive sunt validate în școala gimnazială din cauza diferenței de maturitate pe care copiii o experimentează în preadolescență (Moffitt)

#### **Profilul copilului cu atitudine de victimă;**

- **Victimele** sunt acei **copii diferiți**, care prezintă anumite particularități, în special fizice
- Copii supraponderali sau mai mici
- Cu abilități scăzute la sport
- Care provin din familii mai sărace
- Ce provin din grupuri etnice minoritare
- Mai timizi sau cu abilități sociale mai scăzute
- Cu dizabilități fizice sau psihice
- Cei percepuși a fi "altfel" de către grup
- Din centre de plasament sau adoptați

#### **Profilul martorilor;**

- Conform lucrării lui Salmivalli, 1996, există patru tipuri de martori;

1. Martori neimplicați.
2. Apărătorii victimei.
3. Spectatori activi.
4. Complicii sau asistentii.

Martorii obișnuiesc să se disocieze de victimă, pentru că aceștia au un statut social inferior, iar prin asociere pot să-și scadă propriul statut social în clasă.

Cu cât sunt mai mulți elevi, colegi care susțin fenomenul de bullying al agresorului, cu atât au loc mai des acte de bullying, în timp ce luarea apărării victimei are efect opus-de reducere a bullyingului.

Implicarea martorilor în procesul de bullying devine esențială pentru modul în care evoluează frecvența și numărul comportamentelor agresive din interiorul colectivelor de elevi.

## **Influența desenelor animate în formarea comportamentului agresiv la preșcolari**

**Prof. VIORICA POP**  
**Grădinița cu program prelungit nr. 9 - Baia Mare**

*« Influenta tot mai mare a televiziunii reprezintă cel mai important eveniment din cadrul mediilor de informare din ultimii 30 de ani. Dacă vor continua actualele tendințe în ceea ce privește televiziunea, la vârsta de 18 ani copilul de azi va fi petrecut în medie mai mult timp urmărind programele de televizor decât pentru orice altă activitate, cu excepția somnului. »*  
(A. Giddens, 1997)

Practic, azi în orice familie există un televizor. Studiile efectuate în Marea Britanie, Statele Unite și alte țări vest-europene arată că televizorul funcționează în medie 5-6 ore pe zi. Numărul de ore pe care îl petrece un individ în fața televizorului este mai redus decât acesta, pentru că programele sunt urmărite de diferiți membrii ai familiei la ore diferite, dar se apreciază că o persoană petrece în fața televizorului în medie aproximativ 3 ore zilnic. Putem spune că și societatea românească se subscrie după anii '90 acestei realități. Adulți, tineri și copii își petrec în cea mai mare parte timpul liber în fața televizorului, fiecare având propria grilă de programe și emisiuni pe care le urmăresc cu regularitate.

În încercarea de evaluare a efectelor programelor de televiziune au fost efectuate foarte multe cercetări. Majoritatea acestor studii s-au preocupat de copii – lucru de înțeles având în vedere volumul mare de timp pe care aceștia îl petrec în fața televizorului și posibilele implicații în ceea ce privește socializarea.

. Insucces profesional, instabilitate în alegerea obiectivelor, relații personale superficiale, irascibilitate crescută, lipsă de performanță sunt câteva din urmările cele mai semnificative ale acestei maladii a secolului XXI.

Motivul pentru care copiii noștri nu mai urmăresc sensul unei prezentări sau discuții libere, sau faptul că preferă televizorul, desenul animat și calculatorul în detrimentul poveștilor sau lecturilor cu mesaje educative clasice, se datorează faptului că televizorul schimbă rapid centrul atenției, aceasta fiindu-le furată rapid de alt stimul.

Ei sunt puternic stimulați de imaginile care se perindă cu repeziciune la TV, de zgomotul și agitația permanentă a personajelor din desene animate, încât s-au obișnuit să fie stimulați vizual și auditiv din afară de stimuli puternici. Acești stimuli determină și hiperactivitate, care presupune o continuă agitație sau „zbânțuială”, o ușoară stare de tensiune sau nervozitate care poate fi vizualizată prin mișcarea continuă a mâinilor sau picioarelor. Hiperactivitatea este de fapt cauza impulsivității și a irascibilității excesive, a lipsei de control interior. Mai târziu această hiperactivitate nestopată poate duce la delincvență sau comportament antisocial.

G.Rocher spunea referindu-se la mica copilărie că: „este perioada cea mai intensă de socializare, este nu numai cea în care ființa umană are cele mai multe lucruri de învățat... dar și cea în care ea este mai plastică și cea mai aptă să învețe, căci o face atunci cu o ușurință și cu o rapiditate pe care nu le va mai întâlnii tot restul vieții”

De aceea, dacă de mici copiii sunt supuși la astfel de experiențe care îi bruschează, le seduc atenția cum face mediul TV, atunci când sunt puși în fața unor activități care nu șochează în nici un fel, ei nu-și mai pot concentra atenția și dau semne de plictiseală. Controlul din exterior al

atenției, prin așa numita „ reacție de orientare” în fața pericolului nu numai că nu favorizează dezvoltarea centrilor superiori ai atenției ci îi și inhibă.

În fața televizorului copilul nu este pus să facă un efort presonal de evaluare a situațiilor, nimeni nu-l întreabă despre mesajul educativ, despre ce e bine sau rău într-un film de desene animate, astfel încât privitul la televizor devine o predare pasivă, trăirea unei experiențe sau a alteia nu cere un efort conștient de concentrare și de aceea ei nu mai găsesc nimic interesant în ceea ce presupune efort de gândire sau acțiune.

Astfel vizionarea TV câteva ore zilnic, încă din primii ani de viață, contribuie la dezactivarea aproape completă a controlului intern al atenției, deoarece centri superiori nu pot prelua încă din primii ani de viață controlul. În perioada preșcolară, copiii învață să-și orienteze atenția devenind capabili să ignore într-o oarecare măsură stimulii externi care-i pot distra de la activitatea pe care o urmează. Însă acest model de comportament și de răspuns neuronal la un stimul exterior repetat zilnic pe o perioadă mai lungă, va avea tendința de a se extinde și atunci când va lipsi acest tip de stimul ( imaginea TV).

După cum spunea J. Healy „ repetiția înseamnă dezvoltarea deprinderii, care este esența învățării”

Toate studiile referitoare la efectele televiziunii, fie că se referă la copii sau la adulți, arată că vizionarea TV , pe termen scurt crează o atitudine mentală pasivă, scăderea perseverenței și a voinței, precum și a dispoziției de a urmări activ rezolvarea unei probleme, iar pe termen lung vizionarea TV, diminuează capacitatea de implicare în propria existență, pasivitate în planificarea și organizarea acțiunilor, poate să submineze inițiativa personală și să condiționeze anumite răspunsuri sau atitudini.

Un alt efect al privitului îndelungat la televizor se repercutează asupra limbajului copiilor. S-a constatat că acei copii care se uită cel mai mult la televizor, vorbesc și se exprimă mai greu, întâmpină dificultăți în comunicare, le slăbește capacitatea de a asculta și de a urmări un material oral, favorizează apariția ticurilor verbale iar mai târziu apar probleme în stăpânirea și întrebuințarea limbii în procesul de comunicare.

Preșcolarii de azi, în comparație cu cei de acum câteva generații, întâmpină dificultăți mari în a sta liniștiți și a asculta povești sau scurte istorioare. De multe ori ei fac dovada unui vocabular mai bogat (termeni mai noi) și a unui stoc mai larg de informații generale. Ei par să fie mai avansați decât generațiile anterioare, adoptă un aer de copii inteligenți, extraordinari, care intervin în discuțiile adulților. Din acest motiv, părinții sunt uimiți de copiii lor care pot reproduce reclame, informații văzute sau auzite la televizor. Însă adesea ei reproduc mecanic anumite cunoștințe, frânturi de realitate, dar ceea ce nu pot sesiza părinții este tocmai starea de hiperactivitate, de neatenție și irascibilitate care-i caracterizează pe unii copii.

De cele mai multe ori ei se arată mulțumiți de evoluția intelectuală a copiilor și de impactul televiziunii asupra copilului, întrucât nu sesizează problemele de limbaj datorate lipsei de comunicare, trecerea rapidă de la o activitate la alta și alte asemenea manifestări.

Așa cum am mai spus, experiența TV nu este una interactivă ci una pasivă, nu este o experiență vie, aplicată la situații specifice, particulare. Copilul nu este provocat să-și pună întrebări, să se implice în conversație, de aceea comunicarea prin intermediul televizorului este una monologică și impersonală, iar cei mici au nevoie de adresare personală, de dialog. În fața televizorului, copiii nu își pun întrebări, nu caută soluții, nu vorbesc, ei fiind absorbiți de fluxul de imagini și sunete.

Tot cercetările au arătat că pentru dezvoltarea gândirii abstracte a copiilor, este necesar ca aceștia să-și folosească mintea într-un context care să-l depășească pe „aici și acum”, să se



depărteze de imagini și să utilizeze cuvintele pentru ca mai târziu să poată manipula ideile în interiorul propriei minți.

Gordon Well, arată că acei copii care au ascultat multe povești în perioada copilăriei mici, vor fi mai buni la școală deoarece acestea le-au stimulat gândirea și imaginația, pe când televizorul frânează dezvoltarea gândirii, a imaginației și a abilităților verbale.

Experiența poveștilor, constată Healy „este pregătirea ideală”, copiii vor învăța să reflecte la propria existență, vor putea descoperi puterea limbii ca și capital simbolic, de a creea și explora lumea.

O realitate tristă a zilelor noastre, este aceea că tot mai mulți copii nu mai ascultă povești decât la grădiniță, televizorul satisface această nevoie, fără a împlini funcția pe care poveștile o au în învățarea limbii și-n dezvoltarea gândirii creatoare. Poveștile îi ajută să caute sensul dincolo de lucruri, le dezvoltă intuiția, perceperea lumii dincolo de aparență. Ele *sunt purtătoare de înțeleșuri, mesaje educative, ele permit comunicarea și dialogul.*

De multe ori, părinții trăiesc cu impresia falsă că prin simpla vizionare TV, copiii își vor îmbogăți bagajul de cunoștințe, își vor dezvolta capacitatea de înțelegere sau de vorbire. Dar pentru a putea dobândi aceste abilități este necesară o experiență interactivă, o participare proprie, ceea ce nu se întâmplă în cazul televizorului.

Prin urmare adulții sunt cei care reglementează în foarte mare măsură mediul în care cresc și învață copiii, precum și activitățile pe care aceștia le desfășoară. Televizorul aduce schimbări nu numai în modul de petrecere a timpului liber al copilului, ci modifică durata și natura relațiilor pe care aceștia le au cu cei din jurul lor (familie, copii, etc). În funcție de percepția pe care actorii sociali implicați în educația copilului, educatori și părinți, o au despre efectele televiziunii asupra copilului, au o anumită atitudine și imprimă în funcție de aceasta copiilor o conduită specifică.

Incidența violenței în programele de televiziune a fost și ea îndelung studiată, iar cele mai extensive studii au fost realizate de Grebner și colaboratorii săi. Numărul și frecvența actelor și episoadelor violente au fost înregistrate pentru o gamă de diferite tipuri de programe. Astfel, programele pentru copii au arătat niveluri ridicate de violență, cu toate că „uciderea” este înfățișată mai rar decât în alte genuri de filme. Benzile cu desene conțineau cel mai mare număr de acte și episoade de violență, decât alte tipuri de programe.

În ce măsură este copilul influențat de înfățișarea violenței la televizor, ne spune F.S. Anderson, care pe parcursul a douăzeci de ani a făcut studii care investigau influența violenței TV asupra tendințelor către agresiune în rândul copiilor. Aproximativ trei sferturi din studii arătau că există o asociere între violența TV și agresivitatea copiilor, 20% au arătat că rezultatele nu sunt concludente iar 3% au tras concluzia că urmărirea programelor de televiziune diminuează practic agresivitatea.

Studii mai recente constată însă o accentuare a comportamentului agresiv al copiilor ca urmare a expunerii la violența televizată.

În 1963, Bandura Ross a condus un studiu experimental, în care unui copil i-a fost prezentată o scenă dintr-un film, în care o persoană lovește și pedepsește o păpușă gonflabilă. Copilul a fost dus apoi într-un loc de joacă și urmărit îndeaproape. S-a putut constata prezența comportamentului agresiv la copiii care au vizionat filmul în comparație cu cei care nu l-au vizionat.

Un alt studiu a investigat dorința copiilor de a-i deranja pe alți copii după ce au urmărit programe cu conținut violent. Rezultatul a fost și de această dată pozitiv, ba mai mult s-a demonstrat că o expunere la un desen animat agresiv duce la o sporire a comportamentului agresiv.

Relevant este însă studiul condus de Stein și Friedrich(1972) pentru proiectul Surgeon General. Au fost investigați 97 de preșcolari dintre care unii vizionau programe antisociale, alții prosoziale iar alții neutre, timp de patru săptămâni. Programele antisociale făceau parte din desene animate cu Batman și Superman, cele prosoziale din filmul „Vecinii domnului Roger, iar cele neutre conțineau imagini care nu erau nici violente nici prosoziale. Observările aveau loc în cadru social și se notau toate formele de comportament prosozial (ajutor,cooperare, împărțirea lucrurilor), precum și de comportament antisocial (cearta, stricarea jucăriilor, pedepsirea). Rezultatele au arătat că acei copii care au vizionat desenele cu Batman și Superman au devenit și mai agresivi, iar cei care au vizionat programele prosoziale- Vecinii domnului Roger- au fost mai cooperanțiși mai puțini agresivi.

### **Intervenția educatoarei în cazurile de hărțuire în grădiniță**

Când apare o situație de agresiune, trebuie luate măsuri imediat. Educatoarea poate profita de această ocazie pentru a-l transforma într-un moment de învățare, pentru a modela și schimba acțiunile și răspunsurile copiilor atunci când sunt agresați, folosind o strategie specifică. Se pune capăt imediat agresiunii spunând „opriți” și acordând o atenție minimă copilului care agresează. Importantă este atenția acordată copilului victimă. Nu trebuie să se acorde atenție copilului abuziv, nici măcar pentru a-l reaminti că este inacceptabil comportamentul său, acest lucru nu ar face decât să sporească comportamentul negativ și chiar să fie recompensator pentru el. Mai târziu, odată ce copilul victimă s-a liniștit, este totuși important ca educatoarea să poarte o discuție cu „agresorul” copilului. Educatoarea ar trebui să ajute copilul victimă stand alături de el și ajutându-l să reacționeze cu încredere.

Copiii care hărțuiesc trebuie să înțeleagă că hărțuirea nu este acceptabilă și nu este permisă. De aceea în fiecare grupă există expuse reguli de comportare care să-l ajute pe copii să înțeleagă consecințele pozitive sau negative ale unui comportament. Copiii victime trebuie să știe că adulții sunt acolo pentru a-l ajuta și a-l sprijini, că nu merită să fie hărțuiți și că pot cere adulților și altor copii să-i ajute. Copiii care asistă la agresiune ar trebui să înțeleagă că au puterea de a calma situația cerând agresorului să se oprească, ajutând victimă să plece, primind sprijin de la alți copii, cerând ajutor sau asistarea unui adult și raportarea incidentului. Discutați cu ei despre ceea ce au făcut sau nu pentru a-și ajuta colegii victime.

### **Bibliografie:**

- VIRGILIU,G., 2008, *Efectele televiziunii asupra minții umane*, Editura Prodromos, București;
- Asociația pentru apărarea Familiei și Copilului, 2008, *Efectele micului ecran asupra minții copilului*, Editura Prodromos, București.

## Comunicarea – primul pas pentru o școală fără bullying

**prof. Pop Rodica-Eleonora**  
**Școala Gimnazială Nr. 1 Tileagd, jud. Bihor**

Comunicarea joacă un rol vital în viața de zi cu zi și este temelia tuturor relațiilor umane fiind și un proces esențial prin care oamenii reușesc să transmită emoții, sentimente sau informații. Prin intermediul comunicării reușim să ne exprimăm, aceasta reprezentând un mod de interacțiune psihosocială a oamenilor, realizată prin limbaj sau prin alte coduri, în scopul transmiterii de informații sub formă de mesaje, știri, semne, texte ori gesturi simbolice. De comunicarea eficientă și corectă depinde înțelegerea celor din jur. Existența noastră ca persoane este strâns legată de procesul de comunicare, însă interacțiunea dintre persoane poate fi afectată de foarte multe lucruri pentru că include emoțiile celor implicați, situația culturală, mediul sau chiar locația folosită pentru a comunica.

Comunicarea este fundamentală pentru dezvoltarea copiilor. Aceștia trebuie să poată înțelege ceea ce le spun adulții și să fie înțeleși la rândul lor. În cazul celor mici, comunicarea este esențială pentru învățare, interacțiune socială, joc, încredere în sine sau educație. Persoanele adulte trebuie să știe că, în relația cu copiii, comunicarea nu înseamnă doar a rosti câteva cuvinte, ci face referire la empatie, ascultare, atenție, dicție și înțelegere.

Violența în școală este o problemă de actualitate cu care se confruntă instituțiile de învățământ. Acest fenomen nociv a luat amploare în ultimii ani. Instituția școlară este afectată, în mod semnificativ, de conduitele deviate ale elevilor și, totodată, ale celorlalte categorii de participanți la activitățile educative și instructive. Mai mult decât alte spații sociale, cel școlar impune o intervenție imediată, adecvată și îndeosebi, profesionistă. Lipsa unui spațiu sigur, a unor măsuri elementare de protecție a victimelor, a acțiunii cadrelor didactice și a celorlalți elevi nu fac altceva decât să permită fenomenului de violență școlară să crească. Astfel victimele violenței școlare asociază școala cu emoții negative, relația cu profesorii și colegii se pierde, iar motivația de a învăța scade. Elevii, victime ale violenței și bullying-ului, simt deseori că se află în locul greșit, școala nefiind un mediu sigur, ceea ce crește probabilitatea de abandon școlar și/sau renunțare la studii. De asemenea aceștia au așteptări mai scăzute de la ei înșiși din punct de vedere academic.

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 (*Greco și Rădulescu 2003*)

Pentru a combate violența în școli este necesar un efort susținut din partea tuturor persoanelor implicate: elevi, cadre didactice, părinți, societate civilă. Prin sesiuni de comunicare, atent concepute și adaptate problemelor întâmpinate, trebuie organizate activități de informare și de conștientizare ale fenomenului de bullying, proceduri de intervenție în situațiile de violență psihologică, realizarea unor activități precum concursuri, teatru, forum ș.a. în scopul încurajării respectării valorilor și misiunii declarate a școlii, programe pentru părinți care să aibă la bază componentele de informare și formare. Toate persoanele implicate au obligația de a manifesta înțelegere, toleranță și respect față de întreaga comunitate școlară, fiindu-le interzise atât comportamentele jignitoare, de intimidare și discriminare cât și provocarea, instigarea și participarea la acte de violență.

Bullyngul în școli reprezintă o problemă relaționată cu vârsta copiilor și până nu demult adulții (părinți și profesori) priveau această problemă cu o atitudine relaxată de tipul „așa sunt copiii” sau „copiii sunt copii”. Tachinarea, poreclirea sunt comportamente circumscrise fenomenului de bullying care de cele mai multe ori, trec neobservate, considerându-se că fac parte dintr-un așa-numit obșnuit pedagogic de fiecare zi. În realitate, aceste forme ușoare reprezintă stadiile incipiente ale formelor mai grave. Cazurile de violență din școală – incluzând și formele extreme de atac armat înregistrate în școlile americane– relevă consecințele grave și uneori mortale ale comportamentului de bullying (Cusson 2006, p. 95).

Comportamentele de bullying implică un alt tip de agresivitate decât cel manifestat ca răspuns la anumite emoții de disconfort (ex. când suntem furioși sau ne este frică). Agresivitatea manifestată prin comportamentele de bullying (de intimidare, hărțuire, umilire) este proactivă deoarece nu implică factori emoționali. Ea are un rol instrumental și reprezintă o încercare de a obține ceva prin metode coercitive, prin intimidare, sarcasm, nepăsarea față de starea celuilalt fiind asociată cu așteptări de succes ale comportamentului agresiv. Agresivitatea reactivă, e un comportament agresiv însoțit de furie ca răspuns la o provocare sau frustrare și este asociată cu atribuirea ostile în cea ce privește intențiile celorlalți (Șoitu și Hăvârneanu, 2004, p.32).

Comunicarea constantă, acceptarea și aprecierea diferențelor sunt valori care trebuie promovate într-o sală de clasă, ce va duce la deschidere spre nou și la construirea unui climat școlar empatic unde elevii își vor dezvolta empatia ca abilitate în promovarea respectului pentru ceilalți și a diversității. Informațiile atent selecționate și transmise într-un cadru organizat duce la încurajarea elevilor de a se pune în locul altei persoane și are rezultate promițătoare în reducerea agresivităților. La școală, în timpul cursurilor, se încurajează învățarea prin cooperare și lucru în echipă care să includă toți elevii în grupurile sociale. Comunicarea între elevi este foarte importantă și utilă și ajută copiii să lucreze împreună și să valorifice aptitudinile fiecăruia, descoperindu-și calitățile și potențialul. Organizarea și desfășurarea de activități care să sprijine integrarea și adaptarea tuturor elevilor dintr-un colectiv are un rol important în diminuarea conflictelor.

Comunicarea activă cu toți elevii presupune o atitudine pozitivă unde cadru didactic trebuie să țină cont de:

- tratarea echitabilă a tuturor elevilor;
- oferirea unor posibilități de comunicare deschise;
- încurajarea discuției și a exprimării libere;
- atenția la starea emoțională a acestora, ceea ce duce uneori la necesitatea comunicării individuale cu elevii;
- implicarea profesorului în ceea ce privește mediul și problematicile clasei;
- receptarea atentă a feedback-ului pe care îl primesc cadrele didactice din partea elevilor care poate ajuta la îmbunătățirea practicilor instructive.

Aplicarea unor simple sancțiuni elevilor care au comis ace de violență nu duce la rezolvarea problemei apărute. Elevii agresori trebuie să beneficieze de consiliere și sprijin. Comunicarea adecvată și deschisă cu consilierul școlar sau psihologul școlii duce la înțelegerea cu adevărat a ceea ce este greșit în comportamentul lui, ce efect are asupra victimei și nu în ultimul rând să-și vindece rănilile care l-au determinat să recurgă la aceste gesturi.

Consilierea psihologică atât a copilului, cât și a părinților este esențială pentru a-i face pe toți să conștientizeze problema și să ia măsurile corecte. În plus, copilul trebuie ajutat să își înțeleagă “victima” și să empatizeze cu aceasta, să își dezvolte mecanisme de relaționare sănătoase. Este însă inutil ca un copil-hărțuitor să fie penalizat la școală în timp ce părinții nu iau nici o măsură acasă. Cadrele didactice ar trebui să le reamintească periodic copiilor care sunt regulile de

comportament la școală și să se aplice fără ezitare sancțiunile prevăzute de regulamentele școlare. Mai mult, este esențială psihoeducația despre bullying în școli prin organizarea de sesiuni periodice de informare a tuturor celor implicați: copii, părinți, cadre didactice.

Pentru a avea o școală cu toleranță zero la violență un rol important îl au cadrele didactice, părinții și elevii deopotrivă. Aceștia au îndatorirea de a contribui la dezvoltarea unei culturi care încurajează inhibarea unor astfel de comportamente violente, o cultură a acceptării tuturor indivizilor indiferent de caracteristicile intrinseci ale acestora, prin formarea propriei mentalități în acest sens și convingerea celorlalți să urmeze același exemplu.

**Bibliografie:**

- 1) Grecu F. și Rădulescu S.M. Delincvența juvenilă în societatea contemporană. Studiu comparativ între Statele Unite și România, Editura Lumina Lex, București, 2003;
- 2) Șoitu L. și Hăvârneanu C. (Eds.), Agresivitatea în școală, Institutul European, Iași, 2004;
- 3) Cusson M. , Prevenirea delincvenței, Editura Gramar, București, 2006.

## Cyberbullyingul pericolul din mediul on-line

**prof. Radu Camelia**  
**Liceul de Transporturi Auto "Traian Vuia", Galați**

Cyberbullyingul înseamnă bullying prin folosirea tehnologiilor digitale. Se poate întâmpla pe rețelele de socializare, pe platformele de schimb de mesaje, platformele de jocuri și pe telefoanele mobile. Este vorba despre un comportament repetat cu scopul de a-i speria, înfuria sau umili pe cei vizați. Printre exemple se numără:

- răspândirea minciunilor sau postarea de fotografii jenante ale cuiva pe rețelele de socializare;
- transmiterea de mesaje supărătoare sau de amenințări prin platformele de schimb de mesaje;
- copierea identității unei persoane și transmiterea în numele acesteia de mesaje răuvoitoare cuiva.

Consecințele manifestării cyberbullying-ului pot fi încadrate în 3 categorii:

### **1. Efecte la nivel social:**

- diminuarea dorinței de a comunica și socializa, atât în mediul online, cât și în viața reală, motiv pentru care unele victime pot alege să se izoleze de societate;
- comportament necorespunzător în societate, victimele putând acționa agresiv sau prezenta complexe a căror manifestare inhibă socializarea;
- absentismul – copiii sau adolescenții agresați în mediul virtual refuză să meargă la școală pentru a evita întâlnirea cu unii colegi, care au vizualizat sau citit mesajele denigrante distribuite pe internet de agresor.

### **2. Efecte la nivel emoțional:**

- comportament agresiv sau depresie, cauzate de reacțiile celor din jur la postările agresorului cu privire la victimă;
- frică și anxietate, determinată de impresia victimei că este urmărită permanent de agresor sau că urmează un nou atac la adresa sa;
- îmbufnare – adolescentul este mereu nemulțumit și supărat, refuzând să participe la activități de grup sau cu caracter social.

### **3. Efecte la nivel fizic:**

- rănirea fizică pricinuită de agresorul cu care victima s-a întâlnit ulterior față în față
- sinuciderea- în anumite cazuri extreme, victima, izolată și refuzând să ceară ajutor din exterior, recurge la a-și lua viața, fie din convingerea că este singura modalitate de a opri agresorul, fie pentru că nu mai poate să îndure tratamentul abuziv al agresorului sau reacțiile celor din jur.

Cu toate că se aseamănă cu hărțuirea propriu-zisă, hărțuirea în mediul online poate înregistra o gravitate mai mare, din cauza faptului că agresorul se află sub protecția anonimatului, săvârșind acțiuni pe care altfel nu le-ar fi comis. Astfel, victima devine mai ușor de exploatat, informațiile online persistând suficient de mult timp încât să își atingă scopul. Abuzul este invaziv, periclitând viața personală a victimei în toate mediile în care aceasta se manifestă: acasă, la școală, online sau offline. Agresorul subestimează uneori efectele acțiunilor sale, considerând totul o simplă distracție. Totuși, pentru victimă agresiunea se poate dovedi fatală.

Cinci sfaturi pentru copii:

### **1. Nu răspunde.**

Primul lucru de făcut este... să nu faci nimic! Persoana care încearcă să te intimideze așteaptă din partea ta o reacție, indiferent care ar fi aceea. Intrând în legătură cu acea persoană, tu îi oferi exact ceea ce ea își dorește. Mult mai bine ar fi să o ignori, pur și simplu.

### **2. Cere ajutor.**

Înștiințează-ți părinții, frații mai mari sau prietenul tău cel mai bun. Unirea face puterea! Scopul (cyber)bullying-ului este tocmai de a te izola, de a-ți conferi sentimentul că ești singur și detestat. Încă o dată, nu îi oferi agresorului această plăcere și vorbește despre asta cu cei din jurul tău.

### **3. Semnalează abuzul.**

Acest gen de comportament nu este legal. Dacă crezi că merită efortul, poți depune plângere pentru hărțuire morală. Dacă nu, poți cel puțin să semnalezi abuzul pe platformele pe care are loc hărțuirea. Facebook și Twitter îți permit să semnalezi moderatorilor conținutul nepotrivit sau insultător.

### **4. Blochează persoanele indezirabile.**

Astfel, această persoană nu va mai putea să te vadă nici pe tine, nici fotografiile tale, nici comentariile tale, și nu va mai avea nici un mijloc de a intra în comunicare cu tine!

### **5. Nu te răzbuna.**

Tentația de a-ți face singur dreptate este puternică, așa că... de ce să nu-i cedezi? Dar gândește-te, cine o să te mai compătimească dacă și tu le faci rău celor care ți-au făcut rău? În felul acesta vei fi și tu la fel ca ei.

### **Bibliografie:**

1. Lucy R. Betts "Cyberbullying : approaches, consequences and interventions", Ed. Palgrave Macmillan, Londra, 2016;
2. Cristina Neamțu " Devianța școlară", Editura Polirom, Iași, 2003

### **Webbibliografie:**

- <https://www.unicef.org/romania/ro/pove%C8%99ti/cyberbullying-ce-este-%C8%99i-cum-%C3%AEi-punem-cap%C4%83t>  
<https://cig.ase.ro/wp-content/uploads/2016/06/7-Dobre.pdf>  
<https://cyberbullying.org/>  
<https://iteach.ro/pg/blog/maria.traistaru/read/101092/dezvoltarea-competentelor-de-prevenire-si-combatere-a-bullyingului-in-scoala>

## O școală fără bullying, un obiectiv al societății contemporane

prof. învă. primar Stanciu Ana-Maria  
Școala Gimnazială nr. 13, sector 1, București

O societate fără bullying ar exista dacă am face cu toții un efort în a învăța cum să trăim în armonie cu noi și cu ceilalți, cum putem rezolva cu succes anumite situații conflictuale din viața noastră, cum să pregătim copii pentru a gestiona corect conflictele lor, cum să ne valorizăm și să impunem limite sociale. Prin modelul nostru, al adulților, putem oferi copiilor un mediu în care să se dezvolte armonios și în care să fie echilibrați emoțional.

După cum afirma Janet Lansbury, nu există „copii răi”, implicit „adulți răi”, ci doar persoane care nu au o autodisciplină necesară pentru a se respecta pe sine și ceilalți.

Încă de mici, copiii se angajează într-o luptă de putere cu îngrijitorii acestora, fie cu părinții, cu bunicii sau alte persoane implicate în creșterea lor. Acest fenomen este unul natural datorită nevoilor de bază pe care le au copiii și pe care doresc să și le satisfacă. Testarea limitelor este o expresie naturală a amestecului lor intens de emoții pe măsură ce se străduiesc să devină mai autonomi. Nevoile de control și competență, deseori se traduc în comportamente negative, care au ca substrat doar ”strigătul” copiilor pentru satisfacerea lor, însă fără un mijloc eficient de comunicare a acestora. Atunci există două tendințe, una de înțelegere a semnalelor transmise de copil și oferirea de situații în care el să-și satisfacă nevoile cu limite bine stabilite printr-o atitudine fermă și caldă, fie o tendință de intimidare a copilului pentru a-l determina să nu mai repete anumite comportamente.

Faptul că ia contact de mic cu impunerea prin forță, severitate și cu moduri de supunere prin constrângere, precum și alți factori sociali care intervin în copilărie, pot determina pe viitor folosirea de către acesta a unor acțiuni de intimidare față de ceilalți pentru a obține ceea ce vrea sau doar pentru a se afla pe poziția de superioritate în raport cu alții.

Intimidarea reprezintă folosirea forței, constrângerea sau amenințarea, victima fiind supusă unui abuz mental, emoțional și/sau fizic. Comportamentul agresorului este adesea repetat și obișnuit. O condiție esențială a acestui tip de agresiune este percepția de către agresor sau de către alții a unui dezechilibru fizic sau social de putere. Acest dezechilibru, intenția ostilă, repetarea pe o perioadă de timp și consecința atingerii demnității, crearea unei atmosfere umilitoare, degradante, ofensatoare, fac ca intimidarea să facă parte din formele de bullying.

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

- sunt percepuți ca fiind diferiți față de colegii lor – sunt fie supraponderali sau subponderali, au defecte fizice vizibile, se îmbracă diferit, sunt noi în colectivul de elevi sau nu își pot permite ceea ce au ceilalți copii;
- sunt percepuți ca având personalități slabe, incapabili de a-și spune punctul de vedere și de a se apăra;
- sunt anxioși, cu tendință depresivă, au o stimă de sine scăzută cauzată de neîncrederea în capacitățile proprii sau unor complexe de inferioritate formate în cadrul familiei, în primii ani de viață.

Cei care îi agresează pe ceilalți nu trebuie să fie neapărat mai puternici sau mai mari decât victimele lor. Dezechilibrul puterii poate proveni din mai multe surse. Copiii susceptibili de a-i intimida pe ceilalți pot fi:



- preocupați de popularitatea lor și cărora le place să domine sau să își dovedească superioritatea în fața celorlalți;
- mai izolați, deprimați sau anxioși, care au o stimă de sine scăzută, sunt mai puțin implicați la școală și nu le pasă de sentimentele celorlalți;
- mai agresivi, din cauza traumelor emoționale suferite de-a lungul timpului în familie;
- nu se pot conforma regulilor, văd violența fizică și verbală ca pe un mod de comunicare și relaționare, au în jurul lor persoane care îi agresează pe alții, la rândul lor.

Intimidarea variază de la intimidare individuală la intimidare de grup, denumită mobbing, în care agresorul poate avea unul sau mai mulți „locotenenți” care sunt dispuși să asiste agresorul primar în comportamentele negative.

Pentru a preveni manifestarea unor astfel de comportamente în școală și implicit, descurajarea folosirii unor astfel de agresiuni, în prezent, se folosesc o serie de strategii de dezvoltare personală pentru ca astfel de cazuri de intimidare să fie cât mai puține sau să fie gestionate cât mai eficient.

În momentul în care copiii sunt integrați în colective școlare, ei ar trebui să perceapă acest mediu ca fiind unul sigur, în care își pot afirma identitatea, își pot valorifica potențialul și pot construi relații armonioase cu cei din jur. Uneori nu este așa, existând situații în care elevii sunt supuși unor tipuri de bullying la care aceștia nu știu cum să reacționeze, cui și cum să ceară ajutor. Este nevoie de un sistem de norme care să îi protejeze pe elevi și un inventar de metode de gestionare a unor astfel de comportamente pentru ca cei agresați să iasă din rolul de victimă și să nu rămână cu traume emoționale. În cazul în care aceste comportamente de intimidare se produc, victimele trebuie învățate să scoată frica din ecuație socială, să aibă încredere în sine și să nu accepte astfel de comportamente, să fie ferme în stabilirea limitelor de interacțiune.

Toți elevii trebuie educați cum să reacționeze în astfel de cazuri, indiferent dacă ocupă poziția de victimă sau martor/spectator. Important este să se descopere și ce stă la baza manifestării unui astfel de comportament din partea agresorului pentru ca și acesta să beneficieze de consilierea necesară în vederea conștientizării consecințelor unui astfel de comportament abuziv și nerepetării acestuia.

În ultimii ani, la nivelul învățământului, este prevăzut un sistem de norme pentru ca toți agenții educaționali implicați în procesul instructiv-educativ să fie protejați împotriva violenței psihologice, și nu numai. Faptul că existența bullyingului este conștientizată, este primul pas în lupta împotriva lui.

După conștientizare, prevenția joacă un rol deosebit pentru a asigura un climat educațional bazat pe armonie, colaborare, competiție corectă, recunoașterea și acceptarea diferențelor individuale, crearea unor relații intrapersonale și interpersonale pozitive. Acest tip de prevenire a intimidării ca formă de bullying se poate face prin diferite teme abordate la disciplinele de învățământ, jocuri de rol, studii de caz, activități de voluntariat, proiecte ce presupun colaborarea elevilor, povești terapeutice, lecții susținute în colaborare cu consilierul școlii, dezbateri, etc.

Intimidarea poate exista atât în relația adult-adult, adult-copil sau copil-copil. În cadrul școlii cele mai răspândite forme sunt cele elev-elev. Cadrele didactice au responsabilitatea de a oferi atenție manifestărilor comportamentale ale elevilor și de a identifica astfel de cazuri. Odată ce aceste acțiuni se produc, etapa următoare este de rezolvarea a unor astfel de situații prin diferite strategii.

În literatura de specialitate sunt prezentate diferite tehnici de abordare și soluționare a bullyingului. Cadrele didactice pot adapta aceste modalități în funcție de particularitățile individuale și de vârstă ale elevilor. În colaborare cu familiile copiilor și cu consilierul școlar, se

pot alcătui planuri individualizate de rezolvare a unor situații-problemă din cadrul colectivului de elevi.

Marshall Rosenberg propune o strategie bazată pe comunicarea nonviolentă care are următoarele etape:

1. Observație – prezentarea obiectivă a acțiunilor din cadrul situației de bullying, fără loc de interpretare;
2. Ascultare empatică - cu accent pe emoțiile manifestate în cadrul unei situații de bullying;
3. Conectare cu sine - identificarea nevoilor care stau la baza fiecărei atitudini a persoanelor care au diferite roluri în situația dată;
4. Explorarea unor modalități de satisfacere a nevoilor, fără lezarea celor din jur.

În urma aplicării acestei strategii în cazul unor situații reale sau ipotetice, elevii experimentează sentimente și atitudini și primesc instrumente reale de gestionare a unor acțiuni de bullying.

Reflectând la cuvintele Sf. Ambrozie „*Nimeni nu se vindecă rănind pe altul*”, când toți elevii vor avea capacitatea necesară să oprească acest comportament, oriunde sau oricând îl întâlnesc și să nu permităcuiva să îi intimideze, atunci în școală, fenomenul de bullying nu va mai exista.

#### **Bibliografie:**

- Lansbury Janet, *Nu există copii răi: despre educarea cu respect a copiilor mici, fără pedepse și rușine*, trad. Oana - Celia Gheorghiu, Editura Univers Publishing House, Colecție: Educație cu blândete, București, 2017;
- Rosenberg B. Marshall, *Comunicarea nonviolentă- un limbaj al vieții*, Editura Ponte, Colecție: Omul care crește, București, 2015.

## **Bullying-ul: cum să învățăm un copil să facă față umilirii, hărțuirii și intimidării**

**prof. Streche Delia Ionela**  
**Școala Gimnazială "Mihai Viteazul" Alexandria, Teleorman**

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 bătăii 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).

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. 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. 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 de bullying persistă și este foarte des întâlnit în mediul școlar, mediul pe care societatea contează cel mai mult în formarea unei personalități careia viitorul îi aparține. Bullying-ul este o formă a agresivității care este frecvent întâlnită în rândul școlărilor 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.

### **Care sunt cele mai frecvente comportamente de bullying?**

Odată cu vârsta, crește frecvența comportamentelor de bullying, iar formele de manifestare se accentuează. Astfel, dacă la grădiniță copiii se etichetează sau își pun porecle, școlaritatea mică aduce în prim plan forme mult mai accentuate. Cele mai frecvente forme de bullying din școlaritatea mică sunt: tachinarea, izolarea unui copil, împrăștierea de zvonuri false. Trecerea la gimnaziu se asociază cu forme din ce în ce mai complicate. La cele menționate mai

sus se adaugă: intimidarea, umilirea, distrugerea bunurilor personale (îi scuipe foile caietului sau îi rupe obiectele), deposedarea de bunuri (îi ia cu forța banii, mâncarea, hainele).

### **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.

Printre cauzele care provoacă bullying-ul cercetătorii numesc familia, trăsăturile personale, climatul școlar, specificul grupului de referință, stresul multiplu etc. D. Lein consideră că acest comportament actual poate prognoza cum se va comporta individul în viitor. Modelele agresive, calitățile personale semnificativ anticipează caracterul relațiilor de mai departe între agresor și victimă. În special, autorul menționează că persoanele calculate, stabil extrovertite au o tendință crescută de a participa la activități legate de violență fiind o condiție importantă pentru participarea la intimidare și săvârșirea infracțiunilor. La fel, D. Olweus, în cercetările sale, concluzionează că rolurile victimei și ale agresorului sunt profund individuale și nu depind atât de fenomenele de grup, cât și de caracteristicile copilului. De obicei părinții sunt primii care observă schimbări în comportamentul copilului care ar putea sugera că acesta este implicat într-o situație de bullying, fie ca victimă sau ca agresor. Gugel afirmă că bullying-ul nu se oprește de la sine fără intervenție din exterior, dar stăpânirea acestui fenomen este posibilă doar prin cunoașterea cauzelor, a factorilor ce au dus la acest comportament.

Cum le va fi afectată viața celor care manifestă frecvent comportamente de bullying? Bullying-ul 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) Ce impact are bullying-ul asupra vieții copilului care primește un astfel de tratament? 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?**

Școala, care are un rol important în dezvoltarea copiilor și tinerilor, alături de familie și societate, trebuie să aibă în vedere o permanentă monitorizare și accesul la strategii de control ale comportamentelor cu risc pentru sănătatea fizică și mentală, cu scopul menținerii unui nivel optim al stării de bine al copiilor. Consilierea psihologică atât a copilului, cât și a părinților este esențială pentru a-i face pe toți să conștientizeze problema și să ia măsurile corecte. În plus, copilul trebuie ajutat să își înțeleagă “victima” și să empatizeze cu aceasta, să își dezvolte mecanisme de relaționare sănătoase. Este însă inutil ca un copil-hărțuitor să fie penalizat la școală în timp ce părinții nu iau nici o măsură acasă. Sau invers, cadrele didactice ar trebui să le reamintească periodic copiilor care sunt regulile de comportament la școală și să se aplice fără ezitare sancțiunile prevăzute de regulamentele școlare. Mai mult, este esențială psihoeducația despre bullying în școli prin organizarea de sesiuni periodice de informare a tuturor celor implicați: copii, părinți, cadre didactice.

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 și nedefinită de intimidare, frică și tăcere printre copii.

Trebuie să urmăm niște 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 ochelariilor 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!”. 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).

#### **În concluzie:**

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.

#### **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:**

1. Juvonen, J. & Graham, S. (Eds.) (2001). *Peer harassment in school*. New York: Guilford Publications.2.
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.
4. Costescu G. Bullying-ul în școală-o nouă îngrijorare pentru părinți. (accesat 19.08.2019) <http://www.părințiibuni.ro/index.php/Parenting-de-la-A-la-Z/bullying-ul-în-școală-o-nouă-îngrijorare-pentru-părinți.html>
5. Fenomenul „bullying”. Cum îl depistăm și cum îl combatem, pentru școli mai sigure (accesat 20.08.2019) <http://www.unicef.ro/media/fenomenul-bullying-cum-ildepistam-si-cum-il-combatem-pentru-scoli-mai-sigure/>
6. Naumova N.N., Efimova A.S. Зарубежные исследования феномена буллинга в 1980-1990 годы. În: Психологические науки, International Journal of Humanities and Natural Sciences, vol.5, part 1. p.139-142.
7. Petrică S. Bullying. Cum să învățăm un copil să facă față umilirii, hărțuirii și intimidării. (accesat 19.08.2019) <https://republica.ro/bullying-cum-sa-invatom-uncopil-sa-faca-fata-umilirii-hartuirii-si-intimidarii?>
8. Whitson S. Fenomenul Bullying: opt strategii pentru a-i pune capăt. Traducere din limba engleză: Moisescu Sorin. București: Herald, 2017. 247 p

## Violența școlară – prevenție și intervenție

**prof. înv. primar, Szabo Carmen Ancuța**  
**Scoala Gimnazială „Ion Pop Reteganul”, Reteag, jud. Bistrița-Năsăud**

Astăzi se acceptă o definiție largă a violenței școlare, incluzând, în afara delincvenței, fapte care nu sunt în mod necesar penalizabile sau care scapă semnalărilor judiciare. Se susține ideea de a se ține seama de opinia victimelor în definirea acestui tip de violență, care este atât agresiune brutală și haotică, cât și repetarea multor evenimente stresante, rar penalizate. Definirea violenței ca fenomen social, cât și definirea violenței școlare ca formă particulară a violenței este un proces continuu, susținut de concepția despre violență și de rezultatele unor abordări sistematice, consecutive impunerii acestui fenomen atenției specialiștilor și opiniei publice.

Definiția propusă de OMS (Raportul mondial asupra violenței și sănătății, Geneva, 2002) violenței cotidiene face referire la “*amenințarea sau folosirea intenționată a forței fizice sau a puterii contra propriei personae, contra altuia sau contra unui grup sau comunități care antrenează sau riscă puternic să antreneze un traumatism, un deces sau daune psihologice, o dezvoltare improprie sau privațiuni*”. Sunt excluse toate evenimentele accidentale, numai dacă acestea nu implică intenția de a ucide sau de a răni, dar se includ actele bazate pe o relație de putere exprimată prin intimidare, amenințare sau, invers, neglijență și omisiune. Acest aspect pare să se aplice la contextul instituțional al școlii în care tradiția ierarhiei educatori-elevi, elevi-elevi, rămâne o realitate generatoare de stări conflictuale și manifestări violente. Vettenburg a susținut decentrarea de pe agresor și lege și centrarea pe victimă, astfel încât să se pornească de la punctele de vedere ale acesteia în definirea termenului de violență. Acesta consideră că există trei forme de violență în școli: *devianța tolerată* sau violența juvenilă normală; *violența socială*, în care școala însăși este victima violenței manifestate în societate, la nivel general (aspect invocat adesea pentru a se elibera școala de orice responsabilitate) și *violența anti-școală* (distrugerea echipamentelor, vandalism, insultă și agresivitate față de profesori) (ISE-UNICEF, 2005).

Violența în școli apare ca un tip particular de violență instituțională, care poate lua următoarele forme: pedeapsă fizică, restricție fizică, constrângere solitară și orice formă de izolare, obligație de a purta vestimentație restrictivă, restricții alimentare, restricții sau refuzul de a avea contacte cu membrii familiei sau cu prietenii, abuzul verbal și sarcasmul.

Conform unei alte clasificări (J. C. Chesnais, cf. D. Sălăvăstru, 2004), violența cuprinde următoarele tipuri: - *violența fizică*, care include faptele de gravitate maximă: omoruri voluntare sau tentative de omor, violuri, lovituri și răniri voluntare grave, furturi armate sau cu uz de violență, vătămări corporale, tâlhării; - *violența economică*, forma care afectează bunurile materiale (distrugerii, degradări de bunuri); - *violența morală* care îmbracă forme ce pot fi puse în relație cu conceptul de autoritate și raporturile de dominație.

Dintre cele trei tipuri de violență identificate de autor, acesta acceptă ca formă reală a violenței numai violența fizică, considerând că punerea în discuție a violenței morale este „*un abuz de limbaj propriu unor intelectuali occidentali, prea confortabil instalați în viață pentru a cunoaște lumea obscură a mizeriei și a crimei*”. Este o reprezentare care ia în considerare numai formele cele mai dure ale violenței, și anume cele care intră sub incidența legii.

Pornind de la diferitele tipologii și forme de manifestare ale violenței, lucrarea încearcă să cuprindă aceste forme sub care sunt diagnosticate manifestările de violență, de la cele privind abaterile de la programul școlar (întârzieri, absențe de la ore), până la violența morală sau verbală

și violența fizică.

### ***Surse ale hărțuirii și violenței în mediul școlar***

#### ***Factorul familial***

Cercetările în ceea ce privește implicarea factorului familial în comportamentul agresiv confirmă faptul ca elevii agresivi provin, de regulă, din familii în care părinții înșiși sunt agresivi, și metodele disciplinare sunt ne adecvate, fiind deseori brutale. Studiile privind relațiile dintre tatăl tiran și copil menționează faptul ca adeseori pot avea loc conflicte, care pot sfârși printr-o ruptură a relațiilor cu părinții și fuga de acasă a copilului precum și prin vagabondaj.

Tinerii care sunt deseori victime ale hărțuirii și violenței provin în special din familii hiper-protective în care părinții sunt cei care îndeplinesc toate nevoile copiilor, îi controlează, nu-i lasă să-și creeze propriul lor grup de prieteni, familia ținând locul colegilor de la școală, a prietenilor din fața blocului, a prietenului celui mai bun și așa mai departe. Acești tineri devin inadaptați și izolați social, ei nu știu să ia decizii în situații problematice, să reacționeze în anumite situații de viață, să se adapteze la diferiți factori de mediu.

#### ***Factorul social***

Mediul social conține numeroase surse de influență de natură să inducă, să stimuleze și să întrețină violența școlară: situația economică, slăbiciunea mecanismelor de control social, inegalitățile sociale, criza valorilor morale, mass-media, disfuncționalități la nivelul factorilor responsabili cu educația tinerilor, lipsa de cooperare a instituțiilor implicate în educație. Pentru țările fost comuniste, creșterea violenței în general, nu numai a violenței școlare, este pusă pe seama unui complex de factori precum: liberalizarea mas-mediei, lipsa exercițiului democratic, creșterea libertății generale de mișcare, slăbirea autorității statului și a instituțiilor angajate în respectarea legii, accesul la mijloace de agresiune.

Conjunctura economică și socială provoacă anumite confuzii în rândul tinerilor, care încep să se îndoiască de eficacitatea școlii, de utilitatea științei. Și aceasta cu atât mai mult cu cât constată că școala nu îi asigură inserția profesională. Valorile tradiționale promovate în școală – munca, meritul, efortul – cunosc o degradare vizibilă. Un mediu social în criză afectează profund dezvoltarea personalității adolescentului și a individului, în general.

#### ***Factorul individual***

Un factor important al comportamentelor agresive este intoleranța la frustrare. Starea de frustrare se manifestă printr-o emotivitate mărită, și în funcție de temperamentul individului, de structura sa afectivă, se poate ajunge la un comportament violent, individul ne mai ținând seama de normele și valorile fixate de societate. Frustrarea afectivă este una din cauzele cele mai frecvente ale problemelor de comportament. În urma efectuării unui studiu longitudinal asupra evoluției copiilor cu dificultăți de comportament s-a descoperit prezența acestui factor în etiologia fenomenului într-o proporție de 82 % din cazuri. Dobândirea toleranței la frustrare depinde de nivelul de autocontrol, de temperament dar și de norma de internalitate.

Factorii individuali ce țin de personalitatea victimei fac referire la tipurile de interacțiuni cu ceilalți; persoanele care pot devenii ușor ținta hărțuirii și agresiunii sunt persoane retrase, izolate social, anxioase, cu slabe abilități de comunicare, nu au deprinderi sociale bine dezvoltate, sunt submisive. În același timp persoanele dispuse spre a fi ținta agresorilor trăiesc sentimente de inferioritate în relație cu ceilalți, stimă de sine scăzută, imagine de sine negativă, lipsa sau slabe metode de coping și incapacitatea de-a face față propriilor probleme. De asemenea sunt emotivi și se auto culpabilizează pentru ceea ce li se întâmplă.

Societatea, în ansamblul ei, dar în mod diferențiat, percepe cu neliniște creșterea acestui fenomen, incluzându-l în problematica complexă a violenței juvenile, considerându-l un factor care fragilizează sau împiedică o societate care se dorește democratică. Nu este un



fenomen nou, dar, în trecut, ea s-a manifestat mai degrabă în spațiul relativ autonom al școlii; actualmente, lumea școlii a dobândit permeabilitate crescută, ca și transparență instituțională, asimilând tensiunile și dificultățile cu care se confruntă societățile contemporane. În contextul european se acceptă și se promovează ideea că școala trebuie să fie un spațiu privilegiat, al securității, liber de conflicte și de manifestări ale violenței societale.

Violența școlară poate fi considerată drept o parte a delincvenței juvenile, ea urmând și contribuind la acesta.

**Bibliografie:**

1. Păun, E., *Școala- abordare psihopedagogică*, Ed. Polirom, Iași, 1999
2. Petcu, M., *Delincvența – repere psiho-sociale*, Ed. Dacia, Cluj-Napoca, 1992
3. Rădulescu, S., *Sociologia devianței*, Ed. Victor, București, 1998
4. Roșan, A., *Violența juvenilă școlară. Teorie, prevenție și intervenție integrativă*, Ed. Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca, 2006
5. Sălăvăstru, D., *Psihologia educației*, Ed. Polirom, Iași, 2004

## Bullying și tipare

**prof. înv. primar - Tiniuc Alina Gabriela**  
**Școala Gimnazială nr. 4 Vatra Dornei, jud. Suceava**

Ce este bullyingul?

Bullyingul este o formă de abuz cu o dublă adresabilitate- fizică și verbală, care se manifestă intenționat asupra unei persoane sau unui grup de persoane, lezându-le emoțional sau fizic.

Bullyingul acționează în diverse grupuri sociale , vizând indivizi ori colectivități, subestimând până a le desființa personalitatea și posibilitatea de apărare(v. Bjorkqvist, 1982) .Altfel zis, se evidențiază un dezechilibru de putere între agresor și victimă (v. Olwensetal, 1999) . Sau după Rigby (2002), bullyingul este o formă de contradicții care implică frustrări, dezechilibre, acțiuni repetitive, utilizarea diverselor strategii de intimidare, umilire și neajutorare a victimei.

Bullyingul, cunoscut sub aceste aspecte, a fost definit astfel în Legea Educației Naționale 1/2011, cu modificările din 18 noiembrie 2019: *Violența psihologică (bullying) este acțiunea sau seria de acțiuni fizice, verbale, relaționale și/sau cibernetice, într-un context social dificil de evitat, savârșite cu intenție, care implică un dezechilibru de putere, au drept consecință atingerea demnității ori crearea unei atmosfere de intimidare , ostile, degradante, umilitoare sau ofensatoare, îndreptate împotriva unei persoane sau grup de persoane și vizează aspecte de discriminare și excludere socială, care pot fi legate de apartenența la o anumită rasă, naționalitate, etnie, religie, categorie socială sau la o categorie defavorizată ori de convingerile , sexul sau orientarea sexuală, caracteristicile personale, acțiune sau serie de acțiuni, comportamente ce se desfășoară în unitățile de învățământ și în toate spațiile destinate educației și formării profesionale.*

Bullyingul presupune două tipologii: agresorul și victima iar colateral, martorii și salvatorii. Ca să înțelegem acest fenomen trebuie să cunoaștem formele de comportament de tip bullying. Conform psihologului Olweus (2001) s-au identificat trei forme comportamentale:

- fizice- lovire, împingere, pocnire;
- verbale- amenințări, tachinări, șantaj, poreclire, răspândirea zvonurilor și a minciunilor, injurii;
- emoțional- psihologice- manipulare, ridiculizare;

Având în vedere necesitatea imperioasă a acțiunilor de prevenție în mediul școlar, se impune studierea tiparelor afectiv- comportamentale ale agresorilor și victimelor, nivelurile cognitive și comportamentale. Forța , dominarea, autoritarismul, individualismul , disprețul, plăcerea despotică, sadismul ilustrează tipul agresiv, iar sensibilitatea, stima de sine scăzută, modestia, izolarea, singurătatea, introvertirea, acceptarea, mediul toxic educațional de acasă, reflectă tipul victimei.

S-a remarcat ,pe bună dreptate , că dezechilibrele emoționale dezvoltate în timp pot determina devieri imprevizibile până la schimbarea rolurilor: victima poate deveni agresor și agresorul – victimă.

Subliniem câteva consecințe ale bullying-ului având în vedere cele două tipologii.

- In cazul copiilor agresori:

- pot angaja comportamente violente până la maturitate;
- dezvoltare de adicții în adolescență și maturitate;
- vandalizarea și abandonarea școlii;
- risc crescut de a dezvolta comportamente antisociale;
- In cazul copiilor - victime:
  - perceperea școlii ca mediu nesigur;
  - motivație scăzută pentru învățare;
  - sentimente de neajutorare;
  - scăderea stimei de sine;
  - frică și anxietate;
  - schimbări în obiceiurile alimentare;
  - fuga de acasă, auto- mutilare;
  - violență ulterioară în școală;
  - evitarea situațiilor sociale;
  - abilități reduse de management al stresului;
  - autonomie scăzută;
  - tulburări ale somnului;
  - tulburări digestive;
  - dureri frecvente de cap sau de stomac înainte de a merge la școală;

Pentru înțelegerea celor subliniate se impune mai întâi cunoașterea de către părinți și educatori a unor semnificative comportamente specifice celor două tipuri. Astfel, în cazul copilului potențial agresor se observă lipsa răbdării, lipsa atenției, comportament agresiv, lipsa concentrării, plictiseala, nemulțumirea cronică, dominante psihice, dorința de a fi mereu validat.

În cadrul profilului copilului – potențială victimă, s-au identificat o serie de pattern-uri – abilități reduse de adaptare socială și emoțională, sociabilitate dificilă, anxietate, popularitate scăzută, singurătate, nesiguranță.

De ce este necesar să recunoștem tiparele comportamentale și afective ale fenomenului de bullying în mediul școlar? Pentru a putea acționa cu fermitate în cazuri problematice și pentru a implementa strategii adecvate în prevenirea comportamentelor primejdioase pentru individ, societate și școală.

### **Bibliografie:**

- Alina-Crenguța Dumitru, Daniel Pagu, Constantin Petrea, Gabriela Chiroiu, *Bullying? Recunoștere și fă o schimbare*, București, 2020;
- *Studiu de cercetare și analiză a fenomenului violenței*, în cadrul proiectului Erasmus *Equilibrium by non violence*;

## Bullyng-ul ne privește pe toți

**Prof. Todirișcă Raluca Ana**  
**Liceul Tehnologic ” Someș” Dej, jud. Cluj**

Termenul „bullying” s-ar traduce prin „intimidare”, dar nu se rezumă doar la asta, pornește de la simpla necăjire, etichetare, batjocură, răspândire de zvonuri până la violență fizică. Comportamentul de bullying se face simțit mai ales atunci când există diferențe de ordin economic, rasial, cultural, de vârstă etc., iar copiii îl învață de la adulți, copiii mai mari, televizor.

Bullying-ul reprezintă un act de violență, fizică, verbală și psihică. Comportamentele de bullying reprezintă o încercare de a obține ceva prin metode coercitive, prin intimidare, fiind asociată cu așteptări de succes ale comportamentului agresiv. 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).

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.

Cazurile de bullying implică cel puțin un agresor și o victimă, iar, în unele cazuri, există și martori. 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. 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: supraponderali sau subponderali, au abilități sociale scăzute, au puțini prieteni sau nu au prieteni, sunt săraci sau bogați, au religie sau rasă diferită, sunt scunzi sau prea înalți, au slabe abilități sportive, sunt inteligenți, talentați, au dizabilități fizice, sunt persoane noi din grup, au părinți divorțați sau sunt pur și simplu „diferiți” de ceilalți.

Există mai multe tipuri care pot să apară împreună sau izolat: verbal (jigniri, insulte, amenințări, porecle sau denigrare), fizic (bătăi, tras de păr, îmbrânciri, loviri), emoțional (răspândirea de zvonuri, excluderea victimei din grupuri de socializare, încurajarea altor persoane să nu vorbească cu victima) sau cyberbullying (comentarii negative online, mesaje de denigrare, trimiterea de mesaje abuzive)

În cele mai multe cazuri, efectele bullyingului sunt la nivel emoțional. Ele pot să includă: stimă de sine redusă, anxietate, depresie, randament școlar redus, ideeație suicidară, tulburări de alimentație, rușine. Victima se simte neputincioasă și singură. Aceste consecințe pot fi pe termen scurt, mediu și lung, depinzând de durata bullying-ului, suportul familial/școlar și de reziliența individuală. Sunt multiple studii de cercetare care arată că persoanele care au fost victimele

bullying-ul sunt mai predispuse în viața adultă la probleme psihiatrice, precum tulburare depresivă sau anxietate.

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 agrează 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. 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.

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

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.

Un copil agresat trebuie

- 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).

Copilul care este agresat este important să evite: să se înfurie/să plângă; să se comporte agresiv (să lovească, să injure 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: să acționeze imediat, să-i ofere credit copilul agresat, să ia măsuri pentru a diminua puterea celui care agrează.

Este important și ca părinții să conștientizeze faptul că fenomenul de bullying este unul ce ține de dinamica grupului, de interacțiunile din interiorul grupului. Mai mult decât atât, nu ar trebui părinții să aștepte ca bullyingul să se întâmple (sau doar să bănuie că se întâmplă), ci să adreseze întrebări despre ceea ce se petrece la școală ca parte a discuțiilor obișnuite pe care le au cu copii. Întrucât școala nu este importantă doar pentru că asigură succesul academic al copilului, ci și pentru echilibrul lui emoțional, fără de care succesul academic nu este posibil.

Rolul nostru, al adulților, indiferent că suntem cadre didactice sau părinți, este să îi ajuta pe cei mici să înțeleagă că bullyingul este un fenomen răspândit și că nu este normal să fie făcuți să se simtă inferiori, lipsiți de merite sau de calitate, și nici ei la rândul lor nu au dreptul de a îi face pe alți copii să se simtă astfel.

**Bibliografie:**

1. Juvonen, J. & Graham, S. (Eds.) (2001). *Peer harassment in school*. New York: Guilford Publications.2.
2. Olweus, D. (2001). *Olweus' core program againstbullyingand antisocial behavior: A teacherhandbook*. 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.
- 4.Wikipedia.

## CUPRINS :

1.	Elena Adriana Balaj.....	3
2.	Alina Bădescu.....	5
3.	Dina Berende.....	7
4.	Dragoș Bibire.....	10
5.	Carmen Bora.....	15
6.	Valeria Bora.....	18
7.	Flavia Borodi, Alina Sînă.....	20
8.	Corina Borșan, Rara Boldor.....	22
9.	Vasile Silvestru Cernea.....	24
10.	Anca Ioana Chira.....	27
11.	Elena Copos.....	30
12.	Ana Covaciu.....	32
13.	Raluca Gabriela Dosoftei.....	35
14.	Maria Gabriela Engheș.....	38
15.	Geanina Corina Adriana Gavriș.....	41
16.	Aurica Domnica Georgiu.....	44
17.	Marinela Iancu.....	49
18.	Liana Măluțan.....	51
19.	Teodora Mandrea.....	55
20.	Roxana Gilda Mican, Rodica Irina Sălătioan.....	57
21.	Alina Gina Mîrtîcu.....	59
22.	Horațiu Moldovan.....	63
23.	Jica Mariana Moldovan.....	66
24.	Elena Moncea.....	69
25.	Liliana Delia Mureșan.....	73
26.	Alina Nodiș.....	75
27.	Raisa Oros.....	77
28.	Daniela Petrescu, Daria Martonoș.....	79
29.	Maria Petrican.....	81
30.	Elena Crina Pop .....	84
31.	Viorica Pop.....	86
32.	Rodica Eleonora Pop .....	90
33.	Camelia Radu.....	93
34.	Ana Maria Stanciu.....	95
35.	Delia Ionela Streche.....	98
36.	Carmen Ancuța Szabo.....	102
37.	Alina Gabriela Tiniuc.....	105
38.	Raluca Ana Todirișcă.....	107

**ISBN 978-630-6549-35-1**  
**EDITURA MERITOCRAT CLUJ-NAPOCA**  
**meritocratj@gmail.com**

