STRATEGII PENTRU O CLASĂ FĂRĂ BULLYING

MANUAL

PENTRU PROFESORI ȘI PERSONALUL ȘCOLAR

Însoțește broșura **ASCULTĂ!**

Această publicație a fost realizată în cadrul Proiectului

"INTRODUCING PARTICIPATORY AND CHILD-CENTERED APPROACH FOR EARLY IDENTIFICATION AND PREVENTION OF BULLYING IN SCHOOL SETTING IN 7 EU COUNTRIES"
JUST/2013/DAP/AG/5372

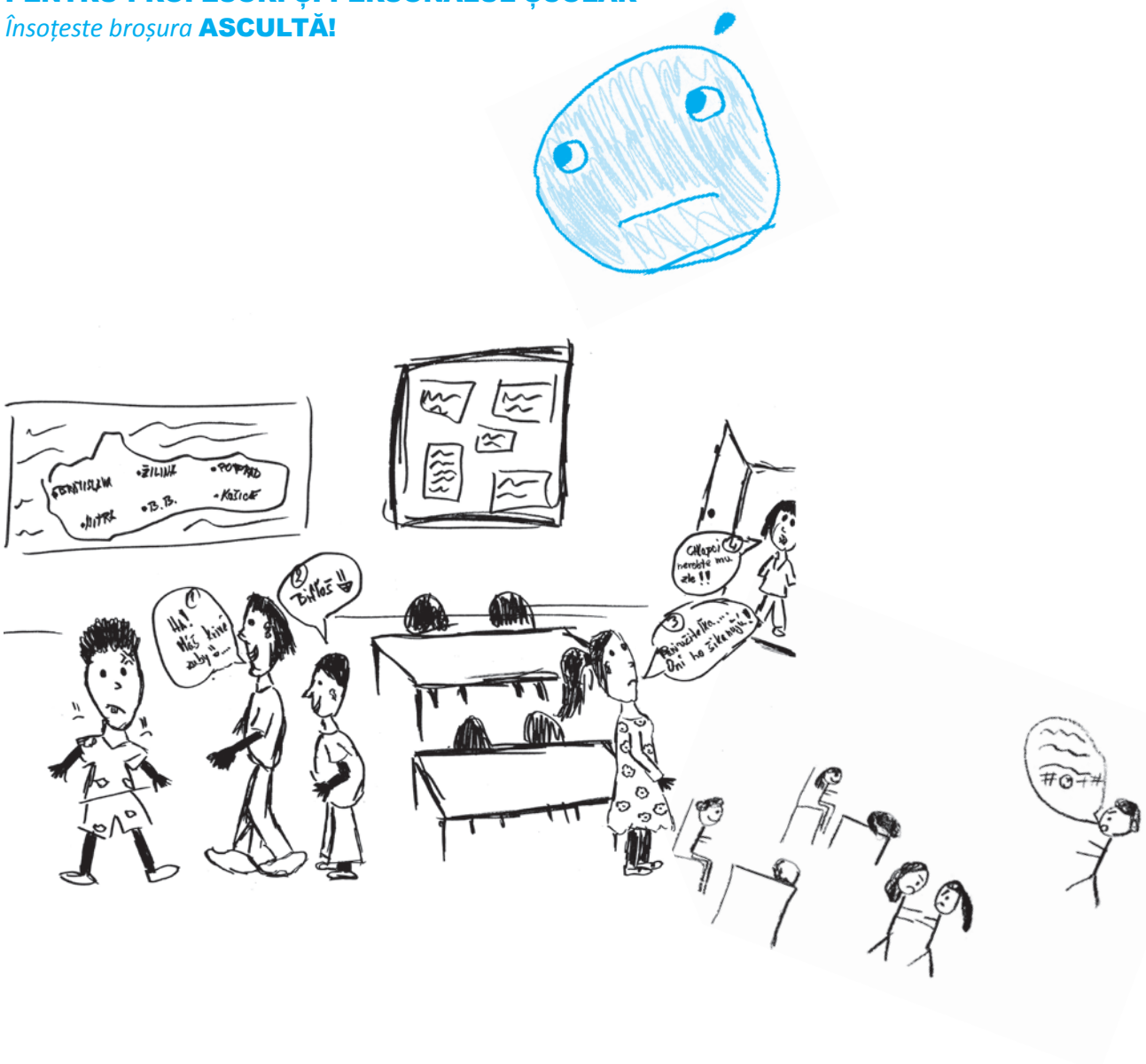
Cu suportul financiar al Comisiei Europene – Programul DAPHNE III.
Conținutul acestei publicații reprezintă responsabilitatea exclusivă a Animus Association și a partenerilor din proiect și nu reflectă poziția oficială a Comisiei Europene.

STRATEGII PENTRU O CLASĂ FĂRĂ BULLYING

MANUAL

PENTRU PROFESORI ȘI PERSONALUL ȘCOLAR

Însoțește broșura **ASCULTĂ!**



STRATEGII PENTRU O CLASĂ FĂRĂ BULLYING

MANUAL
PENTRU PROFESORI ȘI PERSONALUL ȘCOLAR
Însoțește broșura **ASCULTĂ!**

AUTORI:
Tzvetina Arsova Netzelmann, Elfriede Steffan, Marina Angelova

CONTRIBUȚII *(în ordine alfabetică)*:
Tracy Bell, Joyce Dreezens-Fuhrke, PhD, Iordan Iossifov, Petra Last, Kristina Nenova, Dena Popova, Miriama Somorovská, Diana Stanculeanu

EDITARE:
Tracy Bell, Tzvetina Arsova Netzelmann

GRAFICĂ:
Svoboda Tzekova/ format.bg

MULȚUMIRI:
Mulțumirile noastre sincere tuturor profesorilor și personalului școlar care au participat la proiectul nostru, au testat programele de instruire și și-au împărtășit experiența cu noi, contribuind astfel la un mediu școlar mai bun și mai sigur pentru copiii noștri.

© 2016 SALVATI COPII

Acest material este licențiat conform reglementărilor Atribuire-Necomercial-FărăDerivate 4.0 Internațional. Detalii suplimentare cu privire la licențele CC BY-NC-ND 4.0 sunt disponibile la https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

CUPRINS

INTRODUCERE **5**

PARTEA 1. **RAȚIONAMENTUL ȘI OBIECTIVELE MANUALULUI** **7**

PARTEA 2. **BULLYING – STABILIREA CONTEXTULUI** **9**
Ce am învățat despre bullying de la elevi și profesori? **9**
Ce este bullying-ul? **10**
Cine este implicat în bullying? **11**
Originea comportamentului de tip bullying **12**
Care sunt consecințele bullying-ului? **14**
Mituri comune despre bullying **14**
Un răspuns efectiv la bullying în școală? **15**
Care este situația bullying-ului în școală în România? **16**

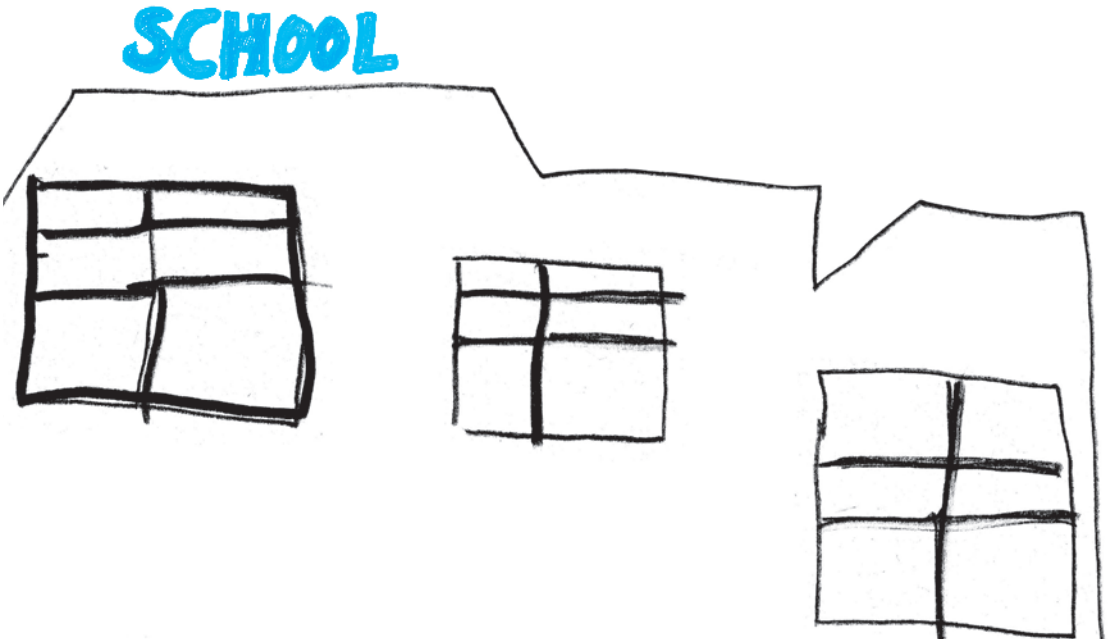
PARTEA 3. **METODOLOGIE** **20**

PARTEA 4. **INSTRUMENTE PENTRU PREVENIREA BULLYING-ULUI ÎN CLASĂ** **21**
Activități la clasă **25**

PARTEA 5. **INSTRUMENTE PENTRU IDENTIFICAREA TIMPURIE ȘI INTERVENȚIA ADECVATĂ ÎN CAZURI DE BULLYING**. **48**
Semnale de avertizare și indicatori ai bullying-ului **48**
Cum ne putem da seama că un elev este afectat de bullying? **48**
Cum putem să facem față bullying-ului într-o manieră eficientă? **49**
Recomandări practice pentru intervenția în situații de bullying în școală **49**

PARTEA 6. **RESURSE SUPLIMENTARE** **52**
Salvați Copiii Romania **52**

BIBLIOGRAFIE **54**


SCHOOL

INTRODUCERE

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, sigurnață 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.

Acest manual este rezultatul final al proiectului și combină expertiza, anii de experiență internațională și lucrurile descoperite din colaborarea cu profesorii din diferite țări. El prezintă informații generale cu privire la cauzele pentru care bullying-ul are loc în școli și oferă unelte practice pentru prevenire și intervenție. Sunt incluse exerciții și ativități interactive, testate în cadrul atelierelor noastre de prevenire a bullying-ului și al sesiunilor noastre de formare. Ele aruncă o privire atentă la natura bullying-ului și încurajează copiii să caute soluții efective cu privire la violența în școală. Sperăm că le veți găsi valoroase și utile experienței voastre și practicii cotidiene.

Cu toate că a fost dezvoltat cu 'școala și clasa în minte', acest manual poate fi utilizat foarte bine și în alte cadre, inclusiv în grupuri de tineri, programe religioase, în mediile dinainte sau după școală, grupuri de consiliere, tabere sau în orice alte medii în care se lucrează cu copii sau cu tineri. Acest manual vă poate ajuta în munca voastră dacă sunteți diriginte, cadru didactic, consilier școlar, asistent care lucrează cu tinerii, lider de programe comunitare, consilier în tabere sau părinte.

Sperăm ca acest manual să nască multe idei, să vă inspire și să vă ofere niște direcții generale practice pentru prevenirea bullying-ului în școală.

Urăm succes fiecărui profesionist care s-a angajat să lucreze pentru un mediu școlar mai bun și mai sigur pentru copiii noștri!

2+2
1+3

PARTEA 1. RAȚIONAMENTUL ȘI OBIECTIVELE MANUALULUI

Acest manual dorește să ofere un sprijin practic profesorilor și profesioniștilor din educație în gestionarea efectivă a bullying-ului în școală. În acest scop, vă va prezenta o abordare de intervenție, care este în prezent implementată de cele șapte țări europene din proiect, pe baza implicării active a copiilor ca agenți ai prevenirii, identificării și abordării bullying-ului în școală.

Școala este o insituție a societății care ne crește, educă și formează copiii pe o perioadă lungă a vieții lor. În timp, școlile, ca instituții obligatorii, se dezvoltă constant, se transformă și se modifică rapid, lucru care este perceput și judecat diferit de elevi, profesori și părinți. În prezent, școlile sunt considerate atât „un spațiu educațional și pentru dezvoltare personală, transfer și conservare de cunoștințe" cât și o „instituție educațională, un mediu protejat, un spațiu de viață, un tărâm al experienței, o autoritate de socializare, un instrument de selectare și o instituție de reproducere a societății" (Blömeke S & Herzig B, 2009).

Ca o construcție pe mai multe straturi, școala impune cerințe foarte diverse dar, în orice caz, foarte ridicate către principalii săi trei piloni de susținere – elevii, profesorii/educatorii și părinții.

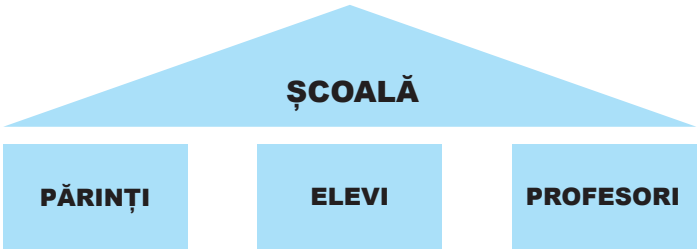


Figura 1: Școala drept construcție

Când devin elevi, copiii se confruntă cu sarcina de a-și găsi locul în noua lume a instituției școlare extinse, cu toate structurile și regulile sale. Ei trebuie să învețe și cum să construiască relații și să-și formeze un simț al apartanenței la spațiul său intern și la conviețuirea în comunitate împreună cu grupuri și indivizi diverși. Copiii trebuie să învețe „cum să se adapteze unul la altul, să accepte și să respecte regulile, să dea naștere și să pună în aplicare propriile idei într-un mod corespunzător, să fie capabili să gestioneze dezamăgirile și constrângerile" (BZgA, 2002)

În calitate de instituție educațională, școala stabilește o gamă de cerințe specifice: performanțele școlare ale elevilor sunt în mod sistematic inspectate, examinate și comparate cu ale celorlalți. Deloc surprinzător, așteptările și presiunea percepută în ceea ce privește realizările, precum și stresul legat de acestea (Ebner, 2014) pe de-o parte și un climat școlar negativ în general (Olweus, 2010), de cealaltă parte, sunt factori importanți care facilitează bullying-ul în școală. În funcție de resursele personalității lor, de mediul de proveniență cultural și social și de circumstanțele vieții, elevii sunt echipați în mod diferit să facă față provocărilor personale și sociale din partea școlii. Totuși, este vital să învețe să facă față cerințelor și provocărilor, pentru că este o competență cheie și o condiție obligatorie pentru o viață împlinită ca adult.

Pentru a realiza aceasta, elevii au nevoie de ajutor din parea părinților, profesorilor și grupului lor de semeni. Condițiile importante pentru succes în acest proces sunt un climat de deschidere, reguli clare, acceptare și conștientizare în cadrul mediului școlar.

Odată cu debutul vieii școlare a copiilor ***părinții*** să confruntă și ei cu provocări complet noi. În timp ce încă este cea mai semnificativă resursă socială, educațională și fizică pentru copiii lor, ei trebuie să-și pună un fel de 'cămașă de forță', pentru că școala va determina viața de zi cu zi a copiilor lor, și astfel a familiei lor, pe o perioadă lungă de timp.

Dacă părinții vor fi capabili să-și sprijine emoțional copiii, dacă vor reuși să aprecieze perspectiva copilului, aceasta depinde de o serie de factori și experiențe timpurii. Experiențele lor personale, resursele de timp disponibile și, posibil, o presiune internalizată de a performa, transferată asupra copiilor, pot afecta sprijinul oferit de unii părinți. Un climat deschis, reguli clare, acceptare și conștientizare în mediul școlar sunt importante pentru părinți și pentru copii, pentru a putea să acționeze spre binele copiilor și să-i sprijine atunci când e nevoie.

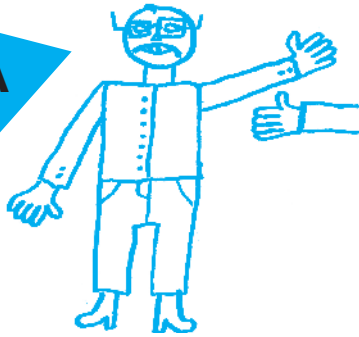
Dar profesorii? Pe de-o parte, sarcina lor este de a implementa programa școlară și planurile de lecție, dar și să facă față cerințelor sociale ale școlii într-o manieră care să ofere "înțelegere, promovare și corectitudine" (BZgA, 2002). Cum este posibil să îndeplinești cu succes aceste așteptări diverse? Poate știți deja: Profesorii și personalul școlar trebuie să promoveze un climat școlar deschis, pozitiv și de susținere cu reguli clare, acceptare și conștientizare.

Școala este un spațiu pentru învățare și relații sociale, la un loc. Poate opera cu succes doar ca o operă completă: ***„Școala ar trebui să fie un mediu educațional sigur și pozitiv"*** (Olweus et al., 2010). Orice tulburare a dezechilibrului dintre aceste sarcini cheie poate împiedica succesul fiecărui elev și poate afecta construirea de relații sociale, de încredere și comuniune pentru toți.

CUM POT FI ȘCOLILE SUSȚINUTE SĂ STĂPÂNEASCĂ ACEASTA ÎNDATORIRE PLINĂ DE PROVOCĂRI?

Manualul contribuie la acest proces prin faptul că se concentrează pe participarea copiilor la prevenirea bullying-ului și crearea unui climat școlar pozitiv. Obiectivul nostru este să prezentăm felul în care implicarea sistematică și orientată pe copil și responsabilizarea elevilor pot ajuta la evidențierea părerilor lor cu privire la bullying-ul în școală și cum pașii făcuți împreună de profesori, părinți și elevi se pot dovedi eficienți împotriva bullying-ului.

PARTEA 2. BULLYING – STABILIREA CONTEXTULUI



CE AM ÎNVĂȚAT DESPRE BULLYING DE LA ELEVI ȘI PROFESORI?

O perspectivă obișnuită și o valoare împărtășită în parteneriatul proiectului nostru este aceea că îmbrățișăm și păstrăm perspectiva copiilor cu privire la bullying în centrul abordării și activităților noastre! I-am ascultat și am aflat multe lucruri de la cei 514 elevi cu care am lucrat în cele șapte țări. Contextele școlare diferă mult de la o țară la alta. Cu toate acestea, toți copii au arătat o perspectivă similară asupra lumii, indiferent de locul în care trăiesc, cresc și studiază. În atelierele de lucru participatorii, de responsabilizare, reflectând abordarea concentrată pe copil, i-am lăsat pe copii să vină activ cu idei, să-și imagineze, să reflecteze, să viseze, să-și exprime părerile și perspectiva cu privire la bullying-ul în școală: "Ascultați-mă! Am multe să vă spun!". Acesta este modul în care noi, ca adulți, putem auzi nevoile și preocupările lor. Am dedicat un material special, ***„Ascultați! Ce ne spun copiii despre bullying și siguranța în școală"***, rezultatului acestei munci.

Peste 100 de școlari și adolescenți au participat la interviuri special create și discuții de tip focus grup, exprimându-și părerile despre bullying. Copiii au definit și descris bullying-ul într-o varietate de moduri (Iossifov, 2016). Indiferent de diferențe, ei au împărtășit povestiri similare despre modul în care înțeleg bullying-ul și problemele cu care se confruntă la școală.

> *„... Și bullying poate fi și atunci când prietenii tăi se întorc împotriva ta și nu mai vrei să te duci la școală."* (copil, 9, Marea Britanie) (ibid.)

Implicarea copiilor în discuții cu privire la modul în care ei definesc, experimentează și abordează bullying-ul în școală a avut și o altă parte foarte importantă. Le-a garantat dreptul de a participa la politicile și practicile care îi privesc în mod direct, vorbind despre probleme și nevoile lor.

Ținând cont de aceste lucruri, am reținut două lecții principale din studiul nostru calitativ ca fir pe parcursul acestui manual: implicați întotdeauna copiii și luați în serios întotdeauna ce spun ei (Iossifov, 2016).

La fel ca și în cazul ascultării copiilor, credem că a fost important să-i ascultăm și pe profesori. În 20 de seminarii de consolidare a capacității cu peste 400 de profesori în cinci din țările partenere ale proiectului[1] am aflat multe lucruri despre preocupările, problemele și provocările lor cu privire la bullying. Profesorii care au participat au apreciat șansa de a se aduna, de a vorbi unii cu alții și de a discuta valorile și țelurile comune, de a-și împărtăși experiențele și de a avea o mai bună înțelegere a modului de abordare a bullying-ului în școală. În plus, ei au declarat cât de valoros a fost să audă ce gândesc și simt elevii și, la fe de important, că studenții au putut vedea și simți că sunt ascultați de profesorii lor. Seminariile le-au permis profesorilor să se uite la așteptările și nevoile multiple pentru sprijinire și cooperare în abordarea bullying-ului.

[1] Cursurile de formare pentru profesori au avut loc în Bulgaria, Germania, România, Slovacia și Suedia.

PROFESORII AU DORIT:

- Să împărtășească o înțelegere comună a bullying-ului cu colegii lor, pentru că unii iau cu ușurință magnitudinea sa ca problemă în școli;
- Să primească sprijin de la conducerea școlii atunci când inițiază și desfășoară măsuri de prevenire a bullying-ului;
- Să aibă suficient timp pentru a împărtăși experiența practică și pentru a primi consiliere de la colegii lor cu privire la cazurile de bullying, să discute și să reflecteze asupra proceselor și relațiilor din școala lor;
- Să aibă un spațiu special protejat unde să-și poată împărtăși preocupările, experiențele și strategiile de gestionare în cazurile de agresiune tip bullying față de profesori, care s-au dovedit a se întâlni mai des decât se așteptase;
- Să primească consiliere și suport continuu de la consilierii școlari (unde sunt disponibili) și/sau de la experții externi în munca de prevenție, în construirea abilităților emoționale și sociale ale elevilor;
- Să aibă suficiente resurse (timp) pentru activități de prevenție.
- Să aibă abilități pentru intervenții de urgență și informații cu privire la rețelele profesioniste de suport disponibile pentru intervenții specializate în cazurile de bullying;
- Să experimenteze un statut social mai bun, o mai mare recunoaștere a muncii lor și respectarea rolului lor responsabil, aceasta fiind o preocupare sensibilă pentru profesorii din țările Europei de est și sud-est.

Profesorii participanți ne-au acordat încrederea lor și au apreciat abordarea noastră care le-a recunoscut nivelul de conștientizare și atenția acordată problemei bullying-ului, acesta fiind o problemă continuă, și punând în lumină un aspect adesea subapreciat – perspectiva copiilor.

CE ESTE BULLYING-UL?

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

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

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

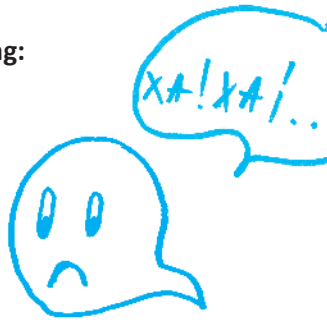
Bullying-ul este una dintre cele mai complexe forme de comportament agresiv și violență. Cu toate acestea, nu fiecare act de violență este o acțiune de bullying. Conform studiului Organizației Mondiale a Sănătății privind comportamentul sănătos la copiii de vârstă școlară, bullying apare atunci când un elev este:

> *„tachinat în mod repetat într-un mod care nu îi place... Dar nu este bullying atunci când doi elevi de putere sau autoritate similară se ceartă sau se bat. Nu este bullying nici atunci când un elev este tachinat într-un mod prietenos și glumeț".* (Craig et al., 2009)

Cea mai caracteristică trăsătură a bullying-ului este relația de putere asimetrică și dezechilibrată dintre cei care agresează și cei care sunt agresați. În plus, nu este ocazional sau un eveniment singular, ci un tipar comportamental care se repetă în timp împotriva aceleași persoane cu o diferență evidentă de putere. Prin diverse acte de bullying, elevul mai puternic țintește în mod sistematic, intenționat și crud să rănească, să sperie sau să intimideze persoana mai slabă.

După cum am menționat mai sus, nu este o simplă tachinare. Contrar miturilor larg răspândite despre autoapărarea victimei, victima nu se poate apăra prin propriile eforturi. Bullying-ul nu se oprește de la sine fără intervenție din exterior (Gugel, 2014).

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



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

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.

BULLYING-UL IMPLICĂ:

> *„O dorință de a răni + acțiune dureroasă + dezechilibru de putere + (tipic) repetiție + utilizarea nedreaptă a puterii + plăcere evidentă din partea agresorului + sentiment de opresiune din partea victimei.”* (Rigby, 2002)

Avansând repede în ultima decadă, comunicarea digitală a devenit un mijloc vital de exprimare pentru tineri și copii, o platformă pentru întâlniri virtuale și relații sociale între ‘nativii digitali’. Cu toate acestea, spațiile de comunicare online poartă riscuri multiple pentru bullying.

Bullying-ul cibernetic denotă utilizarea mediilor electronice (Internet, telefoane inteligente, email-uri, Facebook și rețele sociale, programe de mesaje text/chat, ex. WhatsApp, platforme foto și video și pagini de internet) pentru a răni o altă persoană. Acestea pot include mesaje de intimidare, insulte, hărțuire sexuală sau ridiculizare și ocară. În contrast cu bullying-ul tradițional, o trăsătură comună a acestora este anonimatul frecvent al agresorilor cibernetici.

Cyber grooming este un alt fenomen al erei digitale cu o întindere și consecințe îngrijorătoare - folosirea Internetului pentru inițierea de contacte (virtuale), hărțuire sexuală și posibil abuzul sexual al copiilor și al tinerilor (Unabhängiger Beauftragter für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs, 2015).

Câteva alte fenomene cum ar fi ***sexismul cibernetic, misoginismul cibernetic și mesajele erotice (sexting)*** (Consiliul Europei, 2013) au multe lucruri în comun – toate se bazează pe stereotipuri de gen adânc înrădăcinate. Concentrate în general pe perspectiva că în contextele sociale și culturale particulare, ideile despre ce sunt sau ce ar trebui să fie femeile (fetele) și bărbații (băieții), stereotipurile pot fi, în același timp, prescriptive în mod rigid.

Ele devin problematice atunci când sunt utilizate ca un vehicul pentru a discrimina alți oameni pe baza sexului lor (ibid.). În acest mod, stereotipia legată de sexe, fiind larg răspândită în sistemele educaționale, contribuie la o creștere a dezechilibrului de putere dintre fete și băieți, oferind pretext și justificare pentru bullying-ul în școală. Atunci când nu sunt puse la îndoială, descrierile rigide ale rolurilor sexelor și stereotipurile negative pot declanșa ***un bullying pe bază de sex*** și inegalitate.

CINE ESTE IMPLICAT ÎN BULLYING?

Situația de bullying rareori implică doar două părți care interacționează, tradițional definite ca agresor și victimă. De obicei este o situație de grup, implicând mai mult de doi participanți în diferite roluri, lucru care reflectă dinamica de la bază a statutului și relațiile de putere din grup. În anumite definiri de rol, tiparul bullying este prezentat ca un triunghi sau chiar un dreptunghi, implicând agresorul, asistenții agresorului (numiți și adepți), victima, martorii pasivi și posibilii apărători, care sprijină activ victima, luând o poziție clară și opunându-se agresorului (BPB, 2016).

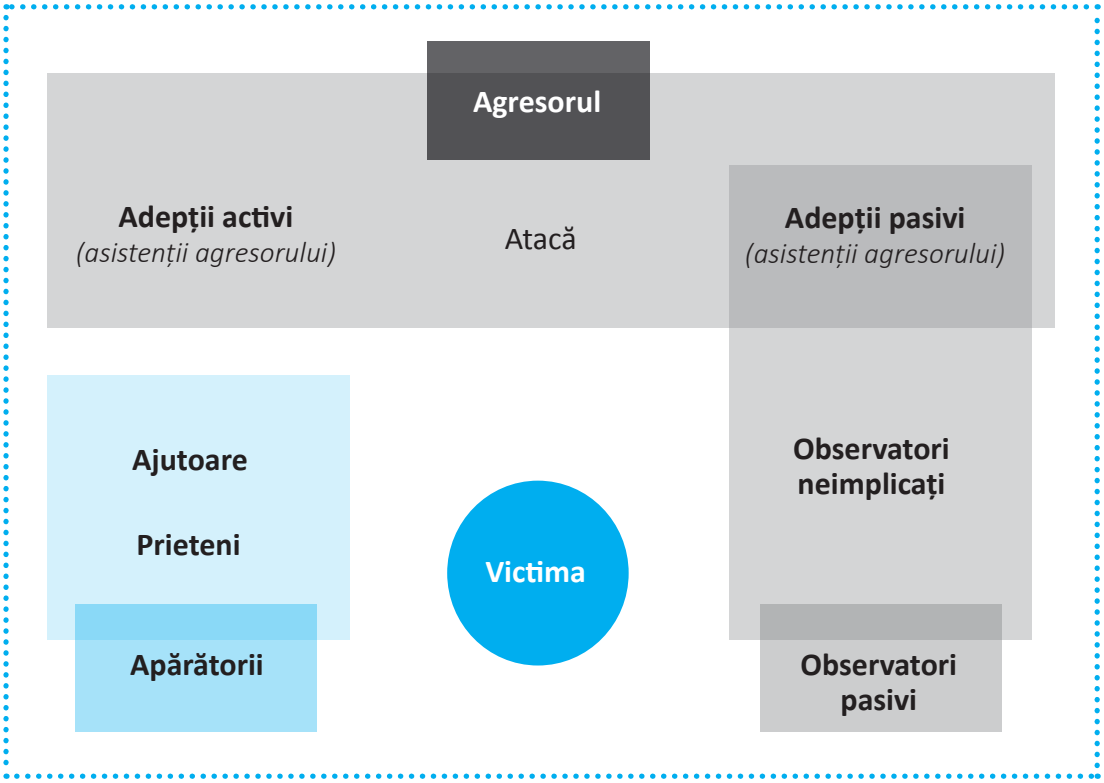


Figura 2: Rolurile de grup într-o situație de bullying (BPB, 2016)

Conform lui Olweus și altor oameni de știință, într-un ***„cerc de bullying"*** tipic sunt implicați o gamă întreagă de protagoniști (Olweus, 2001). Important de notat este că distribuția rolurilor nu este statică, rolurile se pot schimba în mod dinamic între elevii care interacționează.

ORIGINEA COMPORTAMENTULUI DE TIP BULLYING

Oricine poate fi agresat; nu există o corelare directă între aspectul fizic, caracteristicile personalității și riscul de expunere la bullying. Victimele ar trebui să nu aibă niciun fel de răspundere sau vină pentru situația în care sunt implicați și nu pot fi găsiți vinovați pentru aceasta. Cum putem recunoaște că un copil este agresat sau este implicat în bullying ca agresor? O listă specială cu indicatori și simptome (Partea 5) vă poate ajuta să identificați acest lucru.

Bullying-ul este, în primul rând, un tipar de comunicare și interacțiune socială, care le costă foarte mult pe ambele părți. Copiii care agresează alți copii sunt de obicei nesiguri, se tem și au în istoric traume interne, care nu sunt gestionate adecvat în familiile lor (LISTEN!, 2016). Mediul emoțional de acasă este menționat de mulți autori ca un factor important în a deveni agresor sau victimă. Astfel, lipsa căldurii dintre părinți sau dintre părinți și copii, utilizarea oricărui tip de violență (dar în special fizică) și abuz în familie, combinat cu lipsa unor reguli clare și fiabile de îndrumare a copilului, pot cataliza adoptarea comportamentului de tip bullying. La rândul său, Olweus (1993) a afirmat că părinții foarte protectori pot crește riscul de expunere la bullying pentru copiii lor, care devin victime ale bullying-ului mai des decât semenii lor. În profilurile victimelor ale sale, Olweus a evidențiat anumite caracteristici intrapersonale și interpersonale asociate cu probabilitatea crescută de a suferi din cauza bullying-ului, spre exemplu: timiditatea, nesiguranța, pasivitatea, o stimă de sine scăzută, lipsa prietenilor (Pregrad, 2015). În general, a fi diferit de majoritate semenilor, pe motiv de etnie, credință, identitate sexuală, orientare sexuală, poate duce la un risc sporit de victimizare. De asemenea, copiii cu nevoi educaționale speciale, cu dizabilități fizice sau dificultăți de învățare pot prezenta riscul special de a fi agresați.

Cele mai des întâlnite caracteristici ale copiilor înclinați să îi agreseze pe alții (Olweus, 1993, Taglieber, 2008, Pregrad, 2015 etc.) sunt: o nevoie de un statut, de putere mai mare, o dorință puternică de a controla și domina, impulsivitate, lipsa empatiei, căutarea recunoașterii statutului lor de persoane care dau tonul, plăcerea provocată de vederea victimei 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 agresor este un scut care îi ascunde interiorul vulnerabil. Majoritatea agresorilor altor persoane au fost victime ale violenței în copilărie (LISTEN!, 2016).

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

FAZA 1: Conflictele zilnice
FAZA 2: Începutul bullying-ului (faza de explorare)
FAZA 3: Escaladarea (faza de consolidare)
FAZA 4: Excluderea (faza de manifestare)
FAZA 5: Ieșirea (faza finală)

CARE SUNT CONSECINȚELE BULLYING-ULUI?

Mulți cercetători au pus în lumină impactul negativ pe termen scurt și lung al bullying-ului ce afectează atât victimele cât și agresorii. Sanders et al. (2004) a furnizat o recapitulare extinsă a consecințelor multiple ale bullying-ului: respingerea semenilor (Deater- Deckard, 2001), comportament delincvent (Rigby & Cox, 1996), criminalitate (Eronet al., 1987), tulburări psihice (Kumpulainen, Räsänen, & Henttonen, 1999), violență ulterioară în școală (Galinsky & Salmond, 2002). Copiii care acționează ca agresori sunt expuși la riscuri mai mari de comportament antisocial și delincvent ca adolescenți și tineri și la implicarea în infracțiuni penale ca adulți (Olweus, 1992).

Depresia este considerată cea mai comună problemă de sănătate mintală, consecință a bullying-ului (Kaltiala-Heinoet al., 1999). Copiii agresați sunt defavorizați, nefericiți și suferă de probleme legat de stima de sine și încrederea în propria persoană. Ei se simt adesea anxioși, simt rușine și se simt chiar vinovați pentru ce li s-a întâmplat. În școală, ei sunt de obicei intruși fără prieteni, singuri și abandonați (Olweus, 1993). Relațiile lor de prietenie sunt adesea afectate din cauza unei frici sporite de a avea încredere în semenii lor. Consecințele negative afectează nu doar sănătatea lor mintală, ci și rezultatele academice și pot scădea motivația lor de a merge la școală și de a învăța.

MITURI COMUNE DESPRE BULLYING

Concepțiile și convingerile eronate despre violență, bullying și victimizare sunt obișnuite și larg răspândite. Acestea afectează adesea judecata sensibilă și neutră a adulților în situațiile de bullying, împiedicându-i să detecteze la timp semnele bullying-ului și să răspundă în mod corespunzător. O serie de mituri (ex. ***"Bullying-ul nu este grav. Sunt doar copii care se comportă cum se comportă copiii"*,** Highmark Foundation, 2015) minimalizează realitatea bullying-ului în școală. Vă încurajăm, ca profesori și profesioniști din educație, să reflectați în mod continuu la percepțiile și prejudecățile voastre pentru a vă îmbunătăți raționamentul. În partea 4 vă oferim idei despre cum să discutați, să reflectați și să distrugeți anumite mituri despre bullying împreună cu elevii voștri.

CARE ESTE UN RĂSPUNS EFICIENT PENTRU BULLYING -UL ÎN ȘCOALĂ?

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, ajută 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 (Craig et al., 2012) 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 nu mai 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 școala, nu doar să fie scris în liniile directoare, ci să fie cu adevărt 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 folosete rezultate empirice măsurabile, este cel original dezvoltat de Dan Olweus.

Programul Olweus de prevenire a bullying-ului (POPB).

Principalele obiective ale POPB 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 (Olweus et al. (2007).

Mai jos, găsiți ilustrate pe scurt principiile și elementele cheie ale POPB, pentru a le putea utiliza drept cadru model pentru propriile acțiuni școlare pentru un răspuns la bullying. Modelul de prevenire a bullying-ului ce implică întreaga școală se bazează pe patru principii cheie care ar trebui respectate de către toți adulții:

1. arată căldură și interes pozitiv și implică-te în viețile elevilor;
2. stabiliți limite ferme pentru comportamentul inacceptabil;
3. folosiți în mod consecvent consecințe negative nefizice, neostile atunci când sunt încălcate regulile; și
4. acționați ca autorități și modele pozitive (Olweus, 1993a, 2001a; Olweus et al., 2007).

În linie cu această intervenție anti-bullying efectivă trebuie să existe și o abordare pe mai multe niveluri cu componente multiple la fiecare nivel:

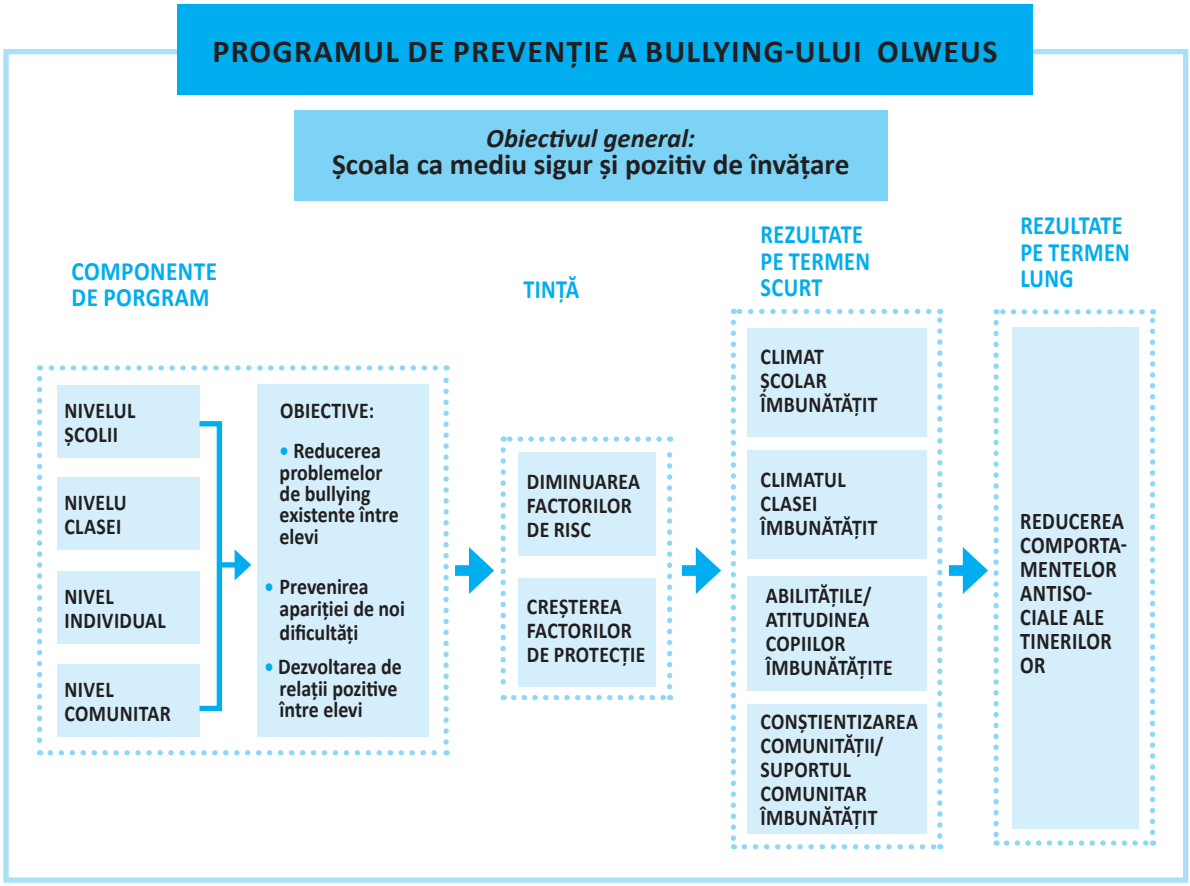


Figura 2: Rolurile de grup într-o situație de bullying (BPB, 2016)

Folosiți aceste patru reguli simple dar foarte specifice pentru a ghida activitatea întregii școli: afișate peste tot în clădire și în fiecare clasă, discutate cu elevii și părinții, implementate prin referințe pozitive și negative constante (ibid.)

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

Modelul POPB pare, la prima vedere, că necesită mult timp și eforturi intense. Studierea atentă a componentelor la fiecare nivel ne ajută să vedem că acestea nu sunt noi sau speciale. Ideea aici este nu să te concentrezi pe o singură persoană sau metodă, ci mai degrabă pe adunarea și interconectarea eforturilor tuturor actorilor implicați (Taglieber, 2008) pentru a aduce o diferență reală. Astfel, abordarea ce implică întreaga școală arată în mod clar că bullying-ul este o responsabilitate comună și gestionarea sa cu succes depinde de angajamentul și măsurile coordonate ale personalului școlar, părinților și de implicarea activă a elevilor**.** Adoptarea unui răspuns de către întreaga școală este, conform rezultatelor studiilor și evaluărilor, cel mai eficient mod de a îmbunătății bunăstarea și siguranța elevilor (Smith, 2004). Forme multiple de pilotare și implementare au fost deja efectuate în câteva din țările proiectului, după cum se evidențiază în secțiunea următoare.

CARE ESTE SITUAȚIA BULLYING-ULUI ÎN ȘCOALĂ ÎN ROMÂNIA?

> ***„Victimizarea și perpetuarea bullying-ului sunt comportamente prevalente în rândul tinerilor, dar ratele de prevalență diferă considerabil de la țară la țară”*** (Currie et al., 2012).

Rezultatele studiului OMS cu privire la comportamentul sănătos al copiilor de vârstă școlară și factorii determinanți ai sănătății și bunăstării în rândul tinerilor în școală, au arătat diferențe mari cu privire la ratele bullying-ului școlar în Europa, în general, și între țările proiectului. Studiul OSM/HBSC2 a fost desfășurat în 2009/2010 în 39 de țări ale regiunii Europa OMS furnizând date reprezentative comparabile cu privire la bullying-ul școlar pentru cinci dintre țările partenere în proiect.

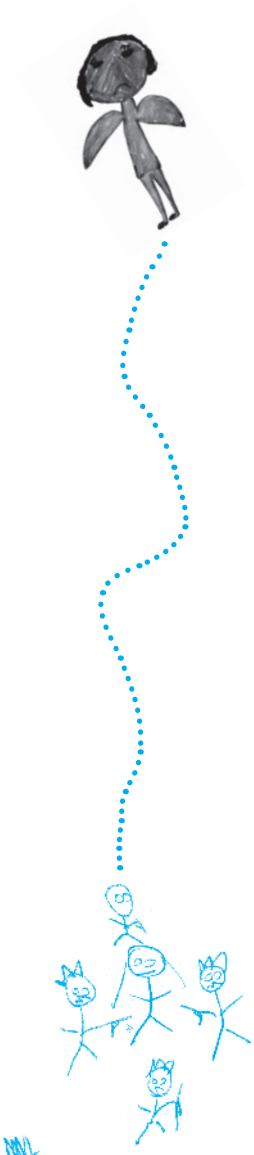
Dacă bullying-ul este o temă pe ordinea de zi politică a țării, dacă școlile, factorii de interes și activiștii desfășoară activități de prevenire a bullying-ului sau nu, aceasta este o altă chestiune, care diferă considerabil în țările implicate în proiect.

În următoarea secțiune am compilat o fișă de observații cu date specifice din România. Aceasta oferă o scurtă imagine generală a politicilor anti-bullying și a datelor și studiilor disponibile până în acest moment, și informații concise dar nu exhaustive cu privire la programele de prevenire existente și facilitatori.

CE SPUN STATISTICILE?

Studiul OMS/HBSC a plasat România într-un loc destul de fierbinte al hărții Europei privind bullying-ul, cu următoarele cifre:

- până la 20% din copiii de 11 ani au fost agresați cel puțin de două ori în lunile anterioare; procentajul celor de 13 ani fiind de 22% și 17% pentru cei de 15 ani.



Cât despre perpetuarea unui comportament de tip bullying, cifrele arată după cum urmează:

- până la 26% din copiii de 11 ani au recunoscut că au agresat alți elevi cel puțin de două ori în lunile anterioare; procentajul celor de 13 ani fiind de 35% și 30% pentru cei de 15 ani. (OMS 2012).

Cu toate că sunt îngrijorătoare, datele nu au avut efect din punct de vedere al documentelor strategice care reglementează fenomenul bullying, nici la nivel central, nici la nivel local.

Conform studiului național desfășurat de ***Salvați Copiii România*** în 2016 cu privire la bullying-ul în rândul copiilor în mediul școlar, s-au identificat următoarele, în legătură cu diverse dimensiuni ale bullying-ului:

Excluderea din grup: 31% din copii au declarat că au fost în mod frecvent excluși din activitățile de grup și 23%- amenințați cu excluderea din grup; 2 din 10 copii au raportat comportamente de excludere repetată directă din partea altor elevi.

Umilire: 24% din copii au raportat că au fost în mod constant umiliți în fața altor copii și 37% au fost victime ale zvonurilor negative împrăștiate în comunitatea școlară.

Bullying fizic: 13% din copii au avut bunurile personale distruse de alții și 30% au fost loviți în mod repetat de alți elevi la școală. De asemenea, 78% din toți elevii au raportat că au asistat la cel puțin o situație de bullying în școala lor.

Bullying-ul cibernetic: 68% din copii au confirmat că bullying-ul cibernetic are loc pe rețelele sociale.

Când vine vorba de întocmirea profilelor, studiile au arătat că orice copil care este cumva „diferit" poate deveni o victimă a bullying-ului. Acest lucru se poate întâmpla din cauza aspectului fizic al copilului (ex. supraponderal), aspecte emoționale (ex. copiii „timizi"), sănătate (ex. tulburări de sănătate mintală, dizabilități), sau etnie (ex. copiii de naționalitate romă).

De asemenea, studiul arată o corelare semnificativ de mare între bullying și abuzul copilului în familie.

Datele prezentate mai sus sunt relevante la nivel național. Eșantionul de studiu a cuprins peste 1.300 de copii intervievați, din zonele urbane și rurale, din întregul sistem școlar (învățământ primar, gimnaziu și liceu). Vârsta copiilor a variat între 10 și 16 ani (Salvați Copiii România, 2016).

CARE ESTE ROLUL LEGISLAȚIEI/LEGII ANTI-BULLYING ÎN RĂSPUNSUL LA BULLYING-UL ÎN ȘCOALĂ?

În România, întregul sistem educațional este reglementat de Legea educației și de Ministerul Educației și Cercetării. Această instituție centrală se ocupă de dezvoltarea tuturor politicilor și documentelor strategice legate de educație. Acum 10 ani (2006), ministerul a dezvoltat Strategia națională pentru combaterea și eliminarea violenței în școli, fără vreo referire specifică la bullying ca o formă specială și cu risc ridicat de violență în rândul copiilor. De fapt, singurul document la nivel de stat care menționează bullying-ul este Strategia națională pentru sănătatea mintală a copiilor și adolescenților, unde bullying-ul este menționat ca un factor de risc mare pentru bunăstarea copilului și se fac recomandări pentru a dezvolta programe de prevenire a bullying-ului active la nivel de școală și comunitate. Din nefericire, nu s-au făcut pași concreți până acum, deci este pertinent să evidențiem următoarele:

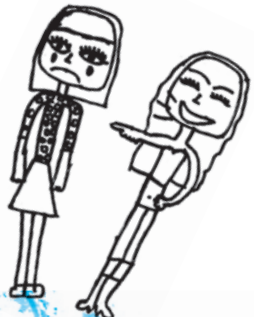
- Nu există legislație specifică în România care să reglementeze bullying-ul în școală
- Nivelul de conștientizare cu privire la bullying ca o formă specifică de violență este destul de scăzut
- Nu există un program de prevenire a bullying-ului implementat în școli și recomandat la nivel național
- Nu există programe care să țintească spre dezvoltarea abilităților sociale și emoționale ale copiilor ca factori de protecție împotriva bullying-ului

Doar acum, după ce Salvați Copiii România a lansat primul studiu național cu privire la bullying în rândul copiilor, Ministerul Educației și Cercetării ia în considerare noi obiective pentru dezvoltarea unei strategii naționale legat de bullying-ul în școală pe baza căreia fiecare școală ar trebui să-și dezvolte regulamente specifice cu privire la bullying.

CARE SUNT PROGRAMELE ȘCOLARE DE PREVENIRE A BULLYING-ULUI ȘI INTERVENȚIE TIMPURIE DISPONIBIE ÎN ȚARĂ?

După cum s-a menționat mai sus, nu există programe de prevenire a bullying-ului disponibile la nivel național în România.

Salvați Copiii România este un ONG ce promovează drepturile copiilor de a fi protejați împotriva tuturor formelor de violență în toate mediile. Organizația a dezvoltat un program de prevenire a bullying-ului constând într-un set de 10 activități menite să dezvolte abilitățile sociale și emoționale ale copiilor ca factori de protecție împotriva bullying-ului. Acesta a fost pilotat în 20 de școli din București. 55 de educatori au fost formați pentru a implementa programul la nivel de școală. 1.650 de elevi cu vârste între 9-11 ani, din clasa a treia și a patra, au fost incluși în timpul perioadei de implementare.



În lumina noilor date din studiul național desfășurat de Salvați Copiii și lansat în prezența Ministrului Educației, noi elemente vor fi adăugate programului pilotat anterior, pentru ca programul să poată permite o abordare care să includă întreaga școală, țintind nu numai elevii și profesorii, dar și conducerea școlii și personalul nedidactic.

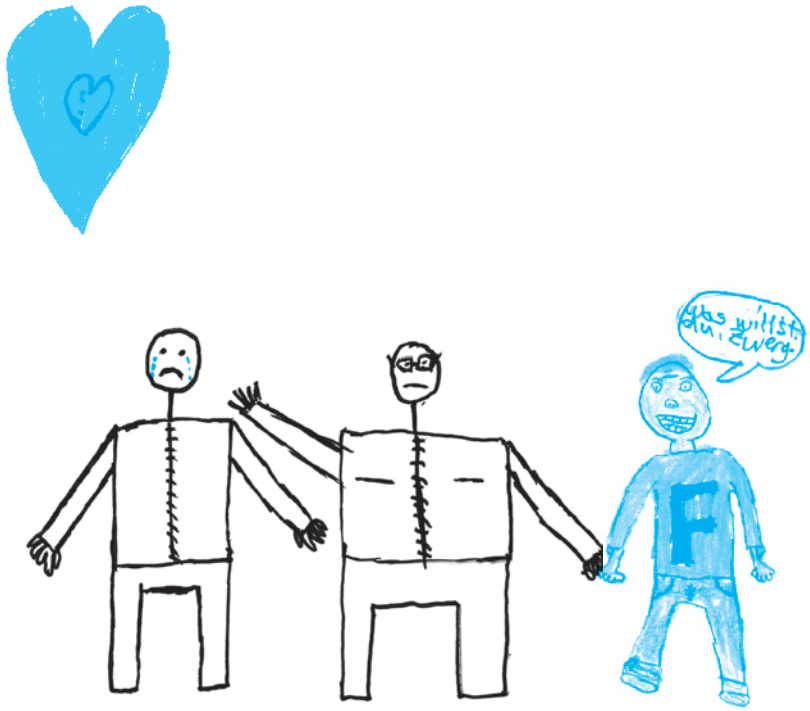
De asemenea, ca parte a activității Salvați Copiii România de a proteja copiii împotriva violenței, ateliere pentru părinți sunt organizate în mod regulat care se adresează temei bullying-ului, iar articole educaționale pe această teme sunt încărcate pe pagina de internet pentru educarea părinților www.parintibuni.ro , a Salvați Copiii România.

CARE SUNT FACILITATORII CE OFERĂ SERVICII DE PREVENIRE A BULLYING-ULUI ÎN ȘCOALĂ?

Nu există o instituție centrală care să implementeze la nivel național programe de prevenire a bullying-ului relevante și la scară mare în România.

Pe baza programului de prevenire a bullying-ului pilotat de ***Salvați Copiii România*** în 20 de școli din București cu 1.650 de copii, organizația face în prezent lobby la Ministerul Educației pentru extinderea programului.

Asociația Telefonul Copilului este și de asemenea un ONG care are care are ca țintă bullying-ul ca parte a activității sale de a proteja copiii împotriva violenței. Ei au dezvoltat o linie telefonică de tip hotline unde orice copil poate suna și discuta/raporta orice situație de violență/abuz în care poate fi implicat.



PARTEA 3. METODOLOGIE

Metodologia aplicată de noi și recomandată pentru voi în munca cu elevii voștri urmărește regulile de aur ale proiectului nostru: ***perspectiva orientată spre copil***, Convenția cu privire la drepturile copilului și implicarea participativă a copiilor și adolescenților în răspunsul la bullying în cadrul școlii. În acest caz participarea nu este doar participarea la un anumit proces, ci mai degrabă asumarea unui rol, a unei responsabilități și a posibilității de a decide și a schimba. Abordarea noastră este condusă de ideea de bază conform căreia participarea trebuie să responsabilizeze.

Convenția ONU cu privire la drepturile copilului (1989) afirmă dreptul fiecărui copil la autodeterminare, demnitate, respect și dreptul la luarea deciziilor informate. Asigurarea în mediul școlar a unei îngrijiri de calitate, adaptate nevoilor copilului, înseamnă că profesorii au responsabilitatea să asigure drepturile copilului, iar copiii sunt încurajați și li se dă posibilitatea să-și formeze propria viziune asupra lucrurilor care îi afectează în mod direct și indirect. Acest manual va ajuta la evidențierea perspectivei copilului în comparație cu cea a adultului (profesori, directori, personal auxiliar) în cadrul școlii. Ambele perspective sunt necesare pentru a percepe și a lucra cu copiii ca ființe umane egale într-un mediu de învățare orientat spre copil.

Experiența bullying-ului și a violenței, în mod implicit, lipsește copiii de putere, fiindu-le încălcate drepturile de bază tocmai în locul în care ar trebui să se simtă protejați și în siguranță. Așa cum se subliniază în partea 1, 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 comprtament 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. Copiiii care trec prin experiența abuzului, au dreptul la a fi sprijiniți în recuperarea lor fizică și psihologică, respectiv în reintegrarea lor socială (Art. 39 din Convenția cu privire la drepturile copilului).

În conformitate cu Convenția, abordarea orientată spre copil dorește să permită copilului să-și dezvolte propriile deprinderi de rezolvare a problemelor într-o manieră sigură și respectuoasă, încurajând astfel cooperarea, dezvoltarea unor deprinderi de viață, capacitatea lor de auto-organizare și în special să-i responsabilizeze. Responsabilizarea este văzută ca procesul prin care omul învață să dobândească controlul asupra propriei sale vieți și asupra resurselor, prin auto-organizare. În consecință copilul se simte în siguranță, încurajat, fericit, responsabil în cadrul comunității și din acest motiv bunăstarea lui crește semnificativ.

Următoarele pagini oferă o serie de instrumente și activități practice pentru prevenirea fenomenului de bullying în clasă, activități și instrumente pe care le-am încercat în cadrul proiectului nostru, împreună cu profesori și elevi. Toate aceste instrumente și activități se bazează pe implicarea participatorie a copiilor, pe energia și creativitatea lor. Este la alegerea dvs. să combinați activitățile, să elaborați individual, împreună cu psihologul școlli sau cu un expert extern propriul dvs. program pentru prevenirea fenomenului de bullying. Avem convingerea că manualul **vă va susține în activitățile dvs.** și va contribui la consolidarea conștienței și promovarea unei politici și a unor măsuri pentru un mediu sigur, fără bullying și de responsabilizare în cadrul școlii voastre.

PARTEA 4. INSTRUMENTE PENTRU PREVENIREA BULLYING-ULUI ÎN CLASĂ

UTILIZAREA MANUALULUI ÎN MEDIUL ȘCOLAR

Activitățile propuse în această secțiune pot fi integrate cu ușurință în programa școlară obișnuită. În funcție de nevoile voastre puteți folosi dintre acestea atât de multe, sau atât de puține, câte doriți. Simțiți-vă liber să le alegeți pe cele relevante pentru elevii voștri în funcție de vârsta lor, nivelul lor de conștiență de sine, respectiv de nivelul lor de conștiență cu privire la bullying. Puteți de asemenea să folosiți exerciții specifice când aveți de-a face cu un caz de bullying, lipsă de politețe sau conflict pe care vreți să le discutați. Cu toate că lista nu este completă, această selecție vă poate ajuta să planificați efectuarea unui program împotriva bullying-ului în cadrul școlii voastre.

ACTIVITĂȚILE INTERACTIVE AJUTĂ ELEVII:

- să-și consolideze conștiința de sine, conștiința față de ceilalți din grup și să dezvolte empatia;
- să identifice tipurile de bullying, să distingă între rolurile și dinamica bullying-ului într-o situație;
- să identifice impactul potențial al bullying-ului;
- să stabilească reacții eficiente și sănătoase la bullying, cu atenție pe rolul important al spectatorilor observatori;
- să utilizeze deprinderi de cerere de ajutor, prevenire și intervenție pentru a gestiona bullying-ului;
- să reducă incidentele de absenteism și bullying;
- să sprijine și să lucreze în vederea creerii unui climat neviolent, favorabil incluziunii și pozitiv la nivelul întregii școli.

La fel cum fenomenul de bullying apare ca un model în cadrul școlii, climatul social al grupului poate fi eficient în înlocuirea bullying-ului cu o dinamică pozitivă și cu clădirea unor relații. Munca elevilor în grup nu doar încurajează majoritatea pasivă să-și înceteze atitudinea de acceptare tacită a fenomenului de bullying, ci și să susțină victimele în mod activ și să reducă efectele violenței.

O GAMĂ DE METODE DE FACILITARE PARTICIPATIVĂ CONTRIBUIE LA INTENSIFICAREA EXPERIENȚEI DE ÎMPĂRTĂȘIRE ȘI REFLECȚIE

Cerc. Activitățile vor fi cele mai eficiente dacă sunt efectuate în timp ce studenții sunt așezați în cerc. Acest cadru îi ajută să-și asculte partenerii și să se concentreze mai bine pe subiectul de discuție, întărind empatia. Una din modalitățile elementare în care oamenii crează legături este să se uite pur și simplu unul la fața celuilalt în timp ce vorbesc. Prin aranjarea scaunelor în cerc, vă puteți încuraja elevii să exerseze ascultarea activă, uitându-se la persoana care vorbește. Îndrumați-i să se uite de jur împrejur în cerc când este rândul lor să vorbească și să aștepte până când toți se uită la ei.

Minge. Pentru unele sesiuni recomandăm să aveți o minge la îndemână. Folosiți-o ca „obiect care vorbește” pe care îl dați mai departe în cerc în timp ce conduceți activitățile. Elevul care are mingea este singurul care poate vorbi. După ce acesta a terminat de vorbit, mingea se dă mai departe persoanei următoare.

Reguli de bază. Este important ca la începutul fiecărei activități să ne întoarcem la regulile de bază.

ACTIVITĂȚI DE ÎNCĂLZIRE/ENERGIZANTE.

Acestea sunt jocuri utile care pot oferi un raport bun în cadrul clasei/grupului la început sau să ofere o scurtă pauză în timpul activității, când nivelul de energie este scăzut. Acestea ajută elevii să se relaxeze, să se distreze și să restabilească legăturile dintre ei. Întrebați-vă și elevii dacă vor să împărtășească și ei ceva cu grupul. Mai jos aveți câteva exemple:

1. SALATA DE FRUCTE:

Împărțiți elevii într-un număr egal de trei sau patru fructe (de ex., portocale, căpșuni și banane). Pe urmă se așează în cerc, cu un voluntar care stă în picioare în mijloc. Strigați numele unui fruct, „portocale" și toate portocalele trebuie să-și schimbe locurile între ele. Persoana care stă în mijloc încearcă să ocupe unul din locurile libere, lăsând o altă persoană fără loc. Această nouă persoană din cerc strigă un alt fruct și jocul continuă. O rundă de salată de fructe înseamnă că toți jucătorii trebuie să-și schimbe locul.

2. SCHIMBĂ LOCUL:

Aranjați scaunele într-un cerc mare și fiecare jucător trebuie să se așeze, cu excepția unuia care stă în mijlocul cercului. Cel care stă în cerc începe jocul cu o afirmație, cum ar fi: „Toți cei care poartă șosete albe ...", după care toți cei care poartă șosete albe trebuie să se ridice în picioare și să facă schimb de locuri (nu este permis să se așeze pe scaunul din stânga sau dreapta lor). Persoana care a început jocul încearcă să se așeze, lăsând pe cineva în mijlocul cercului, care preia acum conducerea jocului cu o nouă afirmație „Toți cei care ..." și continuă jocul.

3. SCAUNE MUZICALE:

Jucați jocul într-un cerc de scaune orientate spre exteriorul cercului. Să aveți muzica pregătită. Numărul scaunelor trebuie să fie cu unul mai mic decât numărul elevilor participanți la joc. Pe măsură ce muzica cântă în fundal, elevii se pot plimba, pot dansa în jurul cercului de scaune. Când se oprește muzica, fiecare jucător trebuie să-și găsească un scaun. Unul dintre elevi va rămâne fără loc și trebuie să părăsească jocul. Unul din scaune este scos din cerc și muzica pornește din nou. Pentru a accelera jocul, puteți scoate mai multe scaune. Procesul se repetă până când numai un singur elev rămâne stând pe ultimul scaun rămas, fiind declarat câștigătorul jocului.

4. CINE A ÎNCEPUT?:

Așezați grupul în cerc și cereți unui voluntar să iasă din sală pentru o perioadă de timp. Pe urmă grupul alege un conducător care va iniția mișcări ale mâinilor (dat din palme, pocnit din degete, gesturi de dans, etc.) care vor fi copiate de restul jucătorilor, cu excepția voluntarului invizibil. Când se întoarce în sală, voluntarul trebuie să ghicească (are trei încercări), cine conduce jocul.

Munca în grupuri mici/perechi. Interacționarea în grupuri mici sau perechi face posibilă punerea în practică a diferitelor deprinderi de colaborare în grup: ascultare activă, empatie, politețe, deschidere față de ideile celuilalt, comunicare și evaluare (oferire de feedback). Formați grupuri noi pentru fiecare activitate.

CUM ÎMPĂRȚIM CLASA ÎN GRUPRUI MICI?

1. Puneți grupul să numere de la 1 la 4 (în funcție de numărul membrilor grupului), fiecare elev cu numărul 1, 2, 3, respectiv 4 formând câte un grup mic.

2. Folosiți biletele colorate de hârtie – numărul biletelelor este identic cu numărul elevi (4 culori, dacă împărțiți în patru grupuri mici). Fiecare va trage un bilețel dintr-un coș anume sau o pălărie specială. Culorile alese vor stabili cele 4 grupuri, respectiv grupul roșu, verde, etc

Brainstorming. Această tehnică este des folosită într-un grup mare sau în cadru plenar, pentru a aduna rapid multe idei despre un anumit subiect, o anumită întrebare, problemă. În timpul exercițiului nimeni nu trebuie să judece răspunsurile unei alte persoane sau să aloce valori diferitelor răspunsuri. Fiecare răspuns este scris pe o coală de flipchart sau pe tablă în așa fel, încât să fie vizibil pentru întreg grupul. Exercițiul încurajează elevii să-și extindă gândirea, ideile asupra unui subiect și îi face capabili să privească subiectul respectiv din unghiuri și perspective diferite.

Discuție în grup. Discuțiile în grup scot la iveală răspunsuri și puncte de vedere ale participanților asupra unui anumit subiect și oferă multe momente de învățare pentru îmbunătățirea cunoștințelor sau corectarea dezinformărilor. Eficiența acestor discuții depinde deseori de utilizarea unor întrebări deschise, care depășesc limitele unor simple răspunsuri de „da” sau „nu” și se concentrează pe ideile, gândurile, impresiile și percepțiile individuale ale elevilor.

Studiu de caz sau Povestiri/Întâmplări. Această metodă implică prezentarea și analiza unui incident, a unei povești sau scenariu care s-a întâmplat sau se poate întâmpla. Acestea trebuie să fie simple și bazate pe fapte. Discutarea în grup a cazurilor/poveștilor permite fiecărui elev să participe activ și să se gândească, ce ar face în cazul în care problema sau situația cu provocări li s-ar întâmpla lor. Metodele studiului de caz sunt utile în dezvoltarea deprinderilor analitice, de soluționare a problemelor și luarea deciziilor.

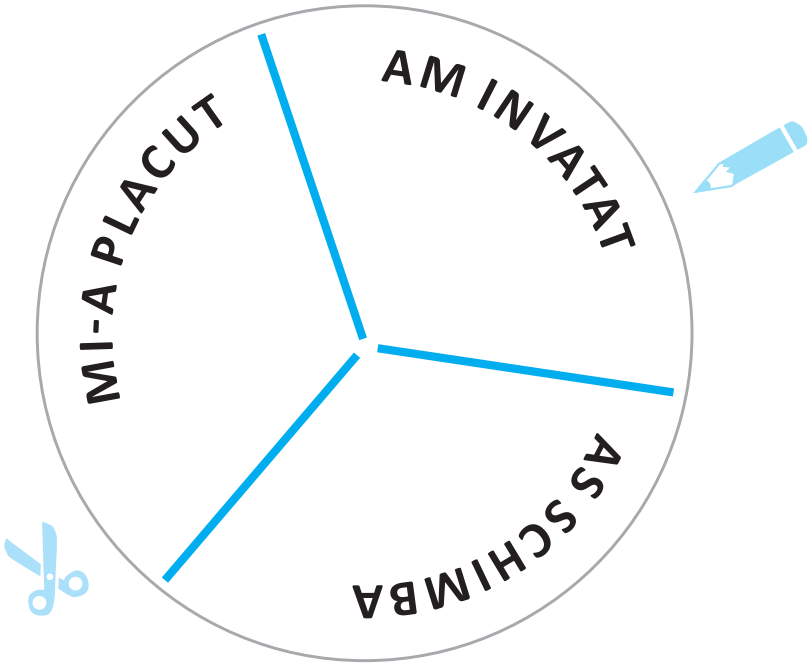
Jocuri de rol. Jocurile de rol în clasă reprezintă o metodă eficientă pentru exersarea și modelarea unor deprinderi noi într-un cadru sigur și de susținere. Din moment ce jocurile de rol pot fi emoționante, este foarte important să subliniem că participanții joacă rolul unor personaje și nu propria persoană. Jocurile de rol oferă posibilitatea experienței unor situații din viața reală, fără asumarea riscurilor din viața reală. Rugați voluntari să joace rolul personajelor. Învățați elevii regulile de bază pentru jocurile de rol:

1. Elevii care participă niciodată nu vor trebui să dezvăluie informații personale pe care nu vor să le împărtășească.
2. Sunt interzise contactul fizic și înjurăturile.
3. Actorii nu-și vor folosi propriile nume.

Dacă elevii actori deviază sau încep să se prostească, opriți jocul de rol și aduceți-le aminte, care este scopul și regulile de bază ale acestui joc.

EVALUARE ȘI FEEDBACK.

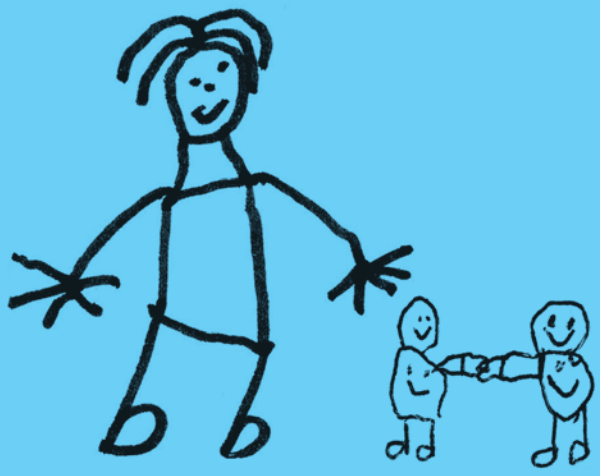
Dobândirea unei imagini rapide asupra felului în care văd elevii fiecare activitate. Cea mai bună modalitate de evaluare a acestor activități este printr-un formular de evaluare rapid și anonim, pe care elevii îl pot completa în ultimele 5 minute din activitate. Vă oferim mai jos un model:



AVEȚI GRIJĂ LA CHESTIUNILE DELICATE ȘI EMOȚIONALE

Este posibil ca unii copii să aibă o legătură foarte personală cu violența sau agresiunea (bullying-ul). Este posibil ca unii participanți să fi fost supuși de către semenii lor la tachinare dureroasă sau bullying dureros, dar să nu se fi simțit niciodată confortabil să vorbească despre aceasta. Este posibil ca alții să fi fost nemiloși sau violenți cu o altă persoană și se simt vinovați sau au sentimente amestecate în legătură cu acest lucru.

ACTIVITĂȚI PENTRU CLASĂ



Vă dorim muncă profundă și plăcută cu activitățile prezentate!

DESCRIERE GENERALĂ *Overview*

№	TEMĂ	ACTIVITATE	VÂRSTA	DURATA	PAGINA
1	Încălzire	**CREAREA REGULILOR DE BAZĂ**	12-18 ani	10–20 de minute	**27**
2	Sensibilizarea la bullying	**TRECI ÎN CERC**	10-15 ani	20-30 de minute	**28**
3	Sensibilizarea la bullying	**ȘOARECELE ȘI PISICA**	6–10 ani	20 de minute	**29**
4	Sensibilizarea la bullying	**CUVINTE CARE RĂNESC**	7–14 ani	45–50 de minute	**30**
5	Autoconștientizare, autoprotejare și asertivitate	**SEMAFORUL**	7–16 ani	45 de minute	**31**
6	Sensibilizarea la bullyingul pe bază de sex	**BAROMETRUL VIOLENȚEI**	13–16 ani	30–45 de minute	**32–33**
7	Conștientizare privind diferențele de sex	**VIOLENȚEI ÎN BAZĂ DE GEN (VBG) ȘI BULLYING-UL ÎN ȘCOALĂ**	13–18 ani	40 de minute	**34–35**
8	Sensibilizarea la bullying	**MITURI ȘI REALITĂȚI DESPRE BULLYING**	10–18 ani	50 de minute	**36–38**
9	Răspuns la bullying	**BEȚE ȘI PIETRE / CUVINTELE DOR**	10–18 ani	30 de minute	**39**
10	Empatie și sprijin	**HARTA AJUTORULUI**	8–15 ani	20–30 de minute	**40**
11	Empatie și sprijin	**URCÂND MUNTELE**	6–12 ani	30–45 de minute	**41**
12	Empatie, consolidarea echipei	**URCÂND MUNTELE**	10–16 ani	90 de minute	**42–43**
13	Autoconștientizare, conștientizare privind alte persoane, stima de sine	**FEREASTRA LUI JOHARI**	7–18 ani	60 de minute	**44–45**
14	Stima de sine, empatia, feedback pozitiv	**ANIMALE ȘI TRĂSĂTURI BUNE**	9 ani și peste	30–45 de minute	**46**
15	Feedback, încheiere evaluation	**COȘUL DE GUNOI ȘI RUCSACUL**	Oricare	5–10 de minute	**47**

ACTIVITATE 1. CREAREA REGULILOR DE BAZĂ

VÂRSTĂ 12 –18 ani
DURATĂ 10 –20 de minute

OBIECTIVE

- Să îi implice pe elevi în discutarea și convenirea unor reguli comune de comportament în grup/clasă care să fie respectate mutual.
- Să creeze un mediu sigur și de sprijin pentru prevenirea bullying-ului.

PREGĂTIRE

Flipchart cu hârtie sau o foaie de hârtie A4 pentru fiecare elev , Marker, creioane colorate/carioci.

PAS CU PAS

- Explicați de ce **Regulile de bază** sunt utile, spre exemplu, permiteți-le tuturor să se simtă ascultați și în siguranță atunci când își împărtășesc gândurile și părerile, mai ales atunci când abordează subiecte delicate cum ar fi bullying-ul și violența.
- Întrebați-i pe elevi: **Care sunt Regulile de bază pe care ați vrea să le stabiliți și să le respectați, pentru a vă simți în siguranță aici?**
- Invitați-i pe elevi să se gândească și să-și scrie ideile pe flipchart.
- După aceea, arătați flipchart-ul pregătit dinainte și comparați-l cu lista grupului. Puteți sugera Reguli de bază pe care elevii nu le-au spus. Întrebați-i pe toți dacă sunt de acord cu regula înainte de a adăuga o regulă la lista grupului.
- La final, puneți Regulile de bază ale grupului într-un loc vizibil și faceți referire la ele mai târziu în timpul activităților de prevenire a bullying-ului.

DE REFLECTAT!

Rezultatul așteptat și încheiere

Sugestii pentru Regulile de bază pe care le puteți folosi și/sau adapta:

1. Spirit de echipă: Toți lucrăm ca o echipă.
2. Egalitate și respect: Respectăm părerile celorlalți, chiar dacă sunt diferite de ale noastre.
3. Permiteți-le și celorlalți să vorbească: Ascultați cu atenție, fără a întrerupe vorbitorul.
4. Nu există întrebări greșite: Simțiți-vă liberi să puneți întrebări.
5. Nu este obligatoriu să împărtășiți detalii personale: Nimeni nu trebuie să se deschidă.
6. Nu există atacuri la persoană: Nimeni nu poate fi insultat.
7. Informațiile sunt confidențiale: Orice spuneți și împărtășiți rămâne aici.
8. Participarea este voluntară: Toată lumea are dreptul de a sări peste o activitate.
9. Respectați durata stabilită.

SFATURI

Alternativ pentru elevi mai mici (6-12 ani) - “Mâna mea, regulile mele”.

- Dați-i fiecărui elev o coală de hârtie și un creion colorat/cariocă
- Fiecare va desena conturul palmei pe foaie scriindu-și numele în mijloc. Apoi, fiecare va scrie câte o regulă pe fiecare dintre degete pe care toată lumea trebuie să le respecte.
- Toți stau pe un scaun într-un cerc și prezintă desenul lor cu cele cinci reguli.
- În final, scrieți toate regulile comune pentru clasă/grup pe un flipchart separat.
- Puneți toate desenele și regulile grupului într-un loc vizibil în sală.
- Aveți în vedere că acest exercițiu poate dura până la 30 de minute.

SURSĂ

Adaptat după “Youth 4 Youth- Empowering young people in preventing gender-based violence through peer education” © 2012, Mediterranean Institute of Gender Studies – Disponibil online la: http://www.medinstgenderstudies.org/wp-content/uploads/Y4Y-Manual_digital_v12.pdf, accessed: 23 iunie 2016.

ACTIVITATE 2. CREAREA REGULILOR DE BAZĂ TRECI ÎN CERC

VÂRSTĂ 10 –15 ani
DURATĂ 20 – 30 de minute

OBIECTIVE

- Să pregătească grupul/clasa pentru subiectul bullying.
- Să crească nivelul de conștientizare și să consolideze empatia față de copiii care pot fi excluși sau agresați.

PREGĂTIRE

Spațiu suficient în clasă pentru a te mișca liber.

PAS CU PAS

- Găsiți un voluntar pregătit să părăsească clasa o vreme.
- Dați instrucțiuni restului grupului/clasei în timp ce voluntarul este afară: Elevii trebuie să se țină de mână și să formeze un cerc închis. Odată ce voluntarul revine, sarcina lor este să se țină de mâini strâns și să nu îl/o lase în cerc în niciun fel, decât dacă el/ea le cere acest lucru.
- Cereți-i voluntarului să revină și dați instrucțiunea: Acum ai sarcina de a intra în cerc, găsindu-ți propria cale.
- Lăsați elevii să joace jocul o vreme, având grijă ca nimeni să nu fie rănit.
- Jocul se încheie atunci când voluntarul reușește să intre în cerc.
- Dacă voluntarul nu reușește să intre în cerc după câteva încercări, opriți jocul.
- Invitații pe elevi să vorbească despre cum s-au simțit în timpul jocului. Cereți-i întâi primului voluntar li apoi celorlalți elevi.

DE REFLECTAT!

Alegeți/adaptați în mod flexibil din următoarele întrebări:

Pentru voluntar/intrus:

- Cum a fost pentru tine să fi exclus din grup?
- La ce strategii te-ai gândit ca să intri în cerc?
- Cum s-a comportat grupul? Te-a ajutat cineva din cerc?
- Ce a funcționat în final? Cum te simți acum?

Pentru grup:

- Cum te-ai simțit să faci parte din grup?
- Ce ai simțit pentru cineva care a fost exclus?
- Cum a făcut față respectării/încălcării instrucțiunilor?
- Cum te simți acum?

SFATURI

- Folosiți această activitate într-un grup/clasă în care s-a stabilit un nivel de încredere bun.
- Rezervați suficient timp pentru a reflecta la sentimentele elevilor astfel ca toți să aibă șansa de a împărtăși și de a fi ascultați.
- Încurajați-i pe elevi să discute similitudinile dintre sentimentele pe care le-au împărtășit și cele ale copilului care poate fi exclus și/sau agresat.
- Faceți referire la sentimentele majorității într-un grup/clasă, unde are loc bullying-ul și discutați posibilele moduri de a acționa și de a rezolva situația într-un mod constructiv și nedăunător. Numiți-le și discutați despre sentimentele pe care atât victima cât și grupul le poate avea într-o situație reală într-o sesiune ulterioară.

SURSĂ

Pe baza experienței de formare a "Linka detskej istoty" (LDI) (www.ldi.sk).

ACTIVITATE 3. ȘOARECELE ȘI PISICA

VÂRSTĂ 6 –10 ani
DURATĂ 20 de minute

OBIECTIVE

- Să înțeleagă cum se simte să fi cel care vânează și cel care este vânat, într-un mod neamenințător.
- Să pregătească grupul/clasa pentru subiectul bullying.

PREGĂTIRE

Spațiu suficient în clasă pentru a te mișca liber.

PAS CU PAS

- La început, fiecare stă într-un cerc. Explicați-le elevilor că aceasta va fi o activitate fizică, în care vor crea un labirint cu punți cu brațele lor, în timp ce doi elevi, care se vor oferi voluntari, vor juca leapșa în labirint.
- Cereți-le elevilor, care doresc să se ofere voluntari să joace rolurile vânătorului (pisica) și prăzii (șoarecele) să vină în față.
- Aliniați restul grupului în rânduri egale. Toată lumea din rânduri întinde brațele pentru a-și atinge vârfurile degetelor cu persoanele de lângă ei pentru a crea o punte sau stă cu mâinile pe lângă corp pentru a crea labirintul.
- Faceți un semn când să înceapă jocul. Pisica și șoarecele joacă leapșa, alergând printre perechile de elevi și pe sub punțile pe care aceștia le-au creat.
- Jocul continuă până când pisica prinde șoarecele sau durează o anumită perioadă de timp (un minut).
- Apoi, pisica poate alege elevi noi pentru a crea mai multe pisici (până la trei) pentru a vâna șoarecele.
- Dacă timpul o permite, pisica și șoarecele pot alege noi perechi de elevi să alerge și să se vâneze până când toată lumea a fost o într-unul din roluri.

DE REFLECTAT!

Concentrându-vă pe elementul bullying

Înainte ca jocul să înceapă, cereți-le elevilor să fie conștienți de ce simt în fiecare situație și rol în timpul jocului. La sfârșitul jocului, puneți aceste întrebări pentru a începe discuția despre bullying:

- Cum v-ați simțit să fiți alergați prin labirint?
- Cum v-ați simțit să alergați pe cineva prin labirint?
- Cum v-ați simțit să fiți pereții străzilor și aleilor?
- Ce a reprezentat persoana care era alergată?
- Ce a reprezentat vânătorul?
- Ce au reprezentat pereții?
- Ați fost vreodată într-o situație care v-a făcut să vă simțiți astfel?

SFATURI

Ideea este să extragem cum se simte să fii izolat/exclus și atacat (să fii vânat- șoarece), și cum se simte să fii persoana care atacă pe altcineva (vânătorul- pisica) și cum se simte să fii observator (pereții & punțile).

Pereții și punțile reprezintă observatorii pasivi, elevii care văd bullying-ul dar adesea se simt fără puterea de a face ceva legat de acesta pentru că sunt îngrijorați că li s-ar putea întâmpla și celor care se implică.

SURSĂ

Campania Cercetașii învinș bullying-ul, Faceți bullying-ul de neacceptat. Pachetul de activități (2012), Disponibil online: https://staging.scouts.org.uk/documents/safeguarding/scouts-brochure.pdf, accessed: 6 iulie 2016.

ACTIVITATE 4. CUVINTE CARE RĂNESC

VÂRSTĂ 7 –14 ani
DURATĂ 45 –50 de minute

OBIECTIVE

- Să aibă sensibilitate și să înțeleagă impactul emoțional al cuvintelor.
- Să experimenteze puterea cuvintelor.

PREGĂTIRE

Frânghie sau bandă adezivă, bilețele care se lipesc/Post-it-uri, pixuri.

PAS CU PAS

- Dați foi care se lipesc și un pix fiecărui elev.
- Cereți-i fiecăruia să scrie comentariile abuzive și nepoliticoase sau poreclele ofensatoare pe care le-au auzit despre alți elevi pe foile care se lipesc (fără a indica nume).
- Puneți banda adezivă pe podea în clasă, marcând următoarea grilă-scară:

- Cereți-le elevilor să lipească foile lor pe scară, luând în considerare cel mai adecvat loc după părerea lor. Cereți-le să nu vorbească unul cu altul și să nu comenteze foile în timp ce fac acest lucru.
- Lăsați-i pe toți să se uite mai bine la scară. De obicei sunt cuvinte care se repetă, de obicei plasate în poziții diferite pe scară de diferiți elevi.

DE REFLECTAT!

Atunci când toți elevii s-au așezat la loc, întrebați-i ce au observat la scară, în timp ce ghidați analiza lor și discuția cu următoarele întrebări:

1. Ați văzut anumite cuvinte în mai multe locuri pe scară?
2. De ce credeți că unii dintre voi au decis că un anumit cuvânt este mai puțin/nu este ofensator, în timp ce alții îl consideră dureros sau umilitor?
3. Contează modul în care cuvântul a fost utilizat sau de către cine?
4. De ce folosesc oamenii astfel de cuvinte?
5. A provoca durere altora folosind astfel de cuvinte este o formă de bullying sau nu? De ce?
6. Întrebați-i pe toți dacă pot vedea vreo similitudine între cuvintele de pe foi. Există, spre exemplu, cuvinte legate de aspectul fizic, abilitățile mentale, etnie, sex, etc.
7. Există cuvinte care sunt folosite doar pentru fete și alte cuvinte doar pentru băieți?
8. În care grup sau temă se află cele mai ofensatoare cuvinte?
9. Ce categorie/temă a primit cele mai multe foi? Cum explicați acest lucru?

SFATURI

Este important să se ia în considerare nu doar cuvintele, ci și modul în care sunt exprimate, intenția cu care este spus un cuvânt; tonul cu care este pronunțat; expresia feței – toate acestea influențează modul în care un anumit cuvânt va fi perceput ca pozitiv sau negativ (bun sau rău).

SURSĂ

Adaptat după ”Programul de prevenire a bullyingului în școală”, Sofia, 2011, Gender Education, Research and Technologies Foundation (GERT).

ACTIVITATE 5. SEMAFORUL

VÂRSTĂ 7–16 ani
DURATĂ 45 de minute

OBIECTIVE

- Să crească nivelul de autoconștientizare și să explore părerile și nevoile elevilor privind siguranța și bunăstarea la școală, și percepția și înțelegerea indivizilor cu privire la bullying și violență.
- Să faciliteze discuția într-o atmosferă de clasă sigură, fără bullying.

PREGĂTIRE

Cartonașe în patru culori: verde, galben, portocaliu și roșu, marker pentru flipchart, bandă adezivă, foarfece, o foaie de flipchart cu un semn de STOP desenat în mijloc sau unul similar, spre exemplu:

PAS CU PAS

- Invitați elevii să lucreze individual. Arătați cartonașele colorate și explicați întrebările corespunzând fiecărei culori. Scrieți întrebările și pe o foaie de flipchart.
  Verde: Ce ar trebui ceilalți (elevi sau profesori) să facă să mă simt bine și în siguranță în clasă/școală, în relațiile cu colegii mei de clasă?
  Galben: Ce mă face să mă simt prost sau supărat în relațiile cu ceilalți din clasă/școală?
  Portocaliu: Ce mi se pare foarte rău, ofensator și dureros în relațiile cu ceilalți din clasă/școală?
  Roșu: Care mi se pare cel mai rău lucru în relațiile cu ceilalți, un „respinge” pentru mine?
- Fiecare elev ia unul sau mai multe cartonașe din fiecare culoare, scriind un câte un răspuns pe un cartonaș- tot ce contează pentru ei e să se simtă în siguranță la școală. Nimeni nu este obligat să-și scrie numele pe cartonaș. Acordați-le aproximativ 10 minute pentru această sarcină.
- Când toată lumea este gata, colectați cartonașele și împărțiți-le pe culori. Citiți cu voce tare și puneți cartonașele pe flipchart grupate pe culori.
- Dacă un răspuns apare de mai multe ori pe aceeași culoare (ex. roșu), puneți-l doar o dată. Dacă apare pe cartonașe de culori diferite (ex. unii elevi galben, alții roșu), atunci puneți toate cartonașele. În discuție, adresați-vă diferitelor percepții cu privire la disguranță și bullying.

DE REFLECTAT!

Concentrați discuția pe bulying și nevoile privind siguranța

- Ce situații din școală/clasă vă imaginați atunci când vă gândiți la aceste afirmații?
- De ce aveți nevoie pentru a vă simți în siguranță? De ce aveți nevoie pentru a vă proteja granițele?
- Cum vreți să fiți tratați de ceilalți? Și cum îi tratați pe ceilalți?
- Ce înseamnă bullying-ul pentru tine? Înseamnă bullying-ul același lucru pentru noi toți?

SFATURI

Elevii mai mici pot avea nevoie de o îndrumare mai atentă pentru această sarcină. Dacă timpul nu o permite, împărțiți elevii în patru grupe (pe culori). La final, fiecare grup va raporta rezultatele.

SURSĂ

Adaptat de SPI Forschung and Grenzläufer e.V. (www.grenzlaeufer-ev.de).

ACTIVITATE 6. BAROMETRUL VIOLENȚEI

VÂRSTĂ 13–16 ani
DURATĂ 30 – 45 de minute

OBIECTIVE

- Să indentifice atitudinele și comportamentele cotidiene care susțin dominarea, inegalitatea de putere, bullying-ul și violența.
- Să crească nivelul de conștientizare cu privire la stereotipurile de sex și rolul lor în dezechilibrul de putere în rândul fetelor și băieților și potențialul pentru bullying pe bază de sex.
- Să exploreze diferențele dintre sexe în actele de bullying și percepția lor subiectivă.

PREGĂTIRE

1. Setul de cartonașe „barometrul violenței” furnizat la ***FIȘA DE LUCRU 1.*** – poate fi adaptat sau completat.
2. Cartonașele pentru băieți și fete tipărite în culori diferite și decupate.
3. Puneți cartonașele într-un șir neîntrerupt pe două părți ale băncilor (două): unul pentru fete și unul pentru băieți.
4. Pregătiți două seturi de patru cartonașe suplimentare: **“cel mai dureros”** (cartonaș roșu), **“cel mai puțin dureros”** (cartonaș verde), **“deloc dureros**” și **“nu se întâmplă niciodată”.**
5. Cartonașele “cel mai dureros” și “cel mai puțin dureros” vor fi amplasate la cele două capete ale șirurilor. Cartonașele “deloc dureros” și “nu se întâmplă niciodată” vor fi amplasate în afara șirurilor.

PAS CU PAS

- Ridicați cartonașele și prezentați exercițiul, împărțind clasa în două grupuri, pe sexe (fete și băieți).
- Dați fiecărui grup respectivul set de cartonașe, cu o afirmație scrisă cu privire la atitudine sau comportament.
- Invitaţi fiecare grup să:
- Pună fiecare cartonaș într-un rând, undeva de-a lungul șirului între „cel mai dureros” și „cel mai puțin dureros”.
- Asigurați o înțelegere clară a sensului cuvântului dureros – atunci când spunem că un comportament este dureros, înseamnă că acel comportament doare, este ofensator sau deranjant.
- Dacă grupul consideră un anumit comportament ca nedureros sau „deloc dureros” acesta ar trebui pus deoparte, la cartonașul „deloc dureros”. În cazul în care, conform grupului, un anumit comportament nu apare, acesta ar trebui pus la „nu se întâmplă niciodată”, în afara șirului.
- Arătați-le elevilor cum ar trebui să pună cartonașele pe băncile pe care le-ați pregătit deja.
- Spuneți-le elevilor că există și cartonașe necompletate, pe care ei pot scrie afirmații suplimentare și/sau comportamente pe care ei le consideră dureroase/ofensatoare/deranjante.
- Acordați fiecărui grup 10 minute pentru a aranja barometrul violenței. Spuneți-le grupurilor că dacă nu sunt de acord cu locul unui anumit cartonaș, ar trebui să discute împreună și să ajungă la o decizie comună cu privire la poziția finală a cartonașului. Subliniați faptul că nu există răspunsuri corecte sau greșite, ci că părerea și perspectiva fiecărui grup este ceea ce contează în acest exercițiu.
- După 5 minute plimbați-vă printre grupuri pentru a vedea cum progresează și informați-i cu privire la timpul rămas. Când grupurile sunt gata, invitați grupul fetelor să se uite la șirul băieților și vice versa.
- Adunați grupurile la un loc și începeți prezentarea barometrelor violenţei. Câte un reprezentant al fiecărui grup va citi șirul alcătuit de grupul său.
- Urmăriți discuțiile: Ce ați discutat în timp ce alcătuiați șirul? Au fost momente când nu ați fost de acord? Dacă da, care au fost acestea?
- La sfârșit, scrieți pe un flipchart principalele diferențe dintre barometrul fetelor și al băieților.

DE REFLECTAT!

Comparați și reflectați la posibilele diferențe de gen în percepția/actele de bullying:

- De ce credeți că fetele consideră că acest comportament este mai mult sau mai puțin dureros decât îl consideri tu ca băiat (și vice versa)?
- Este ceva în această activitate care te-a surprins? Ce?
- Ce ați învățat din această activitate ce puteți aplica în clasa voastră și în relațiile cu colegii?

SFATURI

- Puteți modifica activitatea împărțind elevii în grupuri mixte, care vor trebui să discute și să decidă cu privire la barometrul violenței pentru fete și băieți. Astfel, aspectele și diferențele de gen vor apărea în discuțiile de grup.
- Le puteți cere elevilor să extindă lista de cartonașe cu comportamente/moduri „masculine” și „feminine” de a îi răni sau agresa pe alții.

SURSE

Adaptat după GEAR against IPV, JLS/2008/DAP3/AG/1258, Disponibil online: http://www.1st.gear-ipv.eu/, accesat pe 12 iulie 2015, pe baza:

- Men Can Stop Rape, www.mencanstoprape.org, accesat la 15 septembrie 2005.
- Family Violence Prevention Fund. Continuum to Harm to Women, http://toolkit.endabuse.org/Resources/ContinuumOfHarm.html, accesat la 10 aprilie 2010.

FIȘA DE LUCRU 1 *Activitatea 6:*

CARTONAȘE PENTRU BĂIEȚI	CARTONAȘE PENTRU FETE
Este dureros pentru un băiat atunci când prietenul lui cel mai bun din clasă îi spune că nu îi mai este prieten	Este dureros pentru o fată atunci când prietena ei cea mai bună din clasă îi spune că nu îi mai este prietenă
Este dureros pentru un băiat atunci când prietenii lui îi spun că este un laș	Este dureros pentru o fată atunci când prietenele ei îi spun că este băiețoasă
Este dureros pentru un băiat atunci când colegii lui îl tachinează că este slab/nătăfleț	Este dureros pentru o fată atunci când colegele ei o tachinează că este sensibilă
Este dureros pentru un băiat atunci când prietenii lui sunt nervoși și strigă la el	Este dureros pentru o fată atunci când prietenele ei sunt nervoase și o bârfesc
Este dureros pentru un băiat atunci când prietenii lui nu au încredere în el și îl fac mincinos	Este dureros pentru o fată atunci când prietenele ei nu au încredere în ea și o fac mincinoasă
Este dureros pentru un băiat atunci când prietenul lui spune secretul său unui alt coleg	Este dureros pentru o fată atunci când prietena ei spune secretul său unei alte colege
Este dureros pentru un băiat să fie lovit de colegii săi	Este dureros pentru o fată să fie lovită de colegele sale
Este dureros pentru un băiat atunci când prietenii lui îi spun că este nebun	Este dureros pentru o fată atunci când prietenele ei îi spun că este nebună
Este dureros pentru un băiat atunci când colegii lui îi spun că este cățelușul profesorului	Este dureros pentru o fată atunci când colegele ei îi spun că este cățelușul profesorului

ACTIVITATE 7. VIOLENȚA PE BAZĂ DE GEN ȘI BULLYING-UL ÎN ȘCOALĂ

VÂRSTĂ 13–18 ani
DURATĂ 40 de minute

OBIECTIVE

- Să sporească înțelegerea elevilor cu privire la bullying-ul în școală.
- Să dezvolte înțelegerea bullying-ului în baza genului și legăturile dintre dezechilibru de putere/abuz și VBG/bullying.
- Să înțeleagă impactul abuzului, să dezvolte empatie față de victime și să conteste atitudinile și comportamentele semenilor care susțin VBG/bullying în școală.

PREGĂTIRE

Materiale cu scenarii- selectați și adaptați din **FIȘA DE LUCRU 2**, flipchart și hârtie pentru flipchart, marker.

PAS CU PAS

- Împărțiți clasa în grupuri (de preferat mixte) de 4-6 elevi așezați în cercuri mici.
- Dați câte un scenariu diferit fiecărui grup și cereți-le să citească și să discute întrebările în cadrul grupului timp de 10 minute.
- Reveniți la grupul mare și cereți fiecărui grup să facă un rezumat scurt al scenariului și al discuției din grup.
- Discutați scenariile cu întregul grup folosind întrebările de mai jos.

DE REFLECTAT!

- La ce tipuri de violență (ex. izolare, amenințări, violență fizică) au fost supuse personajele? Vă rog să oferiți exemple.
- De ce au fost personajele supuse la așa ceva? Dacă grupul nu menționează, căutați sprijin din partea semenilor, ierarhii de putere, acuzarea victimei, bullying drept comportament 'acceptabil' sau 'normal', 'doar o glumă', lipsa de intervenție a profesorilor, etc.
- Au fost aceaste tipuri de bullying? De ce?
- Ce au încercat 'făptașii' să obțină prin comportamentul lor?
- Ce relații de putere ați observat? Cine are putere și de ce?
- Ce ar fi trebui să facă personajul abuzat? Ce ar putea să îl împiedice să vorbească sau să facă ceva?
- Dacă ați fi prietenul lui, cum l-ați sfătui să procedeze? Cum l-ați ajuta?

SFATURI

Aveți grijă că elevilor adesea le este greu să recunoască formele de violență care nu este fizică. De asemenea, ei pot crede că abuzul psihologic are consecințe negative minime pentru victime. Cel mai important lucru de învățat din această activitate este faptul că bullying-ul nu apare niciodată din vina victimei.

Ca încheiere, cereți-ște elevilor să indice un lucru pe care l-au învățat din scenarii.

Câteva mesaje de reținut:

- Bullying-ul este frecvent întâlnit în școală. Asta nu înseamnă că este în regulă.
- Bullying-ul pe bază de gen este incredibil de dureros pentru victime, atât fete cât și băieți. Victimele nu provoacă violența prin comportamentul/aspectul lor.
- Agresorii adesea nu au alte moduri de a face față emoțiilor lor contradictorii. Comportamentul lor violent poate fi un semnal că acești elevi trec prin dificultăți și "strigă" după ajutor prin comportamentul lor problematic.
- Violența se oprește doar cu o intervenție. Tăcerea, imparțialitatea și negarea doar perpetuează problema și nu întrerupe ciclul violenței/bullying-ului.

SURSĂ

Adaptat după "Youth 4 Youth- Empowering young people in preventing gender-based violence.

.through peer education" © 2012, Mediterranean Institute of Gender Studies – Disponibil online la: http://www.medinstgenderstudies.org/wp-content/uploads/Y4Y-Manual_digital_v12.pdf, accesat: 23 iunie 2016.

FIȘA DE LUCRU 2: SCENARII DE BULLYING ÎN ȘCOALĂ *Activitatea 7*

SCENARIU 1 MARIA

Maria este nouă la noi în clasă. Știți că se simte singură și își dorește mult să-și facă prieteni. O altă fată o întreabă dacă poate împrumuta telefonul ei mobil pentru a-și suna părinții. Mai târziu o vedeți pe fată ținând telefonul Mariei și râzând cu un grup de elevi pe hol. Când întrebi ce s-a întâmplat, fata explică faptul că a folosit telefonul Mariei pentru a publica un mesaj pe peretele ei de FB: 'contactați-mă pentru săruturi gratuite'. Ea îți arată că există deja câteva răspunsuri explicite la text din partea unor băieți care îi cer să se întâlnească cu ei. Toți elevii din grup glumesc spunând că Maria 'acum chiar este populară'

1. Cum credeți că au făcut-o colegii ei pe Maria să se simtă?
2. Cum vi se pare comportamentul fetei? Ce încerca ea să obțină?
3. Cum vi se pare comportamentul celorlalți implicați (elevii care râdeau și băieții care au răspuns la mesaj)? Ce încercau să obțină?
4. Ați defini experiența Mariei drept bullying? Dacă da, a fost comportamentul abuziv experimentat de Maria pe bază de gen?
5. Ce credeți că ar trebui să facă Maria acum?
6. Ce ați face/spune dacă ați fi prietenul/prietena Mariei?
7. Ce ați face/spune dacă ați fi prietenul/prietena fetei care a luat telefonul Mariei?

SCENARIO 2 PETER

Petru este un elev strălucit din clasa voastră. Alți elevi îi cer tema pentru a o copia, dar el refuză întotdeauna. El are astm și acest lucru face ca să fie dificil pentru el să participe la activități sportive. Recent, l-ai văzut având un atac de astm în timp ce juca fotbal. Colegii lui de echipă glumesc pe seama lui în fiecare zi și îl numesc 'cârpă'. Unul dintre băieți l-a îmbrâncit și a căzut în genunchi în noroi și i-a făcut o poză cu telefonul mobil. Mai târziu, același băiat vă cere să vă uitați la pagina lui de Facebook. Încărcase fotografia cu Petru, cu titlul 'Așa arată eșecul'. V-a spus că unii dintre elevi din clasă deja au dat „like" folotografiei. V-a cerut să spuneți cât mai multor oameni să dea „like" fotografiei.

1. Cum credeți că l-au făcut colegii lui pe Petru să se simtă?
2. Cum vi se pare comportamentul băiatului? Ce încerca el să obțină?
3. Cum vi se pare comportamentul celorlalți oameni implicați (toți cei care l-au făcut pe Petru 'cârpă' și care au dat 'like' la fotografia de pe Facebook)? Ce încercau să obțină?
4. Ați defini experiența lui Petru drept bullying?
5. Ce credeți că ar trebui să facă Petru acum?
6. Ce ați face/spune dacă ați fi prietenul/prietena lui Petru?
7. Ce ați face/spune dacă ați fi prietenul/prietena băiatului?

SCENARIU 3 ERIC

Eric este cu voi în aceeași clasă. O altă colegă, Laura, îi cere o întâlnire dar el nu a fost interesat. De atunci, Laura și prietenele ei râd de el de fiecare dată când trec pe lângă ele. L-au întrebat cu voce tare dacă 'preferă băieții în locul fetelor' astfel încât toată lumea să le audă. Unii dintre profesori le-au auzit și ei spunând acest lucru, dar au ignorat comentariile.
O săptămâna mai târziu, Laura și prietenele ei au lăsat broșuri despre drepturile homosexualilor și organizații de sprijin pe banca lui Eric.

1. Cum credeți că l-au făcut pe Eric să se simtă Laura și prietenele ei?
2. Cum vi se pare comportamentul Laurei? Ce încerca ea să obțină?
3. Cum vi se pare comportamentul prietenelor Laurei și al profesorilor care au ignorat comentariul? Ce încercau să obțină?
4. Ați defini experiența lui Eric drept bullying sau violență în baza genului? Dacă da, a fost comportamentul abuziv experimentat de Eric pe bază de gen?
5. Ce credeți că ar trebui să facă Eric acum?
6. What would you do/say if you were Eric's friend?
7. Ce ați face/spune dacă ați fi prietenul/prietena Laurei?

ACTIVITATE 8. MITURI ȘI REALITĂȚI DESPRE BULLYING

VÂRSTĂ 10–18 ani
DURATĂ 50 de minute

OBIECTIVE

- Să pregătească grupul/clasa pentru subiectul bullying, să conteste și să desființeze mituri.
- Să întărească informațiile care sunt reale, de încredere și valide.

PREGĂTIRE

FIȘA DE LUCRU 3: Mituri și realități despre bullying, flipchart și marker.

PAS CU PAS

- Explicați-e elevilor că veți juca toți un joc pentru a vedea cât de multă „informație subiectivă” și „mituri” are grupul despre bullying-ul la școală. Explicați că „mitul” se referă la informații neadevărate care sunt transmise mai departe ca fapte. Unele mituri conțin anumite informații exacte, dar în general nu sunt adevărate.
- Împărțiți clasa în două părți cu o linie invizibilă- partea stângă este pentru mituri și ficțiune, iar partea dreaptă pentru fapte și realitate.
- Citiți prima afirmație și dați-le instrucțiuni elevilor – cei care cred că afirmația este un mit, trec în partea stângă, iar cei care cred că este adevărat – trec în partea dreaptă. După ce toți elevii au decis, dicutați o perioadă de timp despre motivul pentru care au ales să fie în partea în care sunt.
- După ce au discutat fiecare afirmație, explicați-le elevilor dacă afirmația este adevărată sau este un mic.

SFATURI

Înțelegerea faptelor versus mituri despre agresori și victime este importantă pentru intervenție. Problemele victimelor și agresorilor nu sunt aceleași. Victimele bullying-ului au nevoie de intervenții care să îi ajute să-și dezvolte o imagine de sine pozitivă și care să-i învețe să nu de-a vina pe propria persoană pentru lucrurile care li se întâmplă. Agresorii trebuie să învețe strategii care să îi ajute să-și controleze furia și tendința lor de a da vina pe alți oameni pentru problemele lor. Semenii trebuie să învețe că bullying-ul este o problemă a întregii școli, în care toată lumea este răspunzătoare. Nu există observatori neimplicați.

SURSE

Adaptat după:

- http://www.bullying.co.uk/general-advice/bullying-myths-and-facts/, accesat: 12 iulie 2016
- http://www.education.com/reference/article/bullying-myths-facts/, accesat: 12 iulie 2016
- http://www.stopbullying.gov/resources-files/myths-about-bullying-tipsheet.pdf, accesat: 12 iulie 2016.

FIȘA DE LUCRU 3: MITURI ȘI REALITĂȚI DESPRE BULLYING *Activitatea 8*

MIT: Uneori copiii o cer.	**REALITATE:** Niciun copil nu cere să fie agresat. Fiecare copil face tot ce poate și nu merită să fie victimizat. Unii copii pot acționa sau arăta într-un anumit fel care atrage bullying-ul; sarcina noastră e să ne adresăm bullying-ului și să ajutăm victima să învețe abilitățile pentru a gestiona într-un mod mai eficient bullying-ul.
MIT: Uneori agresorii de fapt își ajută victimele împingându-i să învețe să se apere.	**REALITATE:** Frica nu este propice pentru a învăța să te aperi. Trebuie să-i învățăm pe copii abilitățile de care au nevoie pentru a fi autoritari într-un mediu înțelegător și susținător, nu prin coerciție și amenințări.
MIT: Elevii vor depăși victimizarea. Victimizarea de obicei se termină atunci când un elev se duce la liceu, adesea după primul an.	**REALITATE:** Efectele victimizării sunt profunde și pot ajunge până la maturizare. Traumatizarea gravă a persoanelor victimizate a fost legată de depresie, neputință și, în anumite cazuri, suicid. Putem preveni victimizarea identificând semnalele de alarmă și înțelegând efectele sale de durată.
MIT: Durează de un an. Ce mai contează acum? Copilul poate să gestioneze.	**REALITATE:** Doar pentru că respectivul copil a îndurat o situație dureroasă, asta nu înseamnă că situația este în regulă. Efectul cumulativ al hărțuirii poate fi copleșitor. Orice incident de bullying poate fi „paiul care sparge buba” provocând boală, evitarea școlii și chiar violență dacă persoana victimizată se răzbună.
MIT: Este în regulă să lovești pe cineva care te agresează, acest lucru îl va opri.	**REALITATE:** Este de înțeles că poți să fii furios, dar dacă ai deveni agresiv sau violent, lucrurile s-ar putea înrăutății pentru că și tu poți avea probleme
MIT: Doar băieții care sunt efeminați și mici sunt agresați; doar fetele care sunt nesigure și supraponderale sunt agresate.	**REALITATE:** Victimizarea nu se limitează la elevii care afișează caracteristici de pasivitate (precauție, sensibilitate, tăcere, anxietate și nesiguranță). Efectele victimizării afectează atât elevii care afișează caracteristici de pasivitate cât și pe cei care acționează provocator, pentru că unele victime ale bullying-ului caută un mod de a se apăra prin comportament provocator.
MIT: Victimele bullying-ului nu știu cum să se apere verbal sau fizic.	**REALITATE:** Societatea, părinții și școlile nu îi învață pe copii abilitățile autoapărării fizice, psihice, emoționale și verbale. Acest lucru se întâmplă pentru că majoritatea adulților nu știu cum să facă acest lucru.
MIT: Bullying-ul este un ritual de inițiere prin care trebuie să trecem toți.	**REALITATE:** Unii oameni pretind că hărțuirea, discriminarea, rasismul, violența, atacul, urmărirea, abuzul fizic, abuzul sexual, molestarea, violul și violența domestică sunt ritualuri de inițiere, dar toate sunt de neacceptat.
MIT: Agresorii sunt puternici din punct de vedere psihologic	**REALITATE:** Agresorii compensează pentru slăbiciunea lor cu agresiune. Ceea ce unii oameni văd în mod greșit drept „tărie psihică” este de fapt o determinare agresivă de a încălca granițele altor oameni fără respect sau considerație pentru ceilalți, fără a te gândi la consecințe, și un fond infinit de scuze și motivații goale pentru agresiunea lor. O motivație este o încercare de a pune o față acceptabilă social unui comportament inacceptab il social. Mulți adulți sunt păcăliți de această înșelătorie și manipulare.

MIT: Violența la televizor și jucarea jocurilor video violente îi face pe copii să fie violenți	**REALITATE:** Muli copii joacă jocuri video violente, dar doar puțini copii sunt violenți. De aceea, jocurile video violente nu sunt o cauză, altfel toată lumea care joacă jocuri video violente ar fi violentă, lucru care nu se întâmplă. Totuși, trebuie remarcat că interacțiunea repetată cu jocurile violente poate desensibiliza tinerii, în special tinerii în anii de formare.
MIT: Poți detecta un agresor după cum arată și se poartă.	**REALITATE:** Nu există așa ceva, și anume modul în care un agresor arată sau se poartă. Nu există o ținută sau un comportament anume.
MIT: Bullying-ul online nu implică rănire fizică, atunci care este problema?	**REALITATE:** De fapt, unii oameni s-au sinucis pentru că nu au văzut o cale de ieșire din hărțuire, amenințări și abuz continuu. Cicatricile emoționale rămân mult mai mult timp și uneori o persoană nu va reuși să treacă peste ele. Unele website-uri le permit oamenilor să posteze anonim ceea ce înseamnă că este foarte dificil să oprești acest abuz. Este important să se ia un screenshot al oricăror conversații, mesaje și posturi pe care le percepeți ca bullying, pentru a avea o dovadă.
MIT: Este ușor să identifici semnele bullying-ului	**REALITATE:** Nu este ușor să identifici semnele bullying-ului, pentru că nu este întotdeauna fizic și evident. Bullying-ul emoțional, verbal și online poate lăsa adesea cicatrici pe care oamenii nu le văd.
MIT: Copiii scapă de bullying când cresc	**REALITATE:** Destul de des, copiii care agresează cresc și devin adulți care agresează sau care folosesc comportamentul negativ pentru a obține ce doresc, dacă respectivul lor comportament nu a fost contestat de către autoritățile relevante, fie ele școală sau părinți, etc.
MIT: Bullying-ul implică doar făptași și victime	**REALITATE:** Mulți părinți, profesori și elevi văd bullying-ul ca o problemă care se limitează la agresori și victime. Dar bullying-ul implică mai mult decât dinamica agresor-victimă. Spre exemplu, incidentele de bullying sunt evenimente care au loc în public în mod tipic (mai degrabă decât în particular) care au martori. Studiile bazate pe observații de la locul de joacă au descoperit că în cazul majorității incidentelor, cel puțin alți patru semeni au fost prezenți ca martori, observatori pasivi, ajutoare ai agresorilor, susținători sau apărători ai victimelor. Un studiu a descoperit că în peste 50% din incidentele de bullying observate, semenii îi susțin pe agresori prin observare pasivă. În doar 25% din incidente, martorii au sprjinit victima prin intervenții directe, distragere sau descurajare a agresorului.
MIT: Copiii și tinerii care sunt agresați vor spune unui adult aproape întotdeauna.	**REALITATE:** Adulții adesea nu sunt conștienți de bullying — în parte pentru că mulți copii nu îl raportează. Doar 1/3 din elevii care au fost agresați au raportat acest lucru unui adult. Băieții și copiii mai mari sunt mai puțin predispuși decât fetele și copiii mai mici să spună unui adult despre bullying. De ce sunt copiii rezervați în a raporta bullying-ul? Ar putea să le fie frică de răzbunarea agresorilor. De asemenea, ar putea să le fie teamă că adulții nu vor lua în serios preocupările lor sau vor gestiona neadecvat situația de bullying.
MIT: Agresorii nu au prieteni.	**REALITATE:** Chiar dacă agresorii nu se gândesc la sentimentele altora, ei au prieteni care cred că bullying-ul este amuzant și grozav.
MIT: Agresorii și copiii care sunt agresați sunt două tipuri total diferite de copii.	**REALITATE:** Majoritatea copiilor care sunt agresați, la rândul lor îi agresează pe alții.

ACTIVITY 9. BEȚE ȘI PIETRE / CUVINTELE DOR

VÂRSTĂ 10–18 ani
DURATĂ 30 de minute

OBIECTIVE

- Să sublinieze puterea pe care o are fiecare de a interveni în situațiile de bullying.
- Să identifice moduri de a interveni în situații de bullying și hărțuire.
- Să identifice resursele de ajutor.

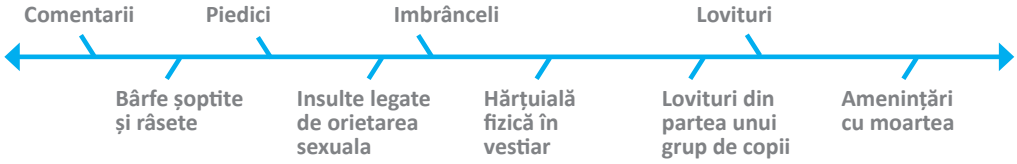
PREGĂTIRE

Flipchart, marker.

PAS CU PAS

Citiți-le elevilor următoarele studii de caz:

- „La școală, un grup de patru băieți au început să șoptească și să râdă de un alt băiat din școală, despre care credeau că e homosexual. Au început să comenteze atunci când treceau pe lângă el pe coridor. În curând, au început să folosească calomnii anti-homosexualitate. Până la finalul lunii, au ajuns cu hărțuirea la un alt nivel, punându-i piedică atunci când trecea pe lângă ei și împingându-l în vestiar în timp ce îl luau peste picior. În următoarea lună, ei au crescut gravitatea atacurilor lor- l-au înconjurat și doi băieți l-au ținut de brațe în timp ce alții îl loveau. În final, unul dintre băieți a amenințat că va aduce arma tatălui său la școală a doua zi și îl va ucide. În acest moment, un alt elev a auzit amenințarea și a anunțat poliția."
- Întrebați-i pe elevi dacă ceva similar s-ar putea întâmpla sau s-a întâmplat în școala lor? Cum cred ei că o astfel de situație ar putea afecta întreaga școală?
- Spuneți-le elevile că au discutat despre o situație care a început ca „șoapte și râs" și a devenit mai intensă, escaladând la violență.
- Trasați o linie dreaptă pe o hârtie de flipchart sau pe o tablă albă. Puneți 'șoapte și râs' la un capăt și 'amenințări cu moartea' la celălalt capăt.
- Cereți-le elevilor să completeze liniile de pe linia respectivă cu comportamentele care au avut loc între aceste două puncte. Ordinea ar trebui să arate astfel:



Scrieți următoarele întrebări pe hârtia de flipchart:

1. De ce credeți că această situație, care la început putea părea nevinovată, a progresat la violență?
2. În ce moment pe linie, credeți că ar fi fost cel mai ușor pentru cineva să intervină?
3. Care ar fi anumite moduri posibile de a interveni în diferite momente pe linie?

Împărțiți elevii în grupuri de patru și dați fiecărui grup o listă de flipchart cu întrebările. Acordați-le cinci minute pentru a răspunde la cele trei întrebări și notați răspunsurile lor pe hârtia lor.

DE REFLECTAT!

Discutați în cadrul grupului mare fiecare din cele trei întrebări de mai sus.

SFATURI

Toți avem puterea de a interveni în situații de bullying și hărțuire. Studiile arată că atunci când un observator intervine, agresiune încetează de obicei în 10 secunde.

SURSĂ

Adaptat după "Sticks and Stones" de Stephen L. Wessler. Educational Leadership, decembrie, 2000/ ianuarie 2001 (p. 28). BEYOND THE HURT | BULLYING PREVENTION (138 Youth Facilitator ' s Guide).

ACTIVITATE 10. HARTA AJUTORULUI

VÂRSTĂ 8–15 ani
DURATĂ 20–30 de minute

OBIECTIVE

- Să identifice resurse utile în rețelele de elevi formale sau informale.
- Să sporească nivelul de conștientizare și comportamentele de căutare a ajutorului în situațiile problemă.

PREGĂTIRE

Hârtie de flipchart, coli de hârtie și creioane/pixuri.

PAS CU PAS

- Dați fiecărui elev o coală de hârtie și cereți-le să se deseneze pe sine (elevii mai mici) sau să-și scrie numele în mijloc.
- Încurajați-i să se gândească la toate persoanele, grupurile sau serviciile/organizațiile diferite la care s-ar duce/pe care le-ar contacta într-o situație dificilă. Menționați și resursele ca Internetul (chat-uri, helplines etc.).
- Cereți-le să deseneze linii de la numele lor la capătul cărora vor scrie numele persoanei/grupului/serviciului unde pot cere ajutor și sprijin. Cereți-le să scrie orice le vine în minte.
- Drept rezultat, fiecare elev va fi creat o hartă a ajutorului care arată ca un păianjen.
- După aceea, cereți-le elevilor să formeze perechi și să discute hărțile cu un coleg.
- La final, cereți perechilor să-și prezinte hărțile, desenând pe o hârtie de flipchart o hartă comună a ajutorului pentru întreaga clasă, adăugând toate ideile noi și resursele utile.
- Atașați harta ajutorului într-un loc vizibil în clasă și face referire la ea în situațiile dificile.

DE REFLECTAT!

- Gândiți-vă la altcineva care v-ar putea ajuta.
- Ce credeți că se va întâmpla dacă vorbiți cu (alegeți din rețelele de pe hartă) despre situația dificilă/problema? Care ar putea fi reacția lor?
- Ce ați face dacă un alt elev v-ar cere ajutorul?
- Cum puteți contribui la rezolvarea problemei sale?
- Există diferențe între persoanele utile identificate la care fetele și băieții se vor duce pentru ajutor? De ce credeți că este așa?

SFATURI

- Fiți atenți că uneori elevii se poate să nu se simtă confortabil să se ducă la un adult (părinți, membri ai familiei și profesori) ca resurse utile, dacă se simt jenați sau dacă le este frică să nu fie acuzați că nu au acționat corespunzător într-o situație dificilă.
- Discutați cu copiii despre modul în care persoanele/grupurile/organizațiile/instituțiile pot ajuta în diverse situații. (ex. părinții, semenii, profesorii, doctorii, poliția, liniile de telefon, psihologii școlari, preoții, rudele, etc.)
- Încurajați copiii să caute ajutor și să nu se simtă singuri în problemele lor. Promovați comportamentele de căutare a ajutorului ca un punct forte și nu ca un semn de slăbiciune personală.

SURSĂ

Adaptat după "Linka detskej istoty" (LDI) (www.ldi.sk) de la Michele Elliott și Jane Kilpatrick: Stop bullying / Zastavme šikanovanie.

ACTIVITY 11. JOACĂ-TE CU NOI

VÂRSTĂ 6–12 ani
DURATĂ 30–45 de minute

OBIECTIVE

Să îi ajute pe elevi să-și dezvolte abilitățile empatice.

PREGĂTIRE

O imagine, legată de scurta poveste folosită pentru activitate.

PAS CU PAS

- Împărțiți clasa în mai multe grupuri mici (echipe) de 4-5 elevi.
- Spuneți-le elevilor că în scurt timp veți citi povestirea, urmată de o serie de întrebări, care vor fi mai întâi discutate în grupurile mici, iar răspunsurile grupurilor vor fi împărtășite cu restul clasei.
- Citiți povestirea întregii clase: *„Când clopoțelul anunță pauza, toată lumea din școală iese afară. Natalia este foarte fericită pentru că știe că vor juca fotbal și îi place. Ionuț nu este atât de încântat, pentru că el nu joacă fotbal bine, dar totuși îi place să încerce. Totuși, înainte de a începe să joace, Natalia îi spune că el nu va juca pentru că nu este un jucător bun și echipa lor ar putea să piardă din cauza lui."*
- Ghidați discuțiile grupurilor cu ajutorul întrebărilor de mai jos. Citiți doar o întrebare odată, permițând suficient timp pentru discuții, astfel încât fiecare grup să vină cu un răspuns comun. Stabiliți timpul pentru discuții în funcție de vârsta elevilor și nivelul lor de implicare. Alegeți și variați întrebările.
- Stimulați diversitatea contribuțiilor și dezbaterile, în locul răspunsurilor corecte. Întăriți contribuția fiecăruia, asigurându-i că toate părerile și ideile sunt valoroase. Asigurați-vă că discuțiile nu sunt dominate doar de unii elevi și că toți sunt de acord cu răspunsul de grup.
- Când este gata, fiecare grup va împărtăși răspunsul său. Comparați ideile și subliniați diferențele, nu adânciți discuția la acest moment. Oferiți contraexemple facilitând schimbarea de perspectivă și varietatea contribuțiilor. Continuați cu următoarea întrebare/următoarele întrebări.
- Ce a crezut Ionuț când Natalia i-a spus să nu joace? Cum s-a simțit? De ce?
- Ce a gândit Natalia când i-a spus aceasta lui Ionuț? Cum s-a simțit ea? De ce?
- Dacă ai fi unul dintre elevii care a jucat fotbal, ce i face? De ce?
- Dacă nici unul dintre colegi nu ia-r spune lui Ionuț să joace, cum s-ar simți el? De ce?
- Dacă cineva i-ar cere să facă parte din grupul său, cum s-ar simți el? De ce?
- Cunoașteți pe cineva care a trecut prin ceva similar? Ați simțit vreodată ceva similar? Ce au făcut ceilalți?
- Ce am putea face ca Ionuț să se simtă mai bine?
- Pentru a consolida și generaliza conținutul discutat, cereți-le elevilor să vină cu un slogan/afirmație, care să rezume munca depusă. Formulați împreună un slogan pentru întregul grup, folosindu-vă de întrebările următoare: Ce am învățat astăzi? La ce este util?
- Asigurați-vă că afirmația e scurtă, pozitivă și ușor de reținut. Scrieți-o și poziționați-o într-un loc vizibil în clasă.

DE REFLECTAT!

Introduse în activitatea de mai sus.

SFATURI

- Alocați suficient timp pentru fiecare întrebare astfel încât elevii să poată explora diferite posibilități de răspunsuri.
- În cazul în care continuați să lucrați într-o sesiune de urmărire, începeți prin a le reaminti elevilor povestirea inițială și principalele contribuții.

SURSĂ

Pe baza programelor de prevenire a bullying-ului ale Salvați Copiii România (www.salvaticopiii.ro).

ACTIVITATE 12. URCÂND MUNTELE

VÂRSTĂ 10–16 ani
DURATĂ 90 de minute

OBIECTIVE

- Să construiească abilități pentru lucrul în echipă, cooperare și rezolvarea sarcinilor.
- Să extindă comportamentul de a ajuta și de a susține.
- Să întărească relația dintre profesor și grup/clasă.

PREGĂTIRE

- Recuzită: Rucsaci, eșarfe, frânghii (depinde de numărul de participanți; pentru 10 elevi): 1 sau două frânghii și 10-15 eșarfe).
- Al doilea facilitator.

PAS CU PAS

- **Cereți-le elevilor să ia un loc într-un cerc mare. Spuneți-le sau citiți-le povestirea după cum urmează:**
  - „Vreau să vă invit să urmăriți o poveste de aventuri în cel mai înalt multe din lume, Muntele Everest. Un grup de montaniarzi internaționali bravi și curajoși intenționează să se cațere pe vârful Muntelui Everest pentru prima dată fără oxigen.
  - Ei își încep expediția de la tabăra de bază, de la poalele muntelui. În tabără sunt diferite grupuri; alți montaniarzi, un spital cu asistente și doctori și un elicopter cu un pilot și un operator radio. În plus, există o echipă de cameramani care să documenteze această aventură uluitoare.
  - Expediția începe dimineața foarte devreme după ascultarea raportului meteo. Chiar la început, ei trebuie să depășească zona periculoasă cu stânci ascuțite și porțiuni de gheață înșelătoare. După multe eforturi, grupul ajunge în vârful muntelui, complet extenuat. Foarte curând, o furtună începe și grupul se găsește într-o situație dificilă. Ei au nevoie de ajutor și îl cer.
  - Personalul spitalului și pilotul elicopterului se pregătesc pentru operațiunea de salvare. Ei zboară până în vârf și reușesc să salveze cățărătorii din această situați critică. După ce se întorc la poalele muntelui, doctorii și asistentele îi tratează pe cei răniți.
  - Când s-au recuperat, președintele Tibetului, care a apreciat mult ce au realizat, i-a decorat cu cea mai mare distincție. Această ceremonie a fost transmisă de NTV/ RTL/BBC/CNN”.

- **Împărțiți elevii în două grupuri principale –** cățărători și echipa spitalului. Fiecare decide din ce grup să facă parte. Al treilea grup poate fi format din pilot și copilot.
- **Spuneți-le elevilor că ar trebui să-și imagineze că sunt în rolul unui cățărător**, al unui pilot, al unui doctor, etc. și cereți-le să joace acest rol. Luați recuzita (eșarfe, frânghii, rucsaci) și spuneți-le că le pot folosi în jocul pe roluri.
- **Spuneți-le cățărătorilor și echipei spitalului să aleagă un spațiu din clasă și să-l pregătească pentru joc.** Spre exemplu, cățărătorii pot pune scaune și alte obiecte care pot fi provocările pe care trebuie să le depășească în timpul expediției. Trebuie să aleagă un lider care va organiza echipa expediției. Spuneți echipei spotalului să aleagă scaune pentru paturile spitalului. Liderul spitalului trebuie să organizeze echipa medicală – spre exemplu, cine poate „asigura” asistență medicală, cine îi poate întreba pe pacienți ce îi doare, cine va coordona „procesul de spitalizare”, etc.

- **Asigurați-vă că fiecare elev se simte bine în rolul său în timpul părții de acțiune a jocului.** Instruiți primul grup să se „cațere pe vârf”; pot folosi frânghia pentru a se ajuta unul pe altul. Elevii pot folosi scaunele drept obstacole și provocări pe care trebuie să le depășească în timpul cățărării. Este mai bine să începeți cu această echipă și să îi urmăriți în timpul jocului. Echipa spitalului își așteaptă partea lor. Între timp, al doilea facilitator le oferă sprijin.
- **Asistați elevii în rezolvarea sarcinilor spunând** că fiecare este responsabil pentru excursie și trebuie să aibă grijă unul de altul până la sfârșit.

- **În final toți cățărătorii „trec” printr-un examen medical** – momentul în care acționează echipa medicală. Piloți „transferă” cățărătorii la spital și echipa medicală are grijă ca toată lumea să fie în siguranță. Aveți grijă că unii elevi vor prefera doar să ia pe cineva și să-l/s-o transfere la „spital”. Asigurați-vă că nimeni nu este rănit pentru că elevii pot deveni foarte activi. Instruiți-i pe elevi să ia mâna persoanei și îl/o transferă la grupul spital în sens simbolic.

- **Recapitulând, anunțați că sunteți foarte fericiți că toată lumea a fost importantă în acest joc. Invitați elevii să-și împărtășească experiența din rolurile pe care le-au jucat și să reflecteze asupra procesului în grup. Faceți referire la următoarele întrebări în timpul împărtășirii:**
  1. Întrebări pentru reflecție
  2. Cum te-ai simțit să fii cățărător, pilot și doctor?
  3. Ce ai învățat în echipa de cățărători?
  4. Cum a fost să-i ajuți pe alții în rolul de doctor? Cum a fost să transferi cățărătorii la spital, ca pilot?
  5. Ai crezut că ceilalți te vor ajuta în timpul expediției?
  6. Ai putea face la fel, dacă cineva din clasă are probleme?
  7. Este posibil să ne folosim experiența din joc în relațiile noastre cu ceilalți în clasă- în ce fel?

SFATURI

Această activitate poate încuraja elevii să devină foarte activi, haotici și zgomotoși.
Jocul ar trebui moderat de 2 membri ai personalului școlar. O persoană poate participa drept co-moderator sau, dacă doriți, chiar ca unul dintre personaje exact ca elevii. Acest lucru va consolida nivelul de contientizare al grupului și relațiile cu elevii voștri.
Instruirea poate fi oferită pas cu pas, pentru că durează destul de mult. Asigurați-vă că elevii ascultă atent atunci când opriți jocul și introduceți următorul pas.

SURSĂ

Creație proprie, Kristina Nenova (Animus Association Foundation), adptată după Mr. Stefan Flegelscamp, Psychodrama Institute Szenen, Germany.

ACTIVITATE 13. FEREASTRA LUI JOHARI

VÂRSTĂ 7–18 ani
DURATĂ 60 de minute

OBIECTIVE

- Să crească nivelul de conștientizare cu privire la modul în care elevii se văd pe ei înșiși și modul în care alții îi percep.
- Să înțeleagă și să arate autoacceptare și că sunt conștienți de propria persoană.
- Să crească dezvoltarea personală, comunicarea interpersonală și relațiile interpersonale.

PREGĂTIRE

Pixuri, creioane colorate, hârtie, foi colorate care se lipesc (Post-it-uri).

PAS CU PAS

- Explicați grupului că această activitate le va permite să se vadă prin ochii altora într-o lumină pozitivă. Evidențiați faptul că focusul este pe fiecare caracteristică pozitivă.
- Înmânați-i fiecărui elev câte o coală de hârtie împărțită în 4 secțiuni. Cereți-le să-și decoreze propria 'fereastră' după cum le place. Apoi cereți-i fiecărui elev să eticheteze fiecare pătrat al ferestrei cu următorii termeni:

1	2
3	4

1. „Eu știu și tu știi"
2. „Tu știi"
3. „Eu știu"
4. *lăsați al patrulea pătrat neetichetat pentru moment*

- Odată ce toată lumea are fereastra gata, cereți-le elevilor să lipească hârtia în spatele fiecăruia sau să o pună pe podea în fața lor.

Cereți-le elevilor să scrie fiecare pe bilețele separate câteva gânduri pozitive despre ei înșiși folosind adjective sau fraze scurte. Încurajați-i să găsească cel puțin patru. Oferiți-le câteva exemple: *„Sunt un foarte bun povestitor"; „Sunt un bun ascultător; prieten; onest; bine organizat"*, etc. Păstrați aceste post-it-uri ca o listă personală.

- Apoi cereți-le să scrie 1-3 atribute pozitive despre fiecare elev pe post-it-uri diferite și să le pună în al patrulea pătrat, cel neetichetat, al persoanei despre care scriu, fără să-și scrie propriul nume pe ele. Dacă grupul este unul cu un nivel scăzut de învățare sau are abilități de limbaj limitate, le puteți furniza o varietate de cuvinte, uneori cu imagini alăturate la vedere, pentru a ajuta procesul.
- Odată ce toată lumea a fost acest lucru, cereți-i fiecărui elev să petreacă niște timp recapitulând ferestrele individual. În această fază, doar cei care sunt pregătiți și doresc, vor împărtăși sentimentele lor cu grupul.
- Acum cereți grupului să înceapă să sorteze post-it-urile pe fereastra lor:
  - În primul pătrat (Eu știu și tu știi) ei trebuie să pună cuvintele/frazele care se potrivesc cu notițele pe care le-au făcut la început pentru ei înșiși.
  - În al doilea pătrat (Tu știi) tot ce a fost spus despre ei de către ceilalți, informații care nu s-au aflat pe lista lor personală
  - În al treilea pătrat (Eu știu), ei trebuie să pună tot ce a fost menționat pe lista personală dar nu a mai fost menționat și de altcineva.

Odată ce elevii au terminat ferestrele, ei le pot împărtăși cu restul grupului.
Apoi, explicați-le că:

- Fereastra "Eu știu și tu știi" este partea din noi de care suntem încrezători și pe care o arătăm de bunăvoie celorlalți. Poate doriți să lucrați mai mult la aceasta și să întrebați: *Cum poți contrui mai departe pe aceasta? Cum poți face mai mult din aceasta? Îți place să fii văzut/ă astfel?*

- Fereastra „Tu știi” este modul în care ne văd ceilalți, noi nefiind conștienți de aceste calități. Puteți explica și că uneori potențialul există, dar suntem prea timizi, prea emoționați sau prea temători pentru a-l recunoaște. Cu toate acestea, alții ne pot ajuta să facem acest lucru. Poate doriți să lucrați mai mult la aceasta și să întrebați: *Pe care dintre aceste caracteristici ți-ar plăcea să le adopți mai mult? Cum te poți vedea astfel? Îți plac toate sau unele dintre aceste calități? Ce calități te-au surprins cel mai mult?*
- Fereastra „Eu știu” se referă a potențialul fiecărei persoane. Pătratul ferestrei se referă la ce crede participantul că este capabil să facă, dar nu o face suficient, îi este prea frică sau teamă și/sau se reține. Poate doriți să lucrați mai mult la aceasta și să întrebați: *De ce ați avea nevoie pentru a arăta și această latură a voastră? Dacă ați putea să cereți ajutor pentru a putea face acest lucru, cui i-ați cere? Există ceva aici ce nu vrei să împărtășești, ci preferi să îi pentru tine?*

Ulima fereastră care a rămas neetichetată reprezintă creșterea și devoltarea personală.

- Odată ce toți elevii au terminat de împărtășit ce au dorit să împărtășească despre primele trei pătrate, încurajați-i să-și imagineze cum vor fi în viitor, explorând aspectele pozitive despre care au vorbit din propria fereastră și, poate, adăugând idei pe care le-au auzit atunci când au ascultat discuția despre celelalte ferestre.
- În final, cereți-le să facă un pas înapoi și să se vadă pe ei și calitățile lor actuale împreună cu imaginea de sine, și capacitatea pe care o au pentru a se dezvolta.

SFATURI

Există câteva adjective în Fișa de lucru 4 pe care le puteți sugera elevilor.

SURSĂ

Adaptat după Chapman, A. (2003).

FIȘA DE LUCRU 4 *Activitatea 13*

CAPABIL	ORGANIZAT	EXTROVERTIT	INGENIOS	MATUR
ISTEȚ	CARE ACCEPTĂ	PRIETENOS	INTELIGENT	MODEST
BUN	COMPLEX	GENEROS	INTROVERTIT	NERVOS
DEMN	ÎNCREZĂTOR	CU SPIRIT DE OBSERVAȚIE	ADAPTABIL	FERICIT
BRAV	DE AJUTOR	PE CARE TE POȚI BAZA	CUNOSCĂTOR	VESEL
CALM	ÎNDRĂZNEȚ	IDEALIST	AFECTUOS	TIMID
LOGIC	ENERGIC	INDEPENDENT	IUBITOR	PUTERNIC
MÂNDRU	RELIGIOS	CONȘTIENT DE PROPRIA PERSOANĂ	CARAGHIOS	ÎNCORDAT
TĂCUT	RECEPTIV	SENSIBIL	DE ÎNCREDERE	DEȘTEPT
CALD	CARE CAUTĂ	SENTIMENTAL	SPONTAN	GÂNDITOR
RELAXAT	DECIS	RĂBDĂTOR	SOLIDAR	ÎNȚELEPT

ACTIVITATE 14. ANIMALE ȘI TRĂSĂTURI BUNE

VÂRSTĂ 9 ani și peste
DURATĂ 30–45 de minute

OBIECTIVE

- Să dezvolte nivelul de conștientizare cu privire la trăsăturile bune ale propriei persoane și ale altora.
- Să experimenteze și să prețuiască sentimentele de merit și apartenență.
- Să promoveze comentariile pozitive și feedback-ul apreciativ în rândul participanților.

PREGĂTIRE

Hârtie (o coală de hârtie per elev) și creioane colorate sau pixuri

PAS CU PAS

- Invitați elevii să termine fraza: ***Dacă aș fi un animal, aș fi...*** , și apoi lucrând individual să se deseneze drept animalul preferat, care simt ei că are trăsături similare cu ale lor. Spuneți-le elevilor să nu scrie nimic despre animal și să nu-și treacă numele pe desene.
- Elevii vor împături desenele pentru a asigura confidențialitatea lor și le vor pune în mijlocul clasei.
- Acum, fiecare elev alege un desen din grămadă. Dacă au ales din întâmplare propriul desen, ei îl vor pune la loc și vor alege din nou. Toată lumea trebuie să aleagă un desen al altcuiva.
- Pe desenul ales, fiecare elev, lucrând separat, trebui să enumere toate lucrurile bune care le vin în minte despre acel animal. Subliniați că se vor enumera numai aspectele pozitive.
- Când sunt gata, pe rând, fiecare animal va fi arătat și trăsăturile bune vor fi citite tare. Desenele pot fi afișate și/sau înapoiate elevului, care a enumert calitățile.

DE REFLECTAT!

Împărtășirea de comentarii pozitive promovează încrederea, simțul valorii și apartenenței.
Asigurați-vă că doar trăsăturile bune ale animalelor sunt enumerate și citite grupului. În cazul aspectelor negative sau vagi, întrebați următoarele:

- De ce credeți că această trăsătură este una pozitivă?
- Ce te face să crezi că este corect?
- Ce alte trăsături vă trec prin minte care să fie pozitive?

La final:

- Ce ai simțit în timpul această activitate?
- Ce ați aflat despre voi înșivă?

SFATURI

- Dacă s-a dezvoltat un nivel ridicat de empatie și încredere, elevii pot ghici pe cine reprezintă animalul.
- Puteți întreba dacă autorul desenului dorește să-l primească înapoi și cum s-a simțit să audă toate acele calități despre animalul lor.
- Este important să se păstreze confidențială identitatea elevului care a desenat animalul și să nu se pună presiune pe nimeni să 'iasă' în față ca autor al animalului.

SURSĂ

Adaptat după: Life Skills–based Education for Drug Use Prevention Training Manual. Disponibil online și accesat 29 iulie 2015: http://www.unicef.org/lifeskills/files/DrugUsePreventionTrainingManual.pdf.

ACTIVITATE 15. COȘUL DE GUNOI ȘI RUCSACUL

VÂRSTĂ Oricare
DURATĂ 5–10 de minute

OBIECTIVE

Să încurajeze elevii să se gândească la ce le-a plăcut sau nu cu privire la activitate/sesiune/atelier.

PREGĂTIRE

- Un coș de gunoi și un rucsac sau imagini laminate ale acestora
- Cartonașe din hârtie/Post-it-uri în două culori diferite (ex. verde și roșu)
- Pentru elevii mai mici: Cartonașe cu imagini pentru toate activitățile din timpul lecției/sesiunii/atelierului (ex., introducere/încălzire, brainstorming, lucru în grupuri, joc pe roluri, gustare etc.)

PAS CU PAS

- Distribuiți post-it-urile colorate și spuneți-le elevilor că pot lua atâtea câte au nevoie din fiecare culoare. Cereți-le să scrie unul sau mai multe lucruri care le-au plăcut în timpul activității pe cele verzi, punându-le în rucsac și unul sau mai multe lucruri care nu le-au plăcut pe cele roșii – punându-le în coșul de gunoi. Acordați-le câteva minute pentru a lucra individual. Feedback-ul lor este anonim, nu se va scrie niciun nume pe bilețele.
- Cu elevii mai mici procedați în felul următor: Ridicați un cartonaș și întrebați-i pe elevi, pe toți odată, dacă le-a plăcut respectiva activitate. S-ar putea să aveți nevoie să numărați mâinile și să alegeți ce a spus majoritatea. Dacă este DA, activitatea merge în rucsac pentru a fi folosită din nou. Dacă este NU, poate să meargă în coșul de gunoi.

DE REFLECTAT!

Puteți folosi o selecie a acestora pentru runda finală de feedback:

- V-a plăcut această activitate?
- A fost ceva ce nu v-a plăcut și de ce?
- Există vreo activitate pe care v-ar plăcea să o luați în considerare pentru data viitoare?
- Care a fost activitatea voastră preferată?
- Ce ar trebui să meargă în rucsac?
- Ce ar trebui să meargă în coșul de gunoi?
- Ce ar trebui să fie diferit data viitoare?

SFATURI

Acesta este un instrument util pentru a reflecta la succesul activității și atelierului ca întreg.

SURSĂ

Pe baza practicii formării lui Barnardo, (www.barnardos.org.uk, tracy.bell@barnardos.org.uk)

PARTEA 5. INSTRUMENTE PENTRU IDENTIFICAREA TIMPURIE ȘI INTERVENȚIE ADECVATĂ ÎN CAZURI DE BULLYING

SEMNE DE ATENȚIONARE ȘI INDICII DE BULLYING

În calitate de profesor sau specialist în domeniul educației, vi se cere să fiți activ atât în prevenirea bullying-ului și violenței în școală, cât și în intervenții adecvate în cazul în care apar situații de bullying. Fiind conștient de și atent la semnele și semnalele din partea unor elevi individuali sau grupuri din cadrul clasei/școlii, vă poate ajuta să recunoașteți și identificați timpuriu semnele situațiilor de bullying. Recurgerea la o poziție de conștiență și observație sensibilă a interacțiunilor sociale din clasă, fiind în același timp deschis, nepărtinitor, dând dovadă de tact și susținere în reacțiile voastre, vă va îndruma în evaluarea situației. Astfel puteți evita subestimarea și reacțiile exagerate la potențialele semne ale cazurilor de bullying. Păstrarea dinamicii grupului în centrul atenției vă va ajuta de asemenea să deosebiți 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.

DE UNDE ȘTIM CĂ UN ANUMIT ELEV ESTE AFECTAT DE 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 incidențelor bullying-ului și evidențierea riscurilor de bullying în cadrul școlii. Iată mai jos o listă de indicatori, listă compilată din lucrările mai multor autori[2].

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.

2 Olweus (1993), Rigby (1996), 8UNG IN DER SCHULE- Unterrichtsmaterial zur Gewaltprävention (2010). Initiative Gesundheit und Arbeit, www.iga-info.de; Werner (2014). Mobbing in der Schule erkennen und handeln- Leitfaden für LehrerNorderstedt, https://www.beamten-infoportal.de/blog/wp-content/uploads/Mobbing-in-der-Schule-erkennen-und-handeln-Leitfaden-fuer-Lehrer.pd

CUM PUTEȚI SĂ GESTIONAȚI ÎN MOD EFICIENT SITUAȚIILE DE BULLYING?

În continuare prezentăm pe scurt abordările de intervenție ale lui Olweus (Hazelden Foundation, 2007) și Rigby (1996).

Modelul simplu în șase pași al lui olweus:

Pasul 1: Opriți bullying-ul
Pasul 2: Sprijiniți victima agresiunii în așa fel, încât să-I permită redobândirea controlului asupra emoțiilor sale și „menținerea imaginii” (“save face”)
Pasul 3: Abordați agresorul, spunându-i comportamentului de bullying pe nume și explicând de ce este inacceptabil acest tip de comportament
Pasul 4: Responsabilizați spectatorii/observatorii prin apreciere sau informații referitoare la felul în care să acționeze în viitor
Pasul 5: Impuneți consecințe logice, non-violente.
Pasul 6: Dacă este posibil, discutați ulterior cu victima agresiunii pentru a vă asigura că bullying-ul s-a oprit.

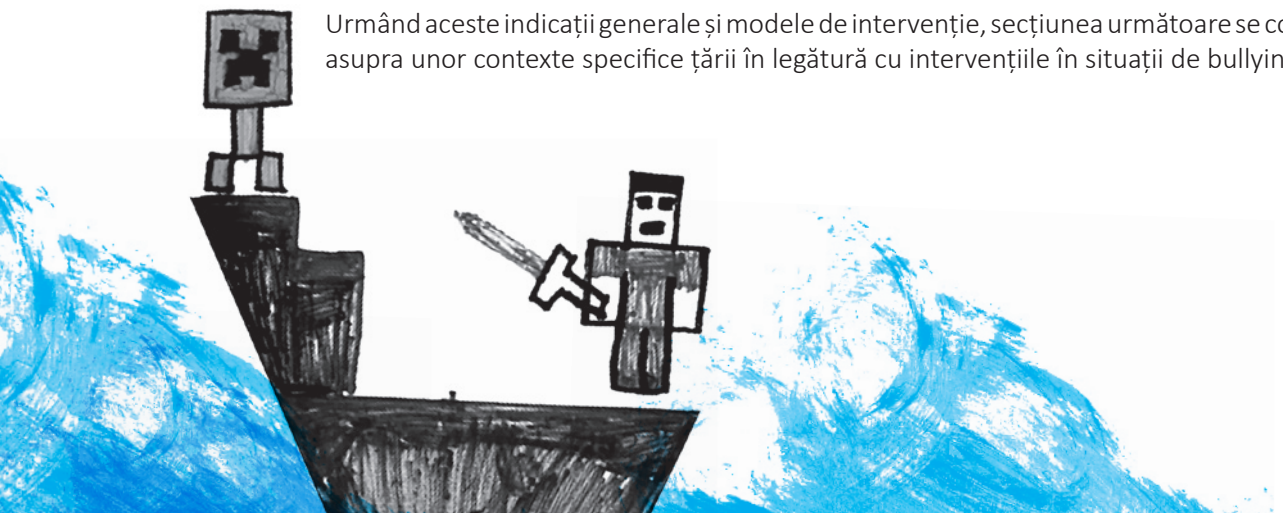
ABORDĂRILE DE ALTERNATIVE PRACTICE ALE LUI RIGBY PENTRU ADRESAREA AGRESORILOR CUPRIND:

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

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

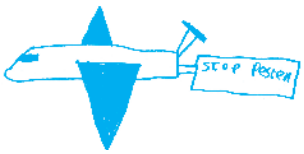
- ***Abordarea de ne-învinuire.*** Această abordare necesită adunarea grupurilor de copii care cuprind agresori. În mod normal vor fi implicați un număr de copii cu influență pro-socială. Se va descrie încercarea prin care trece victima, iar grupul este lăsat să vină cu o soluție responsabilă. Rezultatul este monitorizat atent.
- ***Metoda îngrijorării împărtășite.*** Aceasta necesită din partea consilierului împărtășirea cu membri individuali ai grupului a îngrijorării sale pentru „victimă” și provocarea unei promisiuni de acționare într-o manieră specifică și pozitivă în intercțiunile ulterioare cu victima. Aceasta se efectuează într-o manieră neamenințătoare, de-a lungul liniilor directoare sugerate de profesorul Anatol Pikas.

Urmând aceste indicații generale și modele de intervenție, secțiunea următoare se concentrează asupra unor contexte specifice țării în legătură cu intervențiile în situații de bullying.



RECOMANDĂRI PRACTICE PENTRU INTERVENȚIE ÎN CAZ DE BULLYING ÎN CADRUL ȘCOLII

Acest capitol oferă o prezentare generală a politicilor și regulamentelor de intervenție disponibile împotriva fenomenului de bullying, a măsurilor de raportare și sprijin din România. Din nou, un spectru larg de reglementări și diferențe distincte pot fi observate între diferitele țări, în ceea ce privește, de exemplu, necesitatea aplicării sau neaplicării unei politici obligatorii împotriva fenomenului de bullying în școli, abordarea fenomenului de bullying în numele personalului școlii, sau implicarea elevilor și părinților în elaborarea, discutarea sau adoptarea acestor politici și acțiuni de intervenție.



CUM SĂ INTERVENIM?

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 conștiență 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.

CUM RAPORTĂM CAZURILE DE BULLYING?

În conformitate cu *Legea Română nr. 272/2004 cu privire la protecția copilului, întregul personal din educație, sănătate și protecția copilului trebuie să raporteze orice suspiciune cu privire la abuzul împotriva copilului sau cazurile în care un copil este într-o situație de violență. Raportarea se face telefonic și/ sau în scris, către serviciul local de protecția copilului.*

În cazurile de violență în cadrul școlii, se informează în primă instanță echipa de conducere a școlii. Nu există prevederi specifice legate de bullying.

CUM/UNDE/CUI SE DEFERĂ?

Când se deferă un caz de bullying, instituțiile care se vor contacta sunt:

La nivel local:

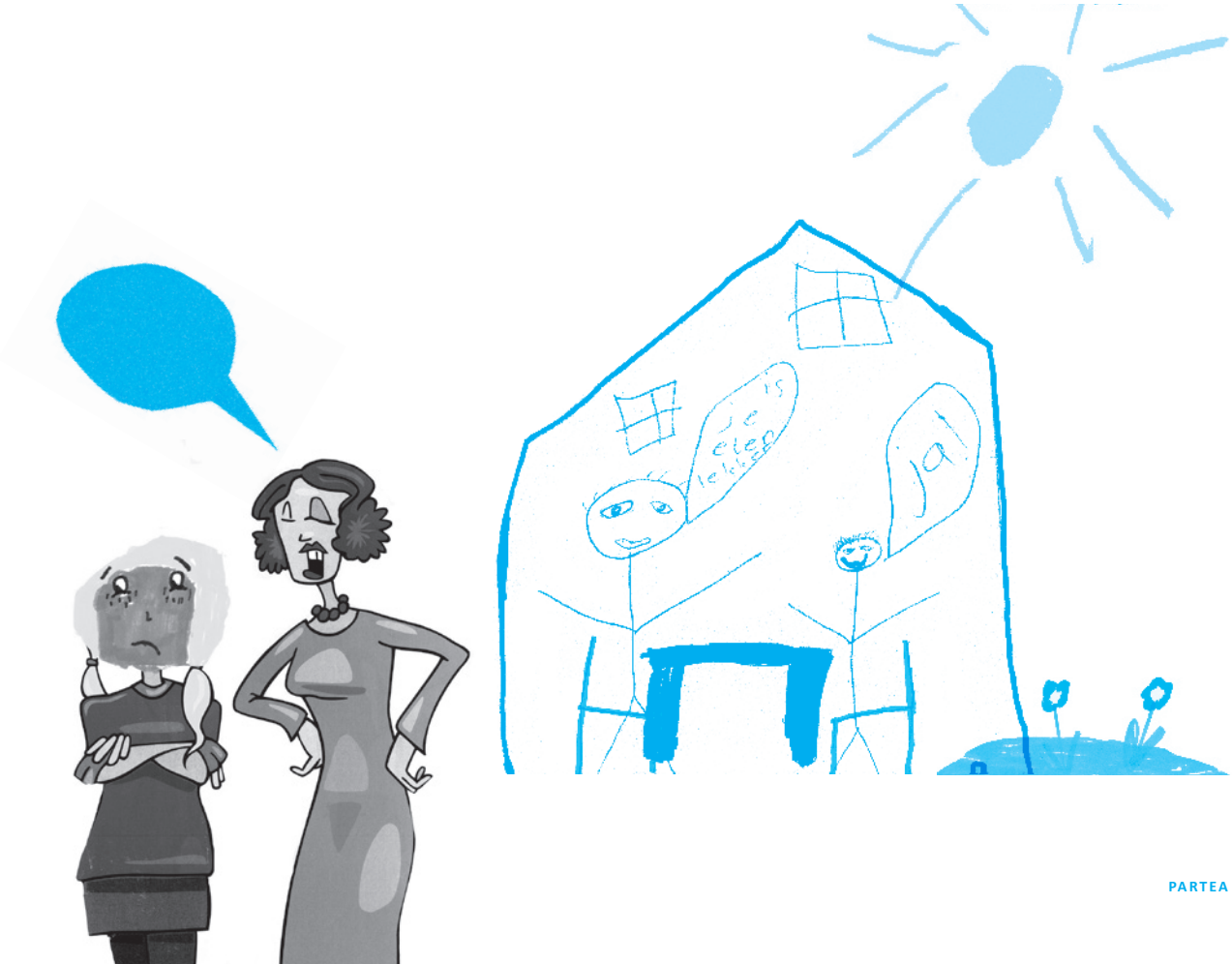
- Inspectoratul Școlar Județean
- Centrul Local Județean de Asistență Psiho-Pedagogică și Resurse Educaționale
- Direcția Județeană de Protecția Copilului
- Centrul Comunitar cu Servicii de Sănătate Mintală pentru Copii și Adolescenți

La nivel central:

- Centrul Municipal de Asistență Psiho-Pedagogică și Resurse Educaționale: **www.cmbrae.ro**
- Consiliul Național pentru Combaterea Discriminării: **www.cncd.org.ro**
- Consiliul Național al Elevilor: **www.consiliulelevilor.org**
- Autoritatea Națională pentru Protecția Drepturilor Copilului: **www.copii.ro**

Cum abordăm părinții?

Părinții sunt contactați și informați despre fiecare situație de bullying care intră în atenția personalului școlii. Principalele persoane responsabile pentru abordarea părinților sunt profesorii de la clasă și consilierul școlar. De asemenea, părinții sunt informați direct de către copii, în special în cazurile în care copiii sunt victimele bullying-ului. Uneori directorul școlii este cel care informează familia.



PARTEA 6. BIBLIOGRAFIE SUPLIMENTARĂ ȘI MATERIALE AJUTĂTOARE PENTRU INSTRUIRE

SALVAȚI COPIII ROMÂNIA

www.salvaticopiii.ro

Suntem o organizație neguvernamentală, de utilitate publică, cu misiunea de a garanta promovarea egalității de șanse pentru toți copiii, indiferent de mediul din care provin, cu o atenție specială pentru cei care se confruntă cu situații dificile. În momentul de față desfășurăm programe în peste 45 de localități; avem filiale în 12 județe și București, peste 6000 de membri și peste 3.200 de tineri voluntari.

PROTECȚIA ÎMPOTRIVA VIOLENȚEI

Oferim modele de educație pozitivă și contribuim la prevenirea și reducerea violenței împotriva copiilor. Inițiativele organizației Salvați Copiii, orientate către reducerea violenței împotriva copiilor și promovarea educației pozitive, începute în 1999, au avut următoarele rezultate: interzicerea prin lege a pedepsei fizice și umilitoare și a tratamentelor degradante aplicate copiilor (Legea nr. 272/2004 cu privire la protecția copilului și promovarea drepturilor copilului), dezvoltarea a 6 centre de consiliere (București – 2, Iași, Suceava, Timișoara și Târgu-Mureș), în care peste 30.000 de copii și părinți au beneficiat de servicii de consiliere psihologică gratuită și programe de educație parentală.

Contribuim la utilizarea în siguranță a Internetului de către copii și asigurăm instruirea personalului didactic. În 2008, Salvați Copiii a devenit coordonatorul național al programului Sigur.info sprijinit de Comisia Europeană.

111.000 de copii și 53.000 de părinți și profesori au beneficiat de informare și consiliere, în timp ce operatorii Helpline au răspuns la peste 3000 de apeluri făcute de copii, părinți și membri ai personalului didactic. Am întocmit primul Ghid pentru siguranța online în mediul școlar din România, asumat de Ministerul Educației și Cercetării Științifice și l-am distribuit către 5300 de membri ai personalului didactic care au participat la sesiunile de formare.

Am organizat școli de vară anual, cu participarea a peste 200 de copii din România și 11 alte țări europene.

Dezvoltăm campanii și programe pentru protecția copiilor dispăruți și a victimelor traficului de copii. Ca membru al Federației Europene pentru Copii Dispăruți și Exploatați Sexual – Missing Children Europe, Salvați Copiii a contribuit la dezvoltarea sistemului european pentru protecția copiilor dispăruți și în 2004 a creat un sistem național de sprijin și protecție dedicat copiilor victime ale traficului (11 centre). Am educat 50.000 de elevi cu privire la riscul traficului cu copii, și 4.000 de copii aflați în risc sau victime ale traficului au beneficiat de sprijin și reintegrare psihologică și socială. În 2005, am întocmit și promovat Codul de conduită pe tema eliminării traficului cu copii și a exploatării sexuale în sectorul de turism.

EDUCAȚIE

Le oferim copiilor acces la educație preșcolară. Având convingerea că accesul la grădiniță duce la o mai bună integrare în școală, Salvați Copiii a dezvoltat programul multianual de educație preșcolară dedicat, în special, copiilor de etnie romă care provin din comunități vulnerabile. 5.000 de copii au fost înregistrați în 240 de grupe de grădiniță (inclusiv grupe de vară), în timp ce 2.650 de părinți au beneficiat de consiliere și sprijin material. Pentru o mai bună înțelegere a nevoilor copiilor din comunitățile rome, au fost instruiți 1.370 de educatori.

Dezvoltăm programe naționale pentru reintegrarea în școli și prevenirea abandonului școlar. Reintegrarea copiilor în școală și prevenirea abandonului școlar sunt obiective majore stabilite de Salvați Copiii. În acest scop, Salvați Copiii a dezvoltat programe multianuale ce țintesc la facilitarea accesului la educație școlară prin implementarea de servicii educaționale și sociale. 16.700 de copii au fost incluși în programele „A doua șansă" și „Școala după școală", în timp ce 13.000 de părinți au beneficiat de suport material, social, juridic și psihologic.

EDUCĂM COPII ȘI TINERI CU PRIVIRE LA ASPECTELE DE SĂNĂTATE

„Educație pentru sănătate" face parte dintre primele programe ale organizației (1992), educând aproximativ 110.000 de copii cu privire la sănătatea fizică și emoțională, nutriție, educație sexuală, riscul consumului de substanțe și modul de prevenire a bolilor transmisibile sexual. De asemenea, am înființat centre de consiliere pentru tineri și adolescenți care consumă droguri (București și Suceava (1992-2002) – modele inovative de recuperare socială și psihologică.

BIBLIOGRAFIE

Animus Association Foundation (2016). *LISTEN! What children have to tell us about bullying and safety at school.* Produced in the frame of the EU Daphne project "Early identification and prevention of bullying in school setting, JUST/2013/DAP/AG/5372. Online: http://animusassociation.org/wp-content/uploads/2014/03/LISTENENGLISHbookwebversion2.pdf, accesat in: June 15, 2016.

Blömeke S & Herzig B (2009). *Schule als gestaltete und zu gestaltende Institution – ein systematischer Überblick über aktuelle und historische Schultheorien*. In Blömeke et al (Hrsg.) Handbuch Schule. Theorie – Organisation – Entwicklung. Bad Heilbronn/Stuttgart: Klinkhardt/UTB.

Blueprints for healthy youth development (2015). *Olweus Bullying Prevention Program*. Online: http://www.blueprintsprograms.com/factsheet/olweus-bullying-prevention-program, accessed: July 13, 2015.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2002). *Achtsamkeit und Anerkennung*. Materialen zur Förderung des Sozialverhaltens in der Grundschule, Köln.

Bundeszentrale für politische Bildung (2016). *Info 05.06 Mobbing-Dreiec*k. Online: http://www.bpb.de/lernen/grafstat/mobbing/46666/info-05-06-mobbing-dreieck, accessed: June 15, 2016.

Council of Europe (2013). *Gender Equality Strategy 2014-2017*. Factsheets: Combating gender stereotypes and sexism in and through education. Online: http://www.coe.int/en/web/genderequality/factsheets, accessed: June 14, 2016.

Currie C et al. (2012). *Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study*: international report from the 2009/2010 survey. Copenhagen, WHO Regional Office for Europe, 2012 (Health Policy for Children and Adolescents, No. 6).

Ditch the Label (2016). Online**:** http://www.ditchthelabel.org/our-work/research-paper, accessed: June 15, 2016.

Göb M et al. (2002). *Achtsamkeit und Anerkennung. Materialien zur Förderung des Sozialverhaltens in der Grundschule*. Reihe: Gesundheitserziehung und Schule. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln.

Gugel G (2014). *Themenblätter im Unterricht Nr. 97: Mobbing in der Schule.* Bundeszentrale für politische Bildung, Bonn. Online: www.bpb.de/themenblätter, accessed: July 24, 2015.

Ebner W (2014). *Mobbe und herrsche! Was Eltern wissen sollten und tun können*. Books on Demand GmbH, Norderstedt.

Ebner W (2014). *Mobbing in der Schule erkennen und handeln. Leitfadenfür Lehrer.* Online: https://www.beamten-infoportal.de/blog/wp-content/uploads/Mobbing-in-der-Schule-erkennen-und-handeln-Leitfaden-fuer-Lehrer.pdf, accessed: July 15, 2015.

Hazelden Foundation (2016). *Violence Prevention Works! Safer Schools, Safer Communities.* Home of the Olweus Bullying Prevention Programme. Online: http://www.violencepreventionworks.org/public/olweusbullyingpreventionprogram.page, accessed: April 12, 2016.

Highmark Foundation (2015). *Bullying prevention institute. Empowering change in schools.* Online: http://www.highmarkfoundation.org/initiatives/bullyingprevention/bullyingpreventioninstitute.shtml, accessed: January 6, 2015.

Initiative Gesundheit und Arbeit (2010). *8UNG IN DER SCHULE - Unterrichtsmaterial zur Gewaltprävention.* Online: http://www.iga-info.de/fileadmin/redakteur/Veranstaltungen/Ausstellungen/8ung_schule_unterrichtsmaterial.pdf, accessed: July 11, 2015

Iossifov I (2016). *Bullying at School: What Do Children Have to Say about It*? Research on Children's

Perspectives on Bullying in Seven EU Member States, conducted in the frame of the EU Daphne project "Early identification and prevention of bullying in school setting", JUST/2013/DAP/AG/5372 . International Child Development Initiatives (ICDI). Online: http://animusassociation.org/wp-content/uploads/2014/03/Childrens-Perspective-on-Bullying1.pdf, accessed: June14, 2016.

KenRigby.net (2016). Online: www.kenrigby.net/02a-Defining-bullying-a-new-look, accessed: June 13, 2016.

Leymann H (1995). *Der neue Mobbing-Bericht*, Rowohlt Verlag.

Marošiová L, Savinová E (2015). *Children seeking for help.* The survey of bullying and peer-violence through phone call analysis in the Slovak Republic.

Mediterranean Institute of Gender Studies(2012) *Youth 4 Youth- Empowering young people in preventing gender-based violence through peer education*, Available Online at: http://www.medinstgenderstudies.org/wp-content/uploads/Y4Y-Manual_digital_v12.pdf, accessed: June 23, 2016.

Olweus D (1993). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do.*Wiley-Blackwell.

Olweus D (1996). *Gewalt in der Schule.* Bern (u.a.) , S.60ff.

Olweus D (2001). *Peer Harassment: A Critical Analysis and Some Important Issues.* In: Peer Harassment in School, ed. J. Juvonen and S. Graham, New York.

Olweus D and Limber S P (2010). *The Olweus Bullying Prevention Programme: Implementation and Evaluation over two Decades*. In: Handbook of Bullying in School. An International Perspective, Routlege, New York.

Pregrad J (2015). *Prevention of peer violence. For a safe and enabling environment in Schools.* The United Nations Children's Fund (UNICEF). UNICEF Regional office for Central and Eastern Europe and the Commonwealth of Independent States (CEE/CIS).

Rigby K (1996). *Bullying in schools – and what to do about it.* Melbourne: ACER. (Adapted from Dr Judith Dawkins)

Rigby K (2003). *Stop the bullying: a handbook for schools***.** Australian Council for Educational Research Ltd, 19 Prospect Hill Road, Camberwell, Melbourne, Victoria, 3124

Sanders C E, Phye G D (ed.) (2004). *Bullying: implications for the classroom.* A Volume in the Educational Psychology Series, Elsevier Academic Press.

Sarková M (2013). *Bullying and its forms. The report on the state among school students Slovak elementary schools.* World Health Organization office in Slovakia.

Save the Children Romania (Ed. 2016). *Bullying among Children***.** A national research.

Sonia Sharp, Peter K.Smith (1994) Tackling Bullying in Your School: A Practical Handbook for Teachers.

Skolverket. (2011 a). *Nolltolerans mot diskriminering och kränkande behandling*. Stockholm: Skolverket.

Skolverket. (2011 b). *Utvärdering av metoder mot mobbning.*Stockholm: Skolverket.

Smith J D et al. (2004). *The Effectiveness of Whole-School Antibullying Programs: A synthesis of Evaluation Research*. In: School Psychology Review, Vol. 33, No 4, 2004, pp.547-560.

Taglieber W (2008). *Berlin-Brandenburger Anti-Mobbing-Fibel.Was tun wenn.* 4.überarbeitete Auflage. Landesinstitut für Schule und Medien Berlin-Brandenburg (LISUM).

Unabhängiger Beauftragter für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs (2015). Online: https://beauftragter-missbrauch.de/praevention/digitale-risiken/cybergrooming/#c569, accessed: April 14, 2016.

www.klinikum.uni-heidelberg.de (2016). *Pilot implementation of Olweus Bullying Prevention Programme in the Federal State Baden-Württemberg*, accessed: April 14, 2016.

Ilustrațiile folosite în acest manual au fost create de copii, fete și băieți, din Bulgaria, Germania, Olanda, România, Slovacia și Marea Britanie, în cursul atelierelor de educație cu privire la drepturile copiilor ce au fost organizate în fiecare țară parteneră în proiect. Ele reprezintă grafic "vocea" copiilor cu privire la comportamentele de bullying și siguranța în școală, așa cum a fost ilustrată și în broșura "ASCULTAȚI! Ce ne spun copiii despre bullying și siguranța în școala", realizată de asemenea în cadrul proiectului "Introducerea abordării participative, orientată spre copil, pentru identificarea timpurie și prevenirea bullyingului în mediul școlar în 7 țări europene", JUST/2013/DAP/AG/5372.

ORGANIZAȚIILE PARTENERE ÎN PROIECT:

Animus Association Fundația, Bulgaria www.animusassociation.org
Barnardo's, Marea Britanie www.barnardos.org.uk
Göteborg Stad, Suedia http://goteborg.se/wps/portal/enheter/grundskola/nygardsskolan
Child Development Initiatives (ICDI), Olanda www.icdi.nl
Linka Detskej Istoty (LDI), Slovacia www.ldi.sk
Salvati Copiii, România www.salvaticopiii.ro
SPI Forschung, Germania www.spi-research.eu

SPI FORSCHUNG

Believe in children Barnardo's

International Child Development Initiatives

LDI

City of Göteborg

22 ГОДИНИ ФОНДАЦИЯ АСОЦИАЦИЯ АНИМУС

Salvați Copiii
Save the Children Romania

© 2016 SALVATI COPII