



GHID DE BUNE PRACTICI PENTRU PREVENIREA VIOLENȚEI ÎN ȘCOLI



ERASMUS +, KA2 - Parteneriat strategic - "BE A BUDDY NOT A BULLY", cofinanțat de Uniunea Europeană prin programul Erasmus +



COLECTIVUL DE REDACȚIE:

Prof. Stelian Marinescu
Prof. Bianca Virginia Ibadula
Prof. Teodora Ceti
Prof. Nicoleta Benchea
Prof. Corina Ciucă
Prof. Domnica Măndescu
Prof. Claudia Portase

ELEVII:

Ruxandra Toma
Cristiana Stan
Denisa Mocanu
Raul-Adrian Iordăchescu
Alexandru-Ștefan Mitrea
Ioana Lobonț

ERASMUS +, KA2 - Parteneriat strategic - "BE A BUDDY NOT A BULLY", cofinanțat de Uniunea Europeană prin programul Erasmus +

- ♦ **A învăța că în viață, mai ușor se poate învinge ura cu dragostea, minciuna cu adevărul și violența cu abnegația, ar trebui să fie un element fundamental în educația oricărui copil.**
- ♦ **Cei slabi nu pot niciodată să ierte. Iertarea este atributul celor puternici. Este legea iubirii cea care conduce omenirea. În focul iubirii și fierul cel mai tare se înmoaie.**
- ♦ **Victoria obținută prin violență este echivalentul unei înfrângeri, pentru că este temporară. Violența este arma celor slabi; non-violența este arma celor puternici. (Mahatma Gandhi)**

ERASMUS +, KA2 - Parteneriat strategic - "BE A BUDDY NOT A BULLY", cofinanțat de Uniunea Europeană prin programul Erasmus +



"Material realizat cu sprijinul financiar al Comisiei Europene. Conținutul prezentului material reprezintă responsabilitatea exclusivă a autorilor, iar Agenția Națională și Comisia Europeană nu sunt responsabile pentru modul în care va fi folosit conținutul informației.

ERASMUS +, KA2 - Parteneriat strategic - "BE A BUDDY NOT A BULLY", cofinanțat de Uniunea Europeană prin programul Erasmus +



**GHID DE BUNE PRACTICI
PENTRU PREVENIREA VIOLENȚEI
ÎN ȘCOLI**

CUPRINS

ARGUMENT	03
CAPITOLUL I. DEFINIREA COMPORTAMENTULUI DE TIP “BULLYING”.	04
CAPITOLUL II. TIPURI DE BULLYING	06
CAPITOLUL III. MĂSURI DE PREVENȚIE ȘI INTERVENȚIE	15
CAPITOLUL IV. STRATEGII ȘI TEHNICI DE PREVENIRE ȘI COMBATERE A FENOMENULUI DE BULLYING	22
IV.1. STRATEGIE DE PREVENIRE ȘI INTERVENȚIE PRIVIND BULLYING-UL ÎN ȘCOALĂ	25
IV.2. MODELE DE TEHNICI ȘI ACȚIUNI LA NIVELUL ELEVILOR	33
IV.3. EXEMPLE DE TEHNICI/ACȚIUNI LA NIVEL DE CLASĂ	43
IV.4. EXEMPLE DE TEHNICI/ACȚIUNI LA NIVEL PARENTAL	51
IV.5. EXEMPLE DE STRATEGII	67
CONCLUZII	73
REFERINȚE BIBLIOGRAFICE	75

ARGUMENT

Bullying-ul în școli reprezintă o problemă internațională, o amenințare gravă la adresa dezvoltării sănătoase a agresorului și a victimelor acestuia. Manifestarea acestei forme de agresiune în rândul copiilor de vârstă școlară poate avea consecințe negative pe termen scurt și lung (care se pot manifesta chiar și la vârsta adultă), afectând bunăstarea fizică, psihologică și socială atât a agresorilor cât și a victimelor agresiunii. Școala, prin rolul său important în dezvoltarea copiilor și tinerilor, împreună cu familia și societatea, trebuie să aibă în vedere monitorizarea permanentă și accesul la cele mai bune modalități de prevenire, identificare și intervenție în combaterea acestui fenomen, în scopul menținerii unui nivel optim de bunăstare pentru copii.

În acest context, cinci școli din cinci țări, cu sprijinul financiar al Uniunii Europene, prin programul Erasmus+ au elaborat o serie de produse finale, în urma activităților derulate, a experienței lor, a observațiilor rezultate în urma celor trei ani de colaborare.

Ghidul oferă profesorilor informații despre fenomenul de bullying, ca formă a violenței specifice în școli, ce apare sub formă de comportamente agresive verbale, fizice, psihice, sociale, dar și o serie de exemple practice care pot ajuta profesorii în activitatea lor anti-bullying.



CAPITOLUL I. DEFINIREA COMPORTAMENTULUI DE TIP “BULLYING”.

Interesul pentru studierea fenomenului bullying în școală a condus la necesitatea definirii acestuia. În diverse studii au fost formulate diferite definiții ale acestui fenomen cu scopul de a descrie cât mai exact comportamentul de tip bullying. **Olweus** este considerat un pionier în studiile referitoare la comportamentul de tip „bullying”.

Mai mult, comportamentul de tip „bullying” poate să se manifeste fără nicio provocare, iar acțiunile negative pot fi realizate prin contact fizic, cuvinte, gesturi obscene sau excludere intenționată dintr-un grup. Comportamentele de „bullying” implică un alt tip de agresivitate decât cel manifestat ca răspuns la anumite emoții de disconfort (ex. când suntem furioși sau ne este frică). Agresivitatea manifestată prin comportamentele de „bullying” (de intimidare, hărțuire, umilire) este proactivă, deoarece nu implică factori emoționali. Ea are un rol instrumental și reprezintă o încercare de a obține ceva prin metode coercitive, prin intimidare, sarcasm, nepăsarea față de starea celuilalt, fiind asociată cu așteptări de succes ale comportamentului agresiv. Agresivitatea reactivă e un comportament agresiv însoțit de furie ca răspuns la o provocare sau frustrare și este asociată cu atribuiri ostile în cea ce privește intențiile celorlalți (*Crick și Dodge, 1996*).

Crearea unui mediu fizic și emoțional sigur necesită un efort coordonat al profesorilor, familiei și comunității pentru a arăta copiilor noștri cum să rezolve problemele ferm și corect, indiferent de forma agresiei (fizică, verbală, psihică).



CAPITOLUL II. TIPURI DE BULLYING

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

Abuzul fizic asupra copilului, în familia de proveniență este asociat semnificativ cu comportamente de tip bullying între copii în școală. Analizând relația dintre practicile parentale și diferitele forme de abuz în familia de proveniență,

s-a observat o dublă asociere a abuzului în familie, atât cu statutul de agresor, cât și cu cel de victimă. Copiii care afirmă că au fost loviți cu palma sau urecheați de părinți spun într-o măsură semnificativ mai ridicată că au exclus din grup, au umilit sau agresat fizic un alt copil. În același timp, s-a remarcat o creștere

semnificativă a situațiilor în care un copil devine victimă a hărțuirii repetate între egali (excludere din grup, umilire sau violență fizică), dacă este victima unei forme de abuz în familia de proveniență.

Având la bază formele comportamentului de tip „bullying” prezentate de Olweus (1993) și de Rigby (1996), Limber (2002) realizează un model de clasificare a formelor comune de bullying întâlnite la elevi.

Forme verbale ale comportamentului de tip bullying: tachinarea, provocarea, jignirea, sarcasmul (bullying direct) și bârfa (bullying indirect).



Forme fizice ale comportamentului de tip bullying: lovirea, îmbrâncirea, distrugerea sau furtul obiectelor personale (direct bullying) și convingerea unui prieten să atace pe cineva în locul tău (bullying indirect).

Forme non-verbale/non-fizice ale comportamentului de tip bullying: amenințarea, gesturi obscene (bullying direct) și excluderea altora dintr-un grup, manipularea prietenilor, e-mail-uri amenințătoare (bullying indirect).

O altă clasificare ce se poate realiza, în funcție de mediul de manifestare al bullying-ului, este: bullying verbal, social, fizic și cyberbullying.

Cyberbullying-ul apare atunci când se utilizează noile tehnologii cum ar fi mesageria sau chat-ul, mesaje text, e-mail și rețele sociale sau forumuri. Este similar cu agresiunea offline, dar poate fi și anonimă, poate ajunge la publicul larg și materialul trimis sau încărcat poate fi dificil de eliminat. Cei mai mulți oameni care utilizează cyberbullying-ul sunt și agresori în afara mediului online.

Cât de răspândit este acest fenomen?

Fenomenul de tip bullying în școală reprezintă o problemă cu care se confruntă multe state ale lumii. Un studiu internațional, efectuat în 25 de țări (22 din Europa, Israel, SUA și Canada) a arătat că implicarea în comportamente de tip “bullying” la tineri variază de la o țară la alta, între 9% și 15%. Concluzia studiului a fost că, deși fenomenul bullying este o problemă comună la nivelul țărilor luate în studiu, totuși compararea directă a prevalenței nu este posibilă, deoarece metodologia variază între țările studiate.

Numeroase studii care au avut ca temă fenomenul de tip bullying au specificat că acest termen nu este ușor de tradus, mai ales în limbile romanice care nu au o traducere directă a termenului (termenul „bullying” fiind familiar în limbile germanice și scandinave, incluzând Anglia, precum și alte culturi vorbitoare de limbă engleză, cum este SUA). Smith și colaboratorii săi au comparat termeni din 14 limbi care sunt folosiți pentru a descrie comportamentul bullying și au ajuns la concluzia că este



asemănătoare. Semnalarea din ce în ce mai frecventă a cazurilor de bullying în școlile din România a condus la creșterea interesului pentru acest domeniu și, implicit, la realizarea mai multor studii de specialitate axate pe tema fenomenului bullying în școlile din România.

Conform Organizației Salvați Copiii, la nivel european, România se situează pe locul 3 în clasamentul celor 42 de țări în care a fost investigat fenomenul, potrivit unui raport al Organizației Mondiale a Sănătății, cu 17% dintre copiii de 11 ani care au recunoscut că au agresat alți elevi cel puțin de trei ori în luna anterioară, procentajul celor de 13, respective 15 ani fiind de 23%.

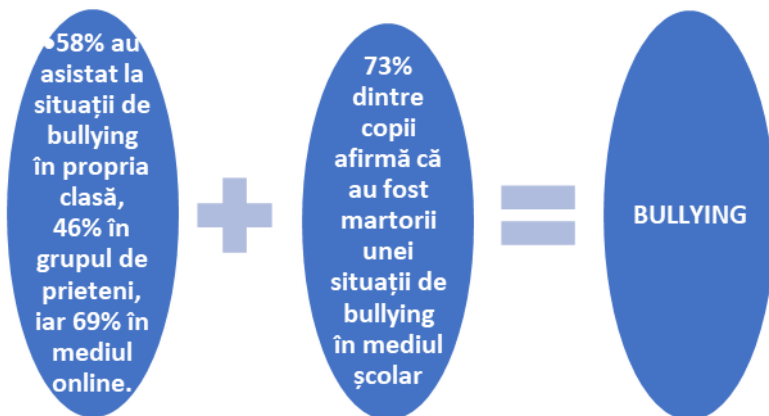
În 2016, Salvați Copiii România a lansat **primul studiu național cu privire la fenomenul de bullying în școlile românești**¹, în vederea unei mai bune înțelegeri a motivelor care stau la baza acestor comportamente de violență între copii și a dimensiunii acestui fenomen în contextul educațional din România. Cercetarea a urmărit modul în care copiii și părinții percep bullying-ul, atitudinile și comportamentele acestora în diferite contexte sociale (la școală, în grupul de prieteni, în mediul online), precum și măsurarea incidenței cazurilor de bullying în aceste situații. Au fost vizate diferitele tipuri de comportamente asociate bullying-ului, printre care se numără excluderea din grup, umilirea, distrugerea lucrurilor altcuiva sau violența fizică. S-a urmărit, de asemenea, determinarea profilului social al actorilor implicați în astfel de situații.

Studiul a scos în evidență un nivel îngrijorător al prezenței diferitelor comportamente asociate bullying-ului în școli și arată nevoia unei schimbări de abordare a dinamicii relaționale în contextul școlii.

¹ <https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/files/60/60cd7c6d-e210-4049-8e57-dd6da31b0f8e.pdf>



Excluderea din grup, izolarea socială, amenințarea cu violența fizică și/sau umilirea, violența fizică și distrugerea bunurilor personale, interdicția de a vorbi/interacționa cu un alt coleg, răspândirea de zvonuri cu caracter denigrator sunt comportamente specifice de bullying cu care copiii se întâlnesc frecvent în mediul școlar.



Studiile arată că există o serie de diferențe de gen privind modul de manifestare al comportamentelor de bullying. În mod clar, băieții recurg într-o mai mare măsură la comportamente de intimidare fizică decât fetele. În plus, un procent relativ mare de fete - aproximativ 50% - susțin că sunt victimele comportamentelor de intimidare și hărțuire, manifestate de băieți.

Deși bullying-ul este o problemă mai mare în rândul băieților, există o serie de comportamente de intimidare care se manifestă cu precădere în rândul fetelor. Intimidarea prin forță fizică este mai puțin comună în rândul fetelor. Ele folosesc de obicei moduri mult mai subtile și indirecte ale hărțuirii, cum ar fi excludere cuiva din grup, răspândirea de zvonuri și manipularea relațiilor de prietenie. Astfel de forme de agresivitate pot fi cu siguranță la fel de dăunătoare și stresante, ca formele directe și deschise ale atacurilor inițiate de băieți.

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

Îngrijorător este că 25% din profesori nu văd nimic în neregulă cu comportamentele de hărțuire, tachinare sau umilire dintre elevi, și în consecință intervin doar în 4 % din cazurile de agresiune (Cohn & Canter, 2003). Mai mult de 60% dintre elevi spun adesea că intervenția adulților este rară și nefolositoare, și se tem că spunând adulților vor fi și mai hărțuiți pe viitor (Cohn & Canter, 2003)

Caracteristicile protagoniștilor implicați în acte agresive de tip bullying

Unul dintre pionierii și fondatorii programelor de prevenție privind bullyingul este dr. Olweus din Norvegia. În cartea lui din 1993, *„Bullying-ul în școală: Ce știm și ce putem face”*, dr. Olweus identifică caracteristicile elevilor, care alcătuiesc profilul de agresor și cele care alcătuiesc profilul de victimă.

Copiii pot juca multe roluri: pot agresa pe alții, pot fi agresați ei înșiși sau pot fi martorii unei agresiuni. De cele mai multe ori, copiii implicați în acțiuni de bullying joacă mai mult de un singur rol. Ei pot fi și agresori, dar și agresați ori pot fi martori pentru alții. Este important să înțelegem rolul sau rolurile jucate de copii pentru a putea preveni și răspunde acțiunilor de bullying.

Este foarte important să nu etichetăm copiii, numindu-i *“agresor”* sau *“victimă”*. Etichetarea transmite mai multe mesaje:

- 🔒 Comportamentul copilului nu poate fi schimbat;
- 🔒 Eșecul de a recunoaște rolurile multiple pe care un copil le-ar putea juca în diferite situații de bullying;
- 🔒 Nu se iau în considerare alți factori care pot influența comportamentul copiilor, cum ar fi climatul școlar sau/și familial.

În loc să etichetăm copiii mai bine ne-am apleca asupra comportamentelor acestora. De exemplu:

- 🔒 În loc să fie numit *“agresor”* putem face referire la el drept *“copilul care agresează”*;
- 🔒 În loc să fie numit *“victimă”* putem face referire la el drept *“copilul care a fost agresat”*;
- 🔒 În loc să fie numit *“agresor/victimă”*, putem să ne referim drept *“copilul care a fost și agresor, dar și victimă”*

Comportamentele de tip bullying adesea, dar nu întotdeauna, îmbracă diferite forme în funcție de gen. În cazul în care *elevul care agresează este băiat*, profilul prezintă următoarele caracteristici:

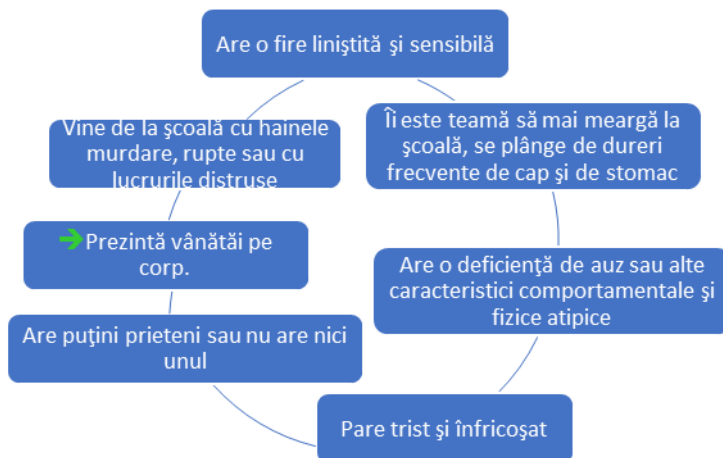
- Are nevoie să se simtă puternic și să dețină controlul; alege victimele dintre cei cărora nu le place conflictul; este satisfăcut din a provoca suferință victimelor; își motivează acțiunile, plângându-se că a fost provocat.
- Tacticile cel mai des folosite de băieți sunt: poreclirea, bătăile, luptele, depozitarea de bunuri (bani, obiecte personale), distrugerea bunurilor victimei, îmbrâncirea, lovirea, inițierea de atacuri repetate asupra victimei.

Profilul *fetelor care manifestă comportamente de tip bullying* (agresorul este fată) se evidențiază prin:

- Manipulare, rănirea sentimentelor, respingere subtilă și marginalizarea victimei;
- Tacticile cel mai des folosite de către fete sunt: utilizarea poreclelor, izolarea victimei (*"Nu vorbești cu ea!"*), răspândirea de zvonuri false.



Cum recunoaștem un copil care este sau poate deveni victimă a



bullying-ului?

Demitizarea comportamentelor asociate bullying-ului

Cercetările psihologice au găsit mai multe mituri asociate comportamentelor de tip bullying: elevii care manifestă comportamente de intimidare, hărțuire, tachinare, umilire fac parte din grupul celor lipsiți de popularitate. Studiul condus de Philip Rodkin și colegii săi (2000) pe un eșantion de elevi din clasele a IV-a până la a VI-a a arătat că băieții care se implicau cel mai frecvent în comportamente de bullying erau printre cei mai populari din școală (conform percepției colegilor și profesorilor lor).

Elevii care manifestă comportamente de tip bullying ascund un nivel crescut de anxietate și nesiguranță, ei folosind hărțuirea, intimidarea, tachinarea ca mijloc de compensarea a unei stime de sine scăzute. Folosind o serie de metode diferite, Olweus

concluzionează că nu există niciun suport pentru un astfel de punct de vedere. Cei mai mulți dintre copiii care manifestă comportamente de tip bullying au arătat un nivel al stimei de sine corespunzător mediei sau chiar mai mare.

Oamenii de știință au arătat că **martorii** (cei care observă) prin comportamentul pasiv (faptul că asistă fără să facă ceva, pentru a schimba situația) contribuie la menținerea comportamentului agresorului. Pe de altă parte, anumite mecanisme de grup, cum ar fi cel de contagiune socială și de diluare a responsabilității în grup, au fost identificate ca fiind factori facilitatori în situațiile în care mai mulți elevi au luat parte la agresiune.

Din fericire, există și situații în care copiii iau atitudine; aceștia îl consolează pe copilul agresat și, uneori, vin în apărarea acestuia.

Cum afectează bullying-ul sentimentele copilului?

-  Se simte vinovat ca și cum este vina lui;
-  Lipsit de speranță și fără ieșire din acea situație;
-  Singur, ca și cum nimeni nu este acolo să îl ajute;
-  Simte că nu se potrivește unui grup “cool”;
-  Deprimat și exclus de prieteni și alte grupuri de persoane;
-  Nu se simte în siguranță și îi este frică;
-  Confuz și stresat, mereu cu teama de a nu ști ce să facă în anumite situații și întrebându-se ce se va întâmpla cu el când se va întâlni cu o astfel de situație;
-  Rușinat de ceea ce i se întâmplă.



CAPITOLUL III. MĂSURI DE PREVENȚIE ȘI INTERVENȚIE

Au fost implementate numeroase programe care au urmărit ameliorarea fenomenului bullying-ului în școli. Aceste programe au fost evaluate în țări și în condiții diferite. Cu toate că literatura de specialitate conține descrieri și evaluări ale programelor și componentelor lor, totuși este dificil să se stabilească care programe sunt cele mai eficiente pentru o anumită populație școlară (din țările în care nu au fost implementate astfel de programe), deoarece există diferențe sociale și culturale între țări. Limber consideră că cele mai eficiente și cuprinzătoare strategii sunt cele care implică întreaga școală pentru a schimba climatul școlar și normele de comportament, cum este programul lui Olweus implementat în câteva sute de școli din întreaga lume.

Program de intervenție asupra comportamentelor agresive/bullying-ului (Olweus, 1994). Programul de intervenție este construit pe patru principii-cheie. Aceste principii implică crearea la nivelul școlii a unui mediu caracterizat prin:

Căldură, interes pozitiv și
implicarea adulților

Stabilirea de limitele de
ferme cu privire la
comportamentul
inacceptabil

Aplicarea consecvență a
unor sancțiuni non-punitive,
non-fizice, pentru
comportament inacceptabil
sau de încălcare a regulilor

Oferirea, de către adulții
investiți cu autoritate, a
unor modele pozitive de
comportament

Programul funcționează atât la nivel de școală, la nivel de clasă și la nivel individual. Obiectivul cel mai important este de a schimba "*oportunitatea și structurile de recompensare*" pentru comportamentele de tip bullying (mai puține oportunități și recompense pentru manifestarea comportamentelor de bullying).

Intervenția cuprinde un set de informații furnizate școlilor, set de informații adresate părinților, filme de vizionat în clasă precum și chestionare, pentru școală, de evaluare a dimensiunii problemei. Cele patru mari strategii ale programului Olweus cuprind (Pepler, 1994; Smith, 1997):

- ✓ pregătirea personalului școlar;
- ✓ dezvoltarea unor politici de disciplinare;
- ✓ informarea părinților;
- ✓ predarea valorilor prosoziale conform unei curricule.

Pentru elevii în rolul de victime se oferă un training de dezvoltarea abilităților de gestionare a situațiilor de expunere la comportamentele agresive ale colegilor.

Elevii-agresori primesc training pe managementul furiei, asertivitate și alte abilități de auto-gestionare. Comportamentul lor are nevoie să fie monitorizat cu atenție și să primească cât mai frecvent recompense pentru comportamentele adecvate, aplicându-se consecințe clare pentru actele de bullying. Părinții primesc training de parenting pentru gestionarea comportamentului agresiv.

Cel mai important și eficient rol de prevenire a comportamentelor agresive îl are profesorul. O serie de activități desfășurate de profesori, alături de trainingul pe abilități sociale a oferit un program eficient de prevenție a comportamentelor agresive.

Un număr tot mai mare de școli în SUA folosesc acum programul și îl consideră un model pentru prevenirea violenței. Șase evaluări, la scară mare, ale programului, pe o perioadă de mai mult de 20 de ani, scot în evidență eficacitatea acestuia:

- ✓ Reducerea substanțială – între 30-50% - a frecvenței cu care elevii raportează experiențe de tip bullying;
- ✓ Reducerea semnificativă a frecvenței cu care elevii semnalează prezența comportamentelor anti-sociale, cum ar fi acte de vandalism, furt, beție și absenteism;
- ✓ Îmbunătățiri semnificative la nivelul "climatul social", din clasă (nivel mai ridicat de disciplină la nivelul clasei, relații sociale pozitive, atitudine pozitivă față de școală);
- ✓ Creșterea satisfacției școlare a elevilor.

Pe baza programului menționat anterior, au fost dezvoltate alte programe.

Unul dintre acestea este „*Programul de intervenție anti-bullying din școlile flamande*” care include:

- ✓ activități de intervenție – pentru părinți și profesori, ca acțiuni la nivel de școală;
- ✓ activități pentru grupurile de colegi, ca acțiuni la nivel de clase;
- ✓ activitățile legate de curriculum pentru grupurile de elevi;
- ✓ activități individuale centrate atât pe elevii agresori, cât și pe cei victimizați.

În urma aplicării programului s-a obținut o scădere a frecvenței comportamentelor de tip bullying la clasele mici, dar nu și la cele mari.

Alte proiecte antibullying importante care au fost evaluate în școli sunt „*DEF Sheffi eld Bullying Project*”; „*Proiectul bullying*” al lui Davis. Un proiect important realizat recent în Europa este „*Ghidul European de Bune Practici Anti-bullying*” în cadrul căruia a participat și România. Proiectul a avut ca scop stabilirea unui sistem integrat de gestionare a informațiilor, oferind posibilitatea de a identifica și disemina cele mai bune practici.

În literatura de specialitate sunt precizate unele strategii de intervenție, care pot fi utile în modelarea unei culturi școlare care promovează respectul, recunoașterea, învățarea, siguranța și experiențele pozitive pentru toți elevii:

- ✚ acordarea de ajutor victimelor;

- ✚ Încurajarea participării active a părinților și a altor adulți, a comunității;
- ✚ supravegherea elevilor în timpul pauzelor, mai ales în curte, la toalete și pe coridoarele aglomerate;
- ✚ stabilirea și aplicarea de reguli și consecințe clare pentru comportamentele de tip bullying;
- ✚ implicarea claselor în discuții și activități legate de bullying.

Școala ca instituție de dezvoltare primară a societății are un important rol în dezvoltarea copilului. Este vital ca aceasta să fie susținută de societate și împreună să rezolve problema bullying-ului deoarece în final „agresiunea și victimizarea sunt probleme care afectează pe toată lumea”.

CE PUTEM FACE NOI, ADULȚII?

Un copil care este victimă a bullying-ului are nevoie de sprijinul adulților din jurul lui. Cu ajutorul nostru, copiii învață cum să facă față comportamentelor de tachinare, poreclire sau a altor forme mult mai grave. Fiecare copil are nevoie să primească mesajul că aceste tipuri de comportamente sunt inacceptabile. Deoarece bullying-ul apare de obicei în comunitățile de copii, acest mesaj trebuie să fie promovat și întărit atât la școală, cât și acasă. Pentru că bullying-ul afectează pe toți elevii din grup, nu se reduce doar la copilul care agresează și la victimă și este important să îi învățăm pe copii ce să facă dacă sunt martorii unui asemenea eveniment. Martorii bullying-ului, care sunt de obicei ceilalți copii, de multe ori se simt în secret ușurați că nu sunt ei ținta bullying-ului și tind să evite agresorul, nefiind dispuși să intervină în apărarea copilului agresat. Bullying-ul creează o atmosferă de intimidare, frică și tăcere printre copii.

Pași în gestionarea comportamentului de tip bullying

Bullying-ul nu poate fi întotdeauna prevenit, iar noi nu putem controla ceea ce spun sau fac ceilalți. Ce putem face într-o astfel de situație este să îl învățăm pe copii cum să își controleze propriile reacții, deoarece multor copii le lipsesc abilitățile sociale necesare pentru a face față glumelor, etichetărilor și farselor

colegilor lor. În momentul în care ei plâng sau se înfurie, nu fac decât să își încurajeze colegii în a continua.

✚ *Învățați copilul prin joc de rol să se pună în situația respectivă sau să o privească diferit.*

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

✚ *Învățați copilul prin joc de rol să se comporte diferit:*

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

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

STAND UP!
PREVENT BULLYING NOW!
SPEAK OUT!

-

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

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

Pentru situațiile în care comportamentul de bullying se menține și nimic nu pare să funcționeze, copiii au nevoie să solicite ajutorul unui adult.

Primul pas în reducerea comportamentelor de bullying este să le recunoaștem și să facem ceva pentru stoparea lor (ex. să semnaleze prietenilor, cadrelor didactice, părinților atunci când nu știu sau nu reușesc să facă față singuri).

În concluzie:

Ce trebuie să facă un copil care este agresat?

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

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

Să se distanțeze de situația și locul
respectiv

Să se asigure de protecție
(solicitarea ajutorului).

**Ce este important să evite
un copil care este agresat?**

Să se înfurie/să plângă

Să răspundă la agresiune cu
agresiune

Să aducă alți copii sau o gașcă cu
ajutorul căreia să își facă dreptate

Să se comporte agresiv (să
lovească, să înjure etc.)



CAPITOLUL IV. STRATEGII ȘI TEHNICI DE PREVENIRE ȘI COMBATERE A FENOMENULUI DE BULLYING

Important de reținut!

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

1.SĂ ACȚIONEZE IMEDIAT

2.SĂ-I OFERE CREDIT COPILULUI AGRESAT

3.SĂ IA MĂSURI PENTRU A DIMINUA PUTEREA CELUI CARE AGRESEAZĂ



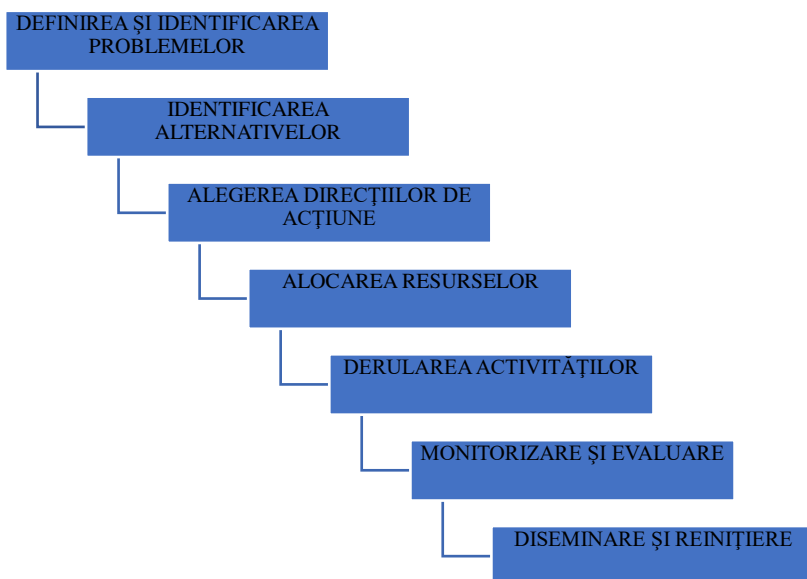
Identificând formele de manifestare a bullying-ului și definind problemele importante cu care ne confruntăm, avem nevoie de un cadru de acțiune prin intermediul căruia să dezvoltăm măsurile cele mai potrivite de control/gestionare. Acest cadru, ce poate fi un plan de intervenție sau o strategie anti-bullying la nivelul instituției școlare se subscrie Strategiilor naționale, dar în același timp este adaptată specificului școlii și a vârstei beneficiarilor direcți. Aceste strategii oferă o serie de avantaje precum:

- ✚ instituționalizarea activităților de prevenire și combatere a bullying-ului;
- ✚ formarea unei perspective coerente, unitare și predictibile a intervențiilor la nivelul școlii;
- ✚ coordonarea activităților de prevenire cu cele de gestiune a bullying-ului în școli;
- ✚ cunoașterea categoriilor și necesarului de resurse pentru desfășurarea activităților anti-bullying;
- ✚ atragererea/implicarea tuturor actorilor importanți de la nivelul școlii și comunității în activitățile anti-bullying;
- ✚ identificarea intervențiilor de succes pentru grupurile țintă.

Un document strategic va ordona etapele esențiale ale unei intervenții ameliorative la nivelul școlii în domeniul bullying-ului și, de asemenea, va asigura transparența întregului proces de decizie.



Proiectarea principalelor etape ale unei intervenții ameliorative la nivelul școlii



O strategie de intervenție trebuie să ofere o prezentare în detaliu a obiectivelor urmărite, rezultatelor așteptate, activităților ce urmează a fi derulate, actorilor implicați și a responsabilităților acestora, orizontului de timp, resurselor necesare, modalităților de monitorizare și de evaluare. În această secțiune vom încerca să vă prezentăm un exemplu de strategie la nivelul școlii.

IV. 1. STRATEGIE DE PREVENIRE ȘI INTERVENȚIE PRIVIND BULLYING-UL ÎN ȘCOALĂ

OBIECTIVE LA NIVELUL ȘCOLII:

- Identificarea și evaluarea dimensiunii fenomenului de bullying în școală și în mediul proxim acesteia;
- Sensibilizarea tuturor actorilor școlii cu privire la sursele, cauzele și efectele fenomenelor de bullying în școală;
- Atragerea și implicarea reprezentanților comunității în acțiuni de prevenție și combatere a bullying-ului în școală;
- Elaborarea unei strategii la nivel instituțional privind ameliorarea fenomenelor de bullying la nivelul școlii (Strategia de prevenire și combatere a bullyingului în școală);
- Elaborarea și testarea unor instrumente de identificare, monitorizare și evaluare a fenomenelor de bullying în școală (care să ducă la elaborarea unui Barometru al bullying-ului în școală, ca instrument operativ pentru intervenție), ca parte a Planului de Dezvoltare al Școlii;
- Implicarea actorilor de la nivelul școlii și de la nivelul comunității în derularea activităților dezvoltate în cadrul strategiei;
- Diseminarea proiectului la nivelul altor unități de învățământ.

ACTORI	TEHNICI DE CONȘTIENTIZARE	TEHNICI DE INTERVENȚIE	INDICATORI DE EVALUARE	DISEMINARE
ELEVI	-dezbatere privind: legislația specifică; regulamentul școlar și noțiunile de disciplină și reguli - participare activă la orele de consiliere și orientare pe tema bullyingului, - realizare de referate, eseuri, proiecte studii de caz sau schițe (individual sau în grup), pe tema bullying, având ca suport documentația pusă la dispoziție de grupul de intervenție; -participarea la concursul privind alegerea unui slogan și a unei sigle.	Organizarea unui ciclu de workshop-uri cu elevii, pentru realizarea de produse cu tematică specifică: -proiecte -materiale multimedia: fotografii, filme, observări, desene, compuneri, eseuri, postere) -broșuri/plante pe tema violenței și distribuirea lor altor elevi -activități extracurriculare: sportive, turistice, artistice, campanii sociale, concursuri -asumarea rolului de mediator în conflicte și constituirea unor echipe de intervenție în situații de criză. Va fi implicat în acțiuni și Consiliul Elevilor. Vor fi implicați în toate activitățile elevii cu potențial violent.	-gradul de familiarizare a elevilor cu tema - gradul de implicare a elevilor în proiectele cu tematică antiviolență. - schimbări de atitudine în raport cu situațiile de bullying în școală	o Implicarea elevilor în activități ca “Săptămâna anti-bullying” o Publicarea unor produse ale proiectului pe site-ul școlii, în reviste, broșuri; postere, bannere o Prezentarea directă a rezultatelor în alte contexte: tabere, seminarii, întâlniri o Informarea părinților și implicarea acestora

ACTORI	TEHNICI DE CONȘTIENȚIZARE	TEHNICI DE INTERVENȚIE	INDICATORI DE EVALUARE	DISEMINARE
CADRE DIDACTICE	- Participare la o sesiune de informare privind bullying, organizată prin implicarea unor specialiști: cursuri privind legislația, exemple practice, studii de caz, modalități de identificare și intervenție adecvate, modalități de implicare a părinților și a comunității în activitățile de prevenire și combatere a bullying în școală. - Organizarea de dezbateri privind regulamentul școlar și regulamentul elevilor - Dezbateri privind legislația specifică	Desfășurarea de discuții în grup cu elevii din școală și părinții acestora în scopul identificării următoarelor aspecte: - percepții și reprezentări ale profesorilor privind bullying în școală și societate; - probleme, cazuri, situații de bullying în școală și societate. Probleme, cazuri, situații de bullying concrete. Propuneri privind soluții, activități, intervenții la nivelul școlii pe tema prevenirii bullying. În această activitate va fi implicat în primul rând grupul de lucru care va fi instituit la nivelul școlii pentru coordonarea activităților anti-bullying, alcătuit din cadre didactice, consilier școlar/ psiholog, reprezentanți ai părinților și elevilor. Desfășurarea în cadrul orelor de dirigenție și consiliere a	- stilul de comunicare/ strategii de interacțiune profesor-elevi; - abilități de mediere a unor situații conflictuale, de lucru în echipe mixte profesori-elevi; - modalități de reacție la intervențiile elevilor; - transparența și obiectivitatea evaluării. Vor mai fi evaluate: - gradul de implicare a profesorilor în activități : numărul de activități, relevanța	• “Săptămâna anti-bullying • Cercuri pedagogice; • Articole în reviste de specialitate; • Intervenții media; • Lecții deschise • Portofolii cu acțiuni din cadrul proiectului, unde vor fi depuse la CCD.

ACTORI	TEHNICI DE CONȘTIENȚIZARE	TEHNICI DE INTERVENȚIE	INDICATORI DE EVALUARE	DISEMINARE
		unor activități privind antibullying în școală: -prezentarea Strategiei școlii; -facilitarea procesului de identificare și planificarea unor activități concrete la nivelul clasei/ școlii de prevenire și combatere a bullyingului, pe baza propunerilor elevilor; -dezbaterăa unor teme/cazuri privind bullying-ul. Organizarea unei lecții demonstrative privind violența. Organizarea de activități extrașcolare în scopul ameliorării și diminuării fenomenului.	rezultatelor, stimularea participării elevilor.	
DIRECTOR	Identificarea problemelor școlii cu impact asupra bullyingului; Identificarea aspectelor importante care urmează a fi introduse în strategia școlii privind prevenirea bullyingului;	• Constituirea unui grup de lucru la nivelul școlii, cu rol de coordonare, monitorizare și evaluare a activităților conținute în strategia anti-bullying a școlii. • Coordonarea tuturor activităților la nivelul școlii. • Includerea pe agenda	- Gradul de implicare în activitățile derulate. - Relevanța / adecvarea strategiei pentru nevoile școlii;	• Prezentarea în diferite ocazii a strategiei; • Disemniarea în mass- media

ACTORI	TEHNICI DE CONȘTIENȚIZARE	TEHNICI DE INTERVENȚIE	INDICATORI DE EVALUARE	DISEMINARE
	Includerea în planul de dezvoltare a școlii a unei strategii de prevenire a bullyingului pe termen scurt și mediu (1-4 ani); asigurarea unui mediu școlar adecvat, cât și a unui mediu sigur proxim școlii, în scopul evitării situațiilor de conflict. Identificarea principalelor bariere de comunicare la nivelul școlii. În toate aceste acțiuni directorul va implica grupul de lucru, cu rol de prevenție.	Întâlnirilor formale ale școlii a unor informări privind activitățile și rezultatul lor. • Elaborarea “Barometrului bullyingului în școală”. • Motivarea cadrelor didactice și a elevilor pentru a se implica în proiect.	- Eficiența sistemului de monitorizare și a motivării cadrelor didactice și a elevilor.	
PĂRINȚI	Participare la întâlniri de informare, documentare privind legislația și regulamentul de ordine interioară Dezbateri -Participare la activități organizate de elevi și cadre didactice	Constituirea unui grup de părinți care să se implice la activități. Participarea grupului de părinți la implementare SPCVS . Participarea la activități de prevenție și combatere	- gradul de implicare a părinților în activitățile derulate	• Implicarea în activitățile cuprinse în “Săptămâna antibullying”.

ACTORI	TEHNICI DE CONȘTIENȚIZARE	TEHNICI DE INTERVENȚIE	INDICATORI DE EVALUARE	DISEMINARE
CONSILIER ȘCOLAR	Participare la o sesiune de informare privind violența, organizată prin implicarea unor specialiști: cursuri privind legislația, exemple practice, studii de caz, modalități de identificare și intervenție adecvate, modalități de implicare a părinților și a comunității în activitățile de prevenire și combatere a bullyingului în școală	Coordonarea unui centru de resurse în domeniul violenței școlare, cu rol de informare, formare, mediere și asistență în probleme privind violența școlară. Implicarea grupului de lucru constituit din cadre didactice, elevi, părinți. Desfășurarea de discuții de grup cu elevii din școală și părinții acestora (împreună cu grupul de lucru) în scopul identificării unor aspecte privind: - percepții/reprezentări ale cadrelor didactice privind bullyingul în școală și societate; - probleme, cazuri de bullying în școala noastră; - propuneri privind soluții, situații de bullying în școala noastră. Elaborarea unui program de asistență individuală pentru elevi, cadre didactice și părinți implicați (autori sau victime) prin	- Gradul de implicare în activitățile derulate. - Relevanța / adecvarea programului de asistență pentru nevoile școlii; - Eficiența modalităților de intervenție cuprinse în programul de asistență; - Eficiența programului de asistență individualizat.	• Prezentarea programului specific de asistență psihopedagogică de prevenire și combatere a violenței în școală. • Prezentarea rezultatelor implementării programului anual de asistență. • Articole în reviste de specialitate. • Diseminarea în rândul consilierilor școlari. • Implicarea în activitățile cuprinse în "Săptămâna antibullying".

ACTORI	TEHNICI DE CONȘTIENTIZARE	TEHNICI DE INTERVENȚIE	INDICATORI DE EVALUARE	DISEMINARE
		care se urmărește: -conștientizarea consecințelor actelor de bullying; -îmbunătățirea imaginii de sine a actorilor implicați; -prevenirea apariției dispozițiilor afective negative; -dezvoltarea autonomiei și autocontrolului.		
REPREZENTANȚI AI COMUNITĂȚII locale, ISJ, poliția de proximitate, Biserica	Particiere la activități de informare cu privire la activitățile ce vor fi desfășurate în cadrul școlii. Stabilirea de acorduri de colaborare.	Implicarea reprezentanților locali în dezbateri privind oportunitatea dezvoltării unor programe de asistență privind combaterea bullyingului în parteneriat școală-comunitate. Implicarea în activități cuprinse în Strategia școlii.	- Gradul de implicare a autorităților în activitățile derulate. Relevanța / adecvarea acordurilor de colaborare școală-comunitate.	• Participare la "Săptămâna anti-bullying". • Intervenții ale reprezentanților comunității locale în media.

Conform strategiei de mai sus vor fi prezentate o serie de modele de bună practică pentru fiecare actor implicat în problema bullying-ului , din trei perspective , tehnici pentru conștientizare, tehnici de intervenție și de evaluare.



IV. 2. MODELE DE TEHNICI ȘI ACȚIUNI LA NIVELUL ELEVILOR

IV.2.a. Tehnici de conștientizare

Fișa a.1.

IDENTIFICAREA NEVOILOR UTILIZÂND ANALIZA SWOT

PRINCIPALELE PUNCTE TARI ALE CLASEI ÎN PROBLEMATICA BULLYINGULUI - Număr redus de elevi care au fost implicați în acte de bullying; - Reprezentarea clasei în structurile anti-bullying la nivelul școlii; - Numărul ridicat de elevi din școală care au participat în anii anteriori la activități anti-bullying, desfășurate atât la nivelul clasei cât și la nivelul școlii.	PRINCIPALELE PUNCTE SLABE ALE CLASEI ÎN PROBLEMATICA BULLYINGULUI - Nivelul scăzut de conștientizare a problemei violenței școlare la nivelul părinților; - Lipsa resurselor (materiale și financiare) pentru desfășurarea activităților planificate.
PRINCIPALELE OPORTUNITĂȚI ÎN PROBLEMATICA BULLYINGULUI - Climat de cooperare, deschis, cultură democratică.	PRINCIPALELE AMENINȚĂRI ÎN PROBLEMATICA BULLYINGULUI - Nivel de implicare mai scăzut al elevilor în activitățile din anul în curs (de exemplu, implicarea în alte proiecte, elevi în clasa a XII-a etc.); - Creșterea numărului de acte de bullying și a formelor de manifestare.

Fișa a.2. Vânătoarea de comori

Cum știi că un anumit comportament este de tip bullying?

Care sunt caracteristicile agresorului?

Scrie mai jos 2 lucruri sau mai multe pe care le-ai putea face când vezi o faptă de tip bullying:

1.

2.

3.

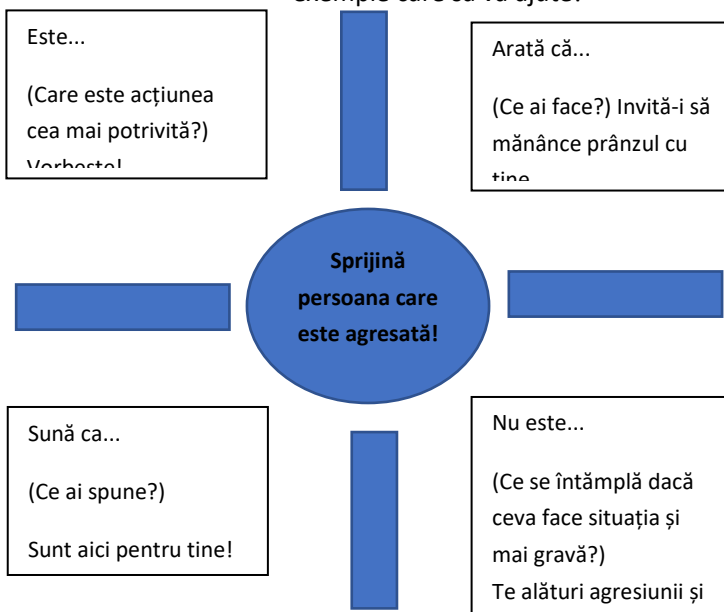
4.

Care este modalitatea în care vă puteți alătura cauzei?

Fișa a.3. Ce ar trebui să facă George?

Înainte să se alăture copiilor de la Clubul de Bullying, George a locuit într-un magazin de animale de companie cu o mulțime de hamsteri. El era cel mai mic și deseori era tachinat și poreclit. După experiența trăită, acum George vorbește despre bullying fără teamă. El știe că este important să fii alături de cei agresați și să le fii prieten.

Imaginează-ți că vezi un coleg de clasă care este agresat de un alt elev. Ce faci ca să îl ajuți? Gândește-te ce ar face sau spune George răspunzând la întrebările de mai jos. Aveți și câteva exemple care să vă ajute!



IV.2.b. Tehnici de intervenție

Fișa b.1. Activități despre gândirea emoțională

Cuvintele și acțiunile noastre pot lăsa o amprentă de durată!

Copiii care sunt victime ale bullying-ului se simt deseori singuri – faceți-i să înțeleagă că vă pasă!

În partea de sus a inimii scrieți comportamente pozitive, care îi fac pe alții să se simtă bine. Acestea pot fi idei pentru a răspândi bunătatea, a susține pe cineva care este hărțuit și a include pe alții.

În partea de jos a inimii scrieți comportamente negative, care pot răni. Acestea pot fi aspecte ale bullying-ului sau lucruri care pot înrăutăți situația.

Comportamentele pot avea un efect pozitiv sau negativ asupra prietenilor, colegilor și a celorlalți. Un copil care este împotriva bullying-ului va ține minte să folosească aspectele pozitive, în special dacă vede pe cineva care se confruntă cu acest fenomen!

OPREȘTE BULLYING- UL!

Sigur și anonim

Contractul Anti-Bullying

Nume: _____ Clasă: _____

Nu sta deoparte când vezi o situație tip Bullying

Promit să:

- 1) Opresc zvonurile rău-intenționate fie ele online sau offline ori de câte ori pot;
- 2) Spun unui adult când știu de vreun plan de hărțuire, ceartă sau bătaie în școala noastră;



3) Să nu fii părtaş la *bullying* – când aflu de așa ceva să iau măsuri și să spun cuiva.

Regula de Aur

Promit să:

- 1) Îi respect pe ceilalți elevi;
- 2) Respect bunurile altor elevi;
- 3) Întotdeauna să-i tratez pe ceilalți așa cum vreau eu să fiu tratat.

Sunt de acord să fiu un participant ACTIV în prevenirea bullying-ului în școala noastră.

SEMNĂTURA: _____

Motto:

“Nimeni nu te poate face să te simți inferior fără permisunea ta”

Eleanor Roosevelt

IA ATITUDINE ÎMPOTRIVA BULLYING-ULUI

1. DACĂ TU EȘTI ȚINTA BULLYING-ULUI

#1 **SCAPĂ** cât de repede poți și **DU-TE** într-un loc **SIGUR**, unde sunt alte persoane, în special adulți;

#2 **COALIZEAZĂ-TE** și **PETRECE-ȚI TIMPUL** cu alții: evită locurile în care ești singur;

#3 **POARTĂ-TE** ca și cum bullying-ul nu are nicio putere asupra ta.

Arată că ești **CALM** și **ÎNCREZĂTOR** stând drept, cu umerii înapoi și capul sus. Chiar dacă în interior te simți supărat sau speriat încearcă să nu dai de înțeles acest lucru persoanei care te hărțuiește. Respiră rar și adânc de câteva ori și amintește-ti că ești curajos și vei fi ajutat de un adult de încredere.

#4 **APĂRĂ-TE SINGUR. PREFĂ-TE PLECTISIT**, folosește umorul și apără-te cu replici simple și ușor de reținut care **STAU ÎN PUTEREA TA**, cum ar fi : *Ei, și?, Și ce?, Cum spui tu!, Cui îi pasă? N-ai altceva mai bun de făcut?*;

#5 **CERE AJUTOR** unui adult. Împărtășește adulților ce ți s-a întâmplat și cere-le sprijinul;

#6 **FII TU MAI BUN** și nu reacționa la fel. Dacă ripostezi fizic sau verbal, nu vei face decât să înrăutățești situația și să suferi și mai mult;

#7 **AMINTEȘTE-ȚI** că bullying-ul este legat direct de persoana care face acest lucru. Deși ești afectat și trebuie să te aperi, asta nu spune nimic despre tine, ci doar despre persoana care te hărțuiește;

#8 **AMINTEȘTE-ȚI** că ești curajos, minunat, demn de iubire și de respect, indiferent ce s-ar întâmpla. Nimeni nu îți poate lua asta!
ESTE DREPTUL TĂU!

2. CE FACI CÂND VEZI UN ACT DE TIP BULLYING

#9 **FII UN BUN PRIETEN**. Invită-l să petreceți timp împreună, fie în pauza, în timpul orelor sau după ore.

#10 **ÎNTRERUPE BULLYING-UL**. Creează o diversiune, cum ar fi: "Hei, ai văzut meciul de aseară?" sau "la uitate un balon cu aer!"

#11 **VORBEȘTE!** Spune ceva de genul: *Asta nu prea e frumos!, Termină!, Te face să te simți mai bine când altcineva se simte rău?*

#12 **OPREȘTE ZVONURILE și MESAJELE RĂUTĂCIOASE**. Refuză să participi la bârfe și glume proaste pe seama cuiva.

#13 **SPUNE UNUI ADULT**. Cere ajutor!

#14 **ȚINE MINTE** că ești curajos și acțiunile tale **POT SCHIMBA CEVA!**



IV.2.c. TEHNICI DE EVALUARE

Fișa c.1. CHESTIONAR PENTRU ELEVI - BE A BUDDY NOT A BULLY (FII DE TREABĂ, NU FI BĂTĂUȘ)

1. Clasa

2. Sexul:

Bărbătesc/ Femeiesc

Violența psihică – când cealaltă persoană îți pune porecle, te sperie, te amenință, te umilește, îți cere bani, își bate joc de tine, îți ia, aruncă sau îți strică lucrurile, țipă la tine, le spune altora diferite lucruri despre tine.

3. Cât de des ți se întâmplă să fii victima violenței psihice în școală?
Deseori /Câteodată /Niciodată

4. Un loc din școală unde se întâmplă de obicei violența psihică (bifează):

- ☐ Clasa
- ☐ Coridorul
- ☐ Vestiarul
- ☐ Toaleta
- ☐ Cantina
- ☐ Biblioteca
- ☐ Curtea școlii
- ☐ Internetul

5. Cine sunt autorii violenței psihice în școală?

- ☐ Elevii școlii
- ☐ Personalul auxiliar al școlii
- ☐ Profesorii

6. Perioada în care se întâmplă violența psihică

- ☐ Înainte de ore
- ☐ În timpul orelor



- În timpul pauzelor
- După ore

7. Descrie o situație în care ai experimentat violența psihică.

8. Cât de des vezi că se întâmplă violența psihică în școală?

Deseori /Câteodată /Niciodată

9. Cât de des folosești violența psihică în școală?

Deseori /Câteodată /Niciodată

10. Descrie o situație în care ai folosit violența psihică.

Violența fizică – când cealaltă persoană este lovită intenționat, bătută, înghiontită, călcată pe picior, scuipată.

11. Cât de des ți se întâmplă să fii victima violenței fizice în școală?

Deseori /Câteodată /Niciodată

12. Un loc din școală unde se întâmplă de obicei violența fizică (bifează):

- Clasa
- Coridorul
- Vestiarul
- Toaleta
- Cantina
- Biblioteca
- Curtea școlii
- Internetul

13. Cine sunt autorii violenței fizice în școală?

- Elevii școlii
- Personalul auxiliar al școlii
- Profesorii

14. Perioada în care se întâmplă violența fizică

- Înainte de ore
- În timpul orelor



- În timpul pauzelor
- După ore

15. Descrie o situație în care ai experimentat violența fizică.

16. Cât de des vezi că se întâmplă violența fizică în școală?

Deseori /Câteodată /Niciodată

17. Cât de des folosești violența fizică în școală?

Deseori /Câteodată /Niciodată

18. Descrie o situație în care ai folosit violența fizică.

19. Cui ceri ajutor când ești victima violenței fizice?

20. Dacă nu ceri ajutor scrie din ce motive.

21. Dacă vezi că un elev este hărțuit (alege varianta cea mai potrivită):

- Te alături agresorilor.
- Nu inițiezi niciodată bullying-ul, dar dacă ești provocat reacționezi.
- Pur și simplu te distrezi pe seama elevului care este hărțuit.
- Consideri că dacă un elev sau o elevă sunt hărțuiți este vina lor
- Doar privești situația dar nu te implici, deoarece crezi că nu este treaba ta.
- Pur și simplu urmărești situația, întrebându-te ce urmează.
- Nu îți place când alți elevi sunt hărțuiți, vrei să ajuți dar nu știi cum.
- Nu ești de accord cu bullying-ul, întotdeauna iei atitudine și ajuți un elev care este hărțuit

Mulțumesc pentru răspunsurile tale sincere.



IV. 3. EXEMPLE DE TEHNICI/AȚIUNI LA NIVEL DE CLASĂ

IV.3.a. Tehnici de conștientizare

Fișa a. 1.

Scop: Să se dezvolte abilități sociale pozitive și să se stabilească relații.

Obiective:

-  Să se inițieze și să se mențină interacțiunea cu un alt copil;
-  Să se asculte activ;
-  Să se împărtășească obiecte și experiențe.

Jocul „Ghidul prieteniei”

Scop –operationalizarea conceptului de prietenie

Desfășurarea activității: elevii sunt împărțiți în grupe de 4-5, după care li se cere să dezvolte un ghid al prieteniei. Pot începe de la o poveste imaginară, în care trebuie să ajute un așa-zis extraterestru care este un începător în inițierea și menținerea relațiilor prietenoase pe Pământ. El trebuie să înțeleagă cum se comportă oamenii când sunt prieteni unii cu ceilalți. Elevii care știu să deseneze pot dezvolta acest ghid prin benzi desenate.

Puncte de discuție:

Ce înseamnă să fii prieten cu cineva?

Cum legi o prietenie?

Cum îți alegi prietenii?

Cum trebuie să ne comportăm pentru a menține o prietenie?

Cum îi cerem ajutorul unui prieten, când avem nevoie?

Ce așteptări avem de la un prieten?

Ce așteptări crezi că are un prieten de la tine?

Fișa de lucru a.2.

Obiective:

- ✚ Să se îmbunătățească abilitatea de înțelegere;

Înțelegerea emoțiilor este cheia în dezvoltarea abilităților emoționale sănătoase. Asta înseamnă identificarea atât a cauzei cât și a consecințelor exprimării unei emoții, lucru care este strâns legat de recunoașterea și exprimarea emoțiilor. Odată identificat, mesajul afectiv trebuie interpretat corect. Înțelegerea emoțiilor implică:

- evaluare inițială a mesajului trimis de celălalt vorbitor, o interpretare adecvată;
- înțelegerea mesajului prin constrângerile impuse de regulile contextului social.

Scop: să se înțeleagă emoțiile

Obiectiv:

- ✚ Să se identifice cauza emoțiilor;
- ✚ Să numească consecințele emoțiilor într-o anumită situație.

Activitate „Felul în care mă simt”

Materiale – fișe de lucru

Începeți activitatea cu o discuție despre felul în care elevii cred că se simt oamenii în anumite situații. Discuția poate începe de la un exemplu concret, cum ar fi, dacă am trăi într-o țară în care nu ar ninge niciodată, vestea că va ninge ar putea produce bucurie pentru că rareori avem posibilitatea de a ne da cu sania sau a patina. Dacă am locui într-o țară în care ninge de obicei, vestea că va ninge ne va întrista pentru că suntem sătui de zăpadă. Din acest exemplu, accentuați ideea că felul în care vedem lucrurile în jurul nostru afectează felul în care ne simțim. Fiecare elev primește o fișă de lucru cu mai multe scene. Pentru fiecare scenă, elevii vor scrie gânduri sau sentimente asociate cu aceasta. La final, fiecare copil este rugat să vorbească cu un coleg despre gândurile pe care le-a scris pe fișa de lucru. După discuția avută în perechi, continuați cu toată clasa, bazându-vă pe întrebări legate de conținut.



Fișa de lucru a.3 - Felul în care mă simt!

Nume

Data.....

Instrucțiuni: Citiți fiecare scenariu. Pentru fiecare scenariu, încercați să vă identificați sentimentele pentru fiecare situație. De exemplu, dacă credeți că elevii mai mari nu ar trebui să spună ce să faceți, v-ați supăra? Dacă aveți alte interese și nu sunteți interesat să luați parte la discuțiile din clasă, ați putea simți indiferență, adică nu ar fi mare lucru. După ce v-ați identificat sentimentele, descrieți felul în care v-ați simțit în spațiile libere.

Crezi:.....

.....

Simți:.....

.....

 Tatăl tău a încălcat legea. Colegii tăi au aflat și te necăjesc.

Crezi:.....

.....

Simți:.....

.....

 Ești în vacanță. Vrei să joci baschet, dar sunt prea mulți copii deja jucându-se afară.

Crezi :.....

Simți :.....

 Doi dintre prietenii tăi stau mereu într-un colț al clasei. Se uită la tine și încep să chicotească și să șoptească ceva.

Crezi :.....

Simți :.....

 Tocmai te-ai tuns. Îți place foarte mult. Colegii tăi te necăjesc și îți spun că îți stă rău.

Crezi :

Simți :

Întrebări de conținut:

- Ați empatizat cu emoțiile care corespund fiecărui scenariu?
- Sunt similare cu cele ale partenerilor de discuție? Dacă nu au fost la fel, care credeți că a fost motivul?
- Cum v-ați simți dacă cineva v-ar spune că prima situație îi supără întotdeauna pe elevi?
- Credeți că este adevărat?
- Credeți că anumiți oameni sau anumite situații te fac mereu să te simți în felul în care te simți sau credeți că voi puteți alege?
- Care este legătura între gândurile și emoțiile tale?

Întrebări personalizate:

- Ați spus vreodată ceva de genul „M-a supărat! Mă enervează!”
- Chiar credeți că cineva vă poate supăra sau răni sau voi sunteți cei care vă faceți să simțiți în felul în care vă simțiți?

Probleme care trebuie accentuate în discuțiile cu elevii:

Același conținut facilitează experiența diferitelor emoții la oameni diferiți. Dacă contextul ar determina felul în care ne simțim, ar însemna că toți oamenii s-ar simți la fel în aceeași situație. Felul în care ne simțim depinde de modul în care interpretăm situațiile cu care ne confruntăm.



IV.3. b TEHNICI DE INTERVENȚIE

Fișa de lucru - Planul de acțiune al elevului împotriva bullying-ului

Bullying-ul afectează pe toată lumea. Fie că tu ești ținta, un martor sau persoana care terorizează, este ceva care are impact asupra ta, asupra semenilor tăi și asupra școlii. Bullying-ul poate fi oprit, dar nu se va întâmpla pur și simplu. Trebuie să te implici, să-ți faci un plan care ți se potrivește. Asta este șansa ta de a schimba ceea ce ți se întâmplă ție sau altcuiva și să faci diferența. Începe prin a-ți crea propriul plan în a lua măsuri împotriva bullying-ului.

Ce poți face?

Următorii pași te vor ajuta să dezvolti un plan de acțiune pentru a combate o situație de bullying care ți se întâmplă ție sau altcuiva.

Pasul 1: Gândește-te la actul de bullying care ți s-a întâmplat, pe care l-ai văzut sau pe care l-ai comis. Descrie situația, incluzând locul desfășurării, cine a fost implicat, ce s-a întâmplat și cum te-a făcut să te simți.

Pasul 2: Imaginează-ți situația apoi, altfel. Include ceea ce ți-ar plăcea să vezi întâmplându-se, cum ar putea să fie schimbate lucrurile și ce te-ar ajuta să deții din nou controlul asupra situației.

Pasul 3: Apoi, gândește-te la pașii care urmează a fi parcurși pentru a face ca acele schimbări să se realizeze.

IV.3. c TEHNICI DE EVALUARE

Chestionar pentru profesori - FII UN PRIETEN, NU UN BĂTĂUȘ

1. Descrie violența psihică:
2. Atitudinea ta când vezi că se folosește violența psihică:
3. Atitudinea ta când ești abordat de un elev care pretinde că a suferit violența psihică:
4. Cât de des ai experimentat violența psihică în școală?
 - Deseori
 - Câteodată
 - Niciodată
5. De la ce fel de oameni experimentezi violența psihică în școli? (Bifează tot ce se potrivește)
 - Colegi
 - Elevi
6. Cât de des folosești violența psihică în școală?
 - Deseori
 - Câteodată
 - Niciodată
7. Împotriva cui folosești violența psihică în liceu? (Bifează tot ce se potrivește)
 - Colegi
 - Elevi
8. Descrie violența fizică:
9. Atitudinea ta când vezi că se folosește violența fizică:
10. Atitudinea ta când ești abordat de elevi care pretind că au fost victima unei violențe fizice:
11. Cât de des experimentezi violența fizică în școli?
 - Deseori
 - Câteodată
 - Niciodată

12. De la ce fel de oameni experimentezi violența fizică în școală? (Bifează tot ce se potrivește)

- ☐ Colegi
- ☐ Elevi

13. Cât de des folosești violența fizică în școală?

- ☐ Deseori
- ☐ Câteodată
- ☐ Niciodată

14. Împotriva cui folosești violența fizică în școală?

- ☐ Colegi
- ☐ Studenți

15. După părerea ta, violența psihică și fizică este o problemă în școala ta?

16. Dacă crezi că violența psihică și fizică este o problemă în școala ta, cum crezi că poate fi rezolvată?

17. Alte observații și sugestii.

Vă mulțumim pentru răspunsurile sincere.



IV. 4. EXEMPLE DE TEHNICI/AȚIUNI LA NIVEL PARENTAL

IV.4.a. Tehnici de conștientizare

*Fișa de lucru IV.1.a. - Cyberbullying (Bullying informatic): **Ce pot face părinții?***

Cyberbullying-ul este folosirea tehnologiei pentru a hărțui, răni, stânjeni, umili și intimida o altă persoană.

Elevii care folosesc tehnologia pentru a hărțui, la fel ca și cei care o fac față în față, caută adesea ținte vulnerabile, izolate din punct de vedere social sau care nu pot înțelege normele sociale. Se poate face anonim, lucru care face mult mai simplu ca un copil să rănească un altul și să nu fie tras la răspundere sau să vadă impactul acțiunilor sale. Pentru că această tehnologie atinge o audiență mai mare decât doar persoana care este victimă, efectele sale pot fi devastatoare.

Cyberbullying-ul poate acționa în mai multe moduri. De exemplu, niște tineri au creat site-uri web sau bloguri pentru a hărțui un alt copil, postând imagini stânjenitoare, mesaje instantanee private sau mesaje amenințătoare. Asemenea website-uri pot fi un instrument puternic pentru elevi ca să-și încurajeze semenii să se alieze împotriva altui copil. Elevii care nu înțeleg indiciile sociale sau care încearcă să devină parte dintr-un grup pot confunda această atenție cu o prietenie, când de fapt este exact opusul.

Un plan format din trei pași pentru a aborda problema cyberbullying-ului împreună cu copilul tău.

Copiii din zilele noastre sunt prima generație care folosește tehnologia pentru a se hărțui unul pe celălalt. Părinții din zilele noastre sunt primii care au avut nevoie să abordeze această

problemă cu copii lor. Următorii pași reprezintă un ghid pentru a explora acest subiect împreună copilul tău.

1. Purtați conversația “cyberbullying”. Acum că știți că hărțuirea online este o posibilitate reală, începeți o discuție cu copilul vostru. Poate fi greu pentru copii să vorbească despre hărțuire cu părinții lor din multe motive. Ei pot fi stânjeniți de ceea ce se întâmplă, le poate fi teamă că hărțuirea se va amplifica dacă vor spune sau pot crede că este problema lor strict personală. Cyberbullying-ul poate da naștere și altor complicații. Mulți elevi ar putea considera că acel comportament urât și nociv care se petrece pe calculatorul sau telefonul lor mobil nu este bullying. Copiii și-ar putea, de asemenea, face griji că nu vor mai avea acces la tehnologie, dacă vor spune părinților despre cyberbullying. În momentul în care deschideți subiectul, spuneți-i copilului că este

bine să folosească telefoane și calculatoare și să fie online cu prietenii, dar că în același timp, vreți ca el sau ea să fie în siguranță. Explicați că dacă este comunicat ceva ce-ți poate face rău online, acest lucru se numește bullying și că este important să știți ce înseamnă. Dacă copilul dumneavoastră nu folosește site-uri de socializare pe internet sau alt tip de tehnologie, dar vă este teamă că ar putea fi ținta cyberbullying-ului, luați în considerare ajutorul cunoștințelor copilului dumneavoastră. Rugați un vecin sau pe cineva de încredere să fie atent la orice mesaj de hărțuire

postat, legat de copilul dumneavoastră, astfel încât să știți atunci când cyberbullying-ul apare.

Unde întâlnești cyberbullying-ul:

**-Mass-media -
mailuri**

-Mesaje text

**-Site-uri de
mesaje web**

-Mesaje instant



2. Stabiliți reguli de siguranță pentru copilul dumneavoastră în lumea fizică.

Faceți același lucru și în lumea cibernetică pe care acesta o frecventează. Amintiți-le copiilor că niciodată nu știu cine se află la celălalt capăt al comunicării cibernetică. Ar putea fi persoana pe care o cred acolo, dar pentru că nu o pot vedea pentru a fi siguri, ar trebui să procedeze întotdeauna cu prudență în schimburile lor. Având în vedere acest lucru, țineți cont de aceste două recomandări:

1) Nu faceți sau nu spuneți online nimic de nu ați face sau nu ați spune în persoană.

2) Nu dezvăluiți nimic ce nu i-ați spune unui străin. Găsiți mai jos o serie de sfaturi concrete pentru copilul dvs.:

- Nu distribui niciodată parola de e-mail, o fotografie sau orice date personale (cum ar fi o descriere fizică, un număr de telefon sau o adresă). Un agresor ar putea folosi acea informație pentru a te hărțui în multe feluri.

- Nu distribui prea multe detalii personale. De exemplu, dacă păstrezi un jurnal online, cineva ar putea folosi acele informații sensibile pentru a te hărțui sau a te ridiculiza.

- Nu divulga niciodată parola contului tău de chat nimănui, nici măcar celui mai bun prieten. Acest prieten poate să o împărtășească altora sau prietenia voastră poate să se încheie - iar mesajele tale private ar putea deveni dintr-o dată foarte publice.

Un agresor cibernetic care îți știe parola se poate loga la contul tău, se poate preface că ești tu și să se comporte necorespunzător cu ceilalți pentru a te face de râs și umili în fața lor. Este important să le reamintești frecvent copiilor dvs. aceste reguli.

Trebuie să știți ce fac copiii. în mediul online. Confidențialitatea este importantă, dar siguranța este și mai importantă. Ca părinte, aveți responsabilitatea de a ști ce fac copiii în mediul online. Stabiliți reguli privind accesul la telefoanele mobile ale copiilor, istoricul mesajelor, site-urile de rețele de socializare și alte conturi pe care aceștia le pot utiliza pentru a posta informații. Luați decizii cu privire la parole, cât de des veți verifica conturile și cum vor fi gestionate informațiile nepotrivite. Păstrați computerul copilului într-un loc deschis, cum ar fi camera de zi, unde puteți supraveghea activitatea online a acestuia. Decideți dacă vor exista limite privind accesul la utilizarea tehnologiei pentru a comunica cu colegii, cum ar fi restricționarea accesului la computer sau mesaje text după ora 9:00, în timpul orelor de masă sau până când se termină temele. Dacă descoperiți că copilul este agresat în mediul virtual, strângeți dovezi în acest sens prin imprimarea e-mailurilor sau paginilor web, salvând copii electronice și contactând școala copilului dumneavoastră.

Pași de urmat dacă copilul este agresat online. Dacă descoperiți că copilul dumneavoastră este victima unei agresiuni în mediul cibernetic:

- Salvați adresele URL ale paginii pe care a avut loc intimidarea.
- Strângeți dovezi imprimând e-mailurile sau paginile web. Acest lucru este util deoarece uneori informațiile sunt șterse.
- Identificați persoana de contact la școală pentru a raporta o agresiune cibernetică.
- Puneți la dispoziția școlii copiile adreselor URL sau materialele tipărite pe care le-ați adunat.

- Documentați corespondența cu școala și înregistrați răspunsul.

Pentru situații care nu sunt rezolvate prin aceste demersuri:

- Solicitați școlii acces la politica de prevenire a agresiunii.
- Studiați legile privind prevenirea agresiunii în țara dvs.
- Solicitați o întâlnire cu autoritățile școlare.



Fișa IV.1.b.

Informarea școlii cu privire la incidentele de bullying

_____ (adresa dvs. de reședință, strada)

_____ (oraș, județ)

_____ (data)

_____ (numele directorului)

_____ (numele școlii)

_____ (adresa școlii)

SB: _____ (nume, prenume
copil)

Stimate dl./ dna. _____
(numele directorului)

Copilul meu, _____

(prenumele copilului) este în clasa _____ la
_____ (numele școlii). În

cadrul școlii _____ (el/ ea) a fost agresat de
_____ (numele agresorului/ lor). Incidentul s-a

petrecut în data de _____ (data sau
perioada aproximativă de timp) când

_____ (descrieți cât mai multe
detalii ale incidentului). Când s-a întâmplat acest lucru

_____ (numele martorului/ martorilor) au auzit sau
au văzut incidentul și _____ (descrieți reacția



lor). Noi am aflat de acest incident când
_____ (descrieți cum ați aflat).

_____, (prenumele copilului) a
fost afectat de acest incident și a fost victima bullying-ului. (El/ ea) a
suferit _____ (descrieți vătămrile
corporale, traumele psihice și toate îngrijirile medicale sau
psihologice necesare datorită acestui incident).

Vă rog să îmi trimiteți o copie a politicilor cu privire la hărțuire și
bullying, să investigați această situație și să luați măsuri imediate
pentru corectarea ei. Vă rog să mă informați, în scris, cu privire la
acțiunile întreprinse pentru remedierea situației și pentru a vă
asigura că acest lucru nu se mai repetă.

Vă mulțumesc pentru atenția promptă acordată acestei probleme
foarte grave.

Cu stimă,

(loc pentru semnătură)

_____ (numele dvs.)

_____ (numele persoanei
responsabile din partea școlii), _____ (funcția)

(semnați și păstrați o copie la dosar)



a. TEHNICI DE INTERVENȚIE

Ajutați-vă copilul să recunoască semnele de bullying

Copiii nu-și dau seama întotdeauna că sunt agresați. S-ar putea să creadă că este vorba de agresiune numai dacă sunt răniți fizic; ar putea crede că celălalt copil glumește; sau poate că nu înțeleg normele și indicațiile sociale subtile. Îi poate ajuta o definiție a diferențelor dintre comportamentul prietenos și comportamentul agresiv.

Regula principală, care nu este o definiție legală sau cuprinzătoare: Informați-vă copiii că agresiune este atunci când cineva este rănit fie prin cuvinte, fie prin acțiuni intenționate, de obicei, de mai multe ori, se simte rău din cauza aceasta și îi vine greu să oprească ceea ce li se întâmplă. Părinții se pot pregăti să vorbească cu copiii lor, analizând modul în care vor răspunde întrebărilor și emoțiilor copilului lor. Ei pot, de asemenea, să decidă ce informații ar dori să le dea copiilor lor despre bullying.

Părinții ar trebui să fie pregătiți să:

- **Asculte.** Este povestea copilului; lăsați-l/ o să o spună. Aceștia pot suferi emoțional din cauza modului în care au fost tratați.
- **Creadă.** Cunoașterea faptului că un copil este hărțuit poate provoca multe emoții. Pentru a fi un avocat eficient, părintele trebuie să reacționeze într-un mod care încurajează copilul să aibă încredere.

- **Sprijine.** Spuneți copilului că nu este vina lui și că nu merită să fie agresat. Dați-i copilul putere spunându-i cât de minunat este. Evitați comentariile critice despre copil sau agresorul lui. Copilul se poate simți deja izolat. Dacă va auzi afirmații negative și de la părinții lui, nu va face decât să se izoleze și mai mult.

- **Fie răbdători.** Este posibil ca copilul să nu fie gata să se deschidă imediat. Le poate veni greu să vorbească despre hărțuire, deoarece se pot teme de represalii din partea agresorilor lor sau cred că, chiar dacă spun unui adult, nimic nu se va schimba. Copilul se poate simți nesigur, retras, înspăimântat sau rușinat.

- **Ofere informații.** Părinții ar trebui să-și educe copilul cu privire la bullying prin furnizarea de informații la un nivel pe care copilul îl poate înțelege.

- **Exploreze posibilele strategii de intervenție.** Părinții pot discuta cu copilul lor despre opțiunile pe care acesta le are pentru a face față comportamentului agresiv.

Întrebări despre bullying pe care le puteți adresa copilului.

Întrebările deschise vor ajuta copilul să vorbească despre situația lui. Începeți cu întrebări care vizează mediul acestuia. De exemplu, *"Cum a fost plimbarea cu autobuzul astăzi?"* Sau *"Ai văzut vreodată pe cineva care a fost rău cu altcineva în autobuz?"* Apoi continuați cu întrebări care îl/ o afectează în mod direct, cum ar fi: *"Te-ai speriat vreodată în autobuz?"* sau *"A fost vreodată cineva rău cu tine în autobuz?"*

Atunci când copilul este dispus să vorbească despre cazul de agresiune, părinții îi pot ajuta pe acesta să recunoască comportamentul agresiv, punând mai multe întrebări, cum ar fi:

- Copilul acela te-a rănit intenționat?
- S-a întâmplat de mai multe ori?
- Te-a făcut să te simți rău sau supărat? Cum te simți în legătură cu acest comportament?

- Copilul a știut că îți făcea rău?
- Celălalt copil este mai puternic (adică mai mare, mai înspăimântător) decât tine în vreun fel?

Pentru copilul care nu dorește să vorbească despre situație, întrebările pot include:

- Cum a fost astăzi la sala de sport?
- Cu cine ai stat la prânz?
- Se pare că te simți rău foarte des în ultimul timp și vrei să stai acasă. Spune-mi despre asta.
- Ceilați copii se distrează pe seama ta?
- Există multe găști la școală? Ce crezi despre ele?
- Te-a atins cineva într-un mod care nu ți s-a părut în regulă?

Reacții de evitat. Atunci când copiii aleg să le spună părinților despre agresiune, părinții ar putea opta pentru unul din următoarele trei reacții:

1. Îi spun copilului să îi țină piept bătăușului;
2. Îi spun copilului să îl ignore și să îl evite pe agresor;
3. Iau lucrurile în propriile mâini. Deși aceste reacții exprimă grijă, preocupare și intenții bune - și adesea reflectă ceea ce părinților li s-a spus de către părinții lor sau de către alți adulți - acestea sunt cel mai probabil ineficiente.

Părinții se pot simți mai bine că au luat măsuri, dar aceste reacții pot avea consecințe negative. Iată de ce aceste răspunsuri vor fi probabil un eșec:

1. *Îi spuneți copilului să îi țină piept bătașului* - Aceasta poate implica faptul că este responsabilitatea copilului dvs. să se ocupe de situație. Deși există o fărâmbă de adevăr în această afirmație (a fi asertiv este adesea o atitudine bună), trimiterea copilului înapoi în situație fără alte informații va cauza probabil mai mult rău. Un răspuns mai eficient este să găsiți împreună cu copilul dvs. variante prin care să faceți față situației împreună, ca o echipă.

2. *Îi spuneți copilului dvs. să ignore bătașul* - Acest lucru este mai ușor de zis decât de făcut. Copilul dvs. a încercat, probabil, să ignore situația, ceea ce este o atitudine tipică pentru copii. Cu toate acestea, dacă această metodă ar fi fost eficientă, nu ar fi fost nevoie copilul să vă caute ajutorul. Este dificil să ignori pe cineva care stă în spatele tău în autobuz sau lângă tine în clasă.

3. *În plus, în cazul în care elevul care agresează își dă seama că ținta sa îl "ignore" în mod intenționat*, el poate chiar să recurgă la agresiuni suplimentare, deoarece această reacție îi oferă sentimentul de putere și de control pe care îl caută.

4. *Luăți lucrurile în propriile mâini* – O reacție normală a părinților este de a încerca să remedieze situația și să scoată copilul din dificultate. De exemplu, aceștia ar putea suna părinții elevului care a hărțuit sau îl vor confrunta direct pe acesta. Amintiți-vă, atunci când copiii spun unui părinte despre agresiune, ei au de fapt nevoie ca părintele să îi îndrume spre o soluție care să îi facă să se simtă din nou puternici și stăpâni pe situație. Implicați-i pe copii în procesul de stabilire a pașilor următori. În mod obișnuit, apelarea celuilalt părinte sau confruntarea directă cu elevul ce a intimidat este inefficientă. Cel mai bine este să lucrați prin școală și să implementați un plan în mai multe etape ca mod de răspuns.

5. *Este important să ajutați copilul să știe că nu este singur*

- *Nu ești singur.* Mulți copii simt că sunt singurii care sunt agresați și că nimănui nu îi pasă. Lăsați-i să știe că există oameni cărora le pasă.

- *Nu depinde de tine să oprești hărțuirea.* Nu este niciodată responsabilitatea copilului să schimbe ceea ce se întâmplă cu el.
- *Bullying-ul se întâmplă multor copii, dar asta nu înseamnă că trebuie **VREODATĂ** acceptat.* Lăsați copilul să știe că agresiunea se întâmplă în școlile mici, în școlile mari, în școlile din mediul rural și în școlile urbane. Se poate întâmpla și la nivel preșcolar, la liceu și la fiecare nivel de învățământ între ele. Se întâmplă și în Australia, și în Argentina, și peste tot în lume. Unii oameni ar putea spune că unii copii merită să fie hărțuiți pentru modul în care arată sau se poartă, dar asta pur și simplu nu este adevărat.
- *Nimeni nu merită să fie victima bullying-ului.* Toți merităm respect. Toți elevii au dreptul să fie tratați cu demnitate și respect, indiferent de situație.
- *Trebuie să lucrăm toți împreună.* Fiecare dintre noi are datoria să intervină în caz de bullying. Atât școala, cât și comunitatea și părinții joacă un rol important.

B. TEHNICI DE EVALUARE - Chestionar pentru părinți- FII UN PRIETEN, NU UN AGRESOR

1. Credeți că școala se implică suficient pentru a crea un mediu sigur și armonios pentru toți elevii? (încercuiți răspunsul corect)
 - o Da
 - o Nu
 - o Nu sunt sigur
2. Aveți încredere să raportați îngrijorările dvs. legate de bullying personalului școlii? (încercuiți răspunsul corect)
 - o Da

☐ Nu

☐ Nu sunt sigur

3. Cât de în siguranță se simte copilul dvs. la școală când vine vorba de bullying?

☐ Se simte în siguranță în permanență

☐ Se simte destul de în siguranță, în cea mai mare parte a timpului

☐ Nu se simte în siguranță în cea mai mare parte a timpului

☐ Nu ;tiu

4. A fost copilul dvs. vreodată victima bullyingului? (încercuiți răspunsul corect)

☐ Da

☐ Nu

☐ Nu sunt sigur

5. Cum ați aflat că copilul dvs. a fost victima bullying-ului/ hărțuirii? (încercuiți prima persoană de la care ați aflat)

☐ Copilul meu

☐ Profesorul diriginte

☐ Personalul școlii

☐ Un prieten/ frate al copilului

☐ Altul _____

6. Școala a luat măsuri în acest sens? (încercuiți unul dintre răspunsurile de mai jos):

☐ Da

☐ Nu

Vă rugăm să descrieți ce au făcut în acest sens. Dacă nu știți ce s-a întâmplat, vă rugăm să specificați asta.

7. Cum credeți că au reacționat profesorii școlii când au aflat că un elev este victima bullying-ului? (încercuiți unul dintre răspunsurile de mai jos):

- ☐ Majoritatea dintre ei au tratat problema cu mare seriozitate și au încercat să o oprească imediat
- ☐ Unii dintre ei au tratat problema cu mare seriozitate și au încercat să o oprească imediat
- ☐ Aproape niciul dintre ei nu a tratat problema cu mare seriozitate și nu a încercat să o oprească imediat
- ☐ Nu știu

8. Credeți că școala ar fi putut să facă mai mult? (încercuiți unul dintre răspunsurile de mai jos):

- ☐ Da
- ☐ Nu

Vă rugăm explicați ce altceva ar fi putut să facă:

9. V-a informat vreodată cineva de la școală că fiul/ fiica dvs. este un agresor? (încercuiți unul dintre răspunsurile de mai jos):

- ☐ Da
- ☐ Nu

10. Ați discutat vreodată cu copilul dvs. de ce este important să nu fie un agresor? (încercuiți unul dintre răspunsurile de mai jos):

- ☐ Da

o Nu

11. Sunteți mulțumit de strategiile și de programele pe care le școala le implementează pentru a gestiona fenomenele de bullying și pentru a crea un mediu de respect și siguranța în școală (încercuiți unul dintre răspunsurile de mai jos):

o Da

o Nu

o Nu știu

12. Ce acțiuni din lista de mai jos credeți că ar putea întreprinde școala copilului dvs. pentru a preveni bullying-ul/ hărțuirile: (încercuiți răspunsurile cu care sunteți de acord):

o Să asigure elevilor mai multe informații despre bullying/ hărțuiri

o Să asigure elevilor mai multe informații despre cum să se raporteze incidentele de bullying/ hărțuire

o Să organizeze ședințe de informare cu părinții/ tutorii legali

o Să asigure training profesorilor/ personalul școlii cu privire la tehnici de prevenire și tratate a bullying-ului/ hărțuirilor

o Să organizez discuții de grup/ la nivel de clasă

o Să invite vorbitori publici

o Să prezinte filme pe această temă

o Să îi pună pe elevi/ profesori să citească cărți pe această temă

o Să organizeze proiecte

o Să facă proiecte la nivelul clasei/ școlii

o Să organizeze întruniri

o Să implice elevii în prevenirea bullying-ului/ hărțuirilor



o Să dezvolte abilități de prevenire și tratare a bullying-ului/hărțuirilor

o Altele (vă rugăm explicați)

Vă mulțumim pentru timpul acordat. Vă rugăm să ne dați câteva informații despre dvs.

Sex: (încercuiți unul dintre răspunsurile de mai jos):

Masculin Feminin

Vă rugăm încercuiți intervalul de vârstă în care vă încadrați

18-30 ani

31-40 ani

41-50 ani

51- 60 ani

61 și mai mult



IV. 5. EXEMPLE DE STRATEGII

Proiect “Experimentul Adoptiei” - realizat de Colegiul Național “Mihai Eminescu”

Proiectul „Experimentul Adoptiei” este un proiect educațional din domeniul educativ cetățenie democratică – drepturile copilului care face parte din Proiectul Erasmus+ - „By a Buddy, not a Bully”, care se derulează în acest an școlar în școala noastră în scopul prevenirii și diminuării fenomenului violenței din școală (**bullying**) prin activități extrașcolare și conștientizarea importanței relațiilor interumane bazate pe înțelegere și acceptare.

Educatorul – modelator de suflete – are o menire nobilă dar și o responsabilitate uriașă, acesta fiind într-o permanentă căutare de strategii prin care să se asigure și să echilibreze dezvoltarea personalității copiilor. Proiectul propus contribuie la protecția împotriva violenței și prevenirea fenomenului de **bullying** din școală prin implicarea elevilor în activități extrașcolare cu rol formator.

Obiectivele proiectului au fost:

1. Formarea unui stil pozitiv de relaționare interpersonală;
2. Identificarea și reglarea emoțiilor și a comportamentului în situații problemă;
3. Dezvoltarea capacității de relaționare în grup, în situații concrete, în mediul școlar;

Beneficiari:

1. **directi:** – elevii implicați în proiect;
– cadrele didactice implicate în proiect
2. **indirecti:** – toți elevii;
– toate cadrele didactice;
– comunitatea locală.

Activitățile proiectului:

- **„Jurământul Experimentul Adoptiei”** – fiecărui elev din clasa a V-a i se atribuie ca „frate mai mare” un elev din clasele de la liceu (IX-XII)
- **„Brățara prieteniei”** – confecționare de brățări din ață împletită;
- **„Omul de zăpadă”** – realizarea unui om de zăpadă din șosete albe;
- **„Mesaje călătore”** – realizare de felicitări și mărtișoare prin tehnica quilling;
- **„Rondul prieteniei”** – plantare de semințe de flori în parcul școlii;
- **„Inocență fără violență”** – modalități de gestionare a situațiilor concrete de violență.

Resurse implicate:

- **umane:** echipa de proiect, cadre didactice, elevi, părinți;
- **materiale:** spațiile de învățământ din școli, calculator, imprimantă, aparat foto, materiale auxiliare consumabile (lipici, carioci, acuarele, cartoane și foi colorate, instrumente de quilling, ață colorată, șosete albe, orez, nasturi, ace gămălie cu cap colorat, markere, bucăți de material textil), foarfece, semințe de flori, var, diplome;

Rezultate așteptate:

- conștientizarea elevilor cu privire la consecințele actelor de violență;
- formarea unei atitudini pozitive față de colegi/adulți;
- diminuarea numărului cazurilor de agresivitate din școală;
- implicarea părinților în activitatea de combatere a violenței din școală și din afara ei;
- postarea de fotografii din timpul activităților proiectului în mediul online.

DESCRIEREA ACTIVITĂȚILOR

Activitatea nr. 1

Titlu: *Jurământul Experimentul Adopției*

Data/ perioada de desfășurare: octombrie 2016

Locul desfășurării: școală

Participanți: elevii claselor a V-a și elevii de liceu implicați în proiect

Descrierea activității: Pentru stoparea fenomenului de bullying din școală se propune ca soluție protectoratul de tip „Experimentul Adopției”: fiecare elev din clasele a IX-XII-a devine „un frate / soră mai mare” pentru un elev din clasa a V-a. Responsabilitățile fratelui mai mare includ: îndrumare, consiliere, încurajare și sprijin necondiționat, demnitate astfel încât acesta să fie un model demn de urmat pe tot parcursul anului școlar. Pentru a pecetlui această „frăție”, elevii vor realiza sesiuni practice în care să creeze împreună un simbol palpabil al prieteniei lor. Elevii claselor de liceu își asumă angajamentul colectiv în fața profesorilor prin depunerea unui jurământ. Se identifică tipurile de violență existente în școală și se discută despre măsurile ce se impun pentru stoparea fenomenului de bullying din școală.

Responsabili: colaboratorii

Beneficiari: elevii, cadrele didactice, părinții elevilor implicați

Modalități de evaluare: Exercițiu „Cum mă simt?”, chestionar

Activitatea nr.2

Titlu: *Brățara prieteniei*

Data/ perioada de desfășurare: noiembrie 2016

Locul desfășurării: școală

Participanți: elevii claselor a V-a și elevii de liceu implicați în proiect

Descrierea activității: elevii se grupează în perechile formate la activitatea nr. 1 și creează brățări ale prieteniei din ață împletită care pecetluiesc relația de protectorat creată. Elevii discută despre experiențele personale din ultima lună și se evidențiază comportamentele pozitive și luările de atitudine. Se dezbate în ce măsură proiectul contribuie la creșterea sentimentului de siguranță din școală.

Responsabili: colaboratorii

Beneficiari: elevii, cadrele didactice, părinții elevilor implicați

Modalități de evaluare: discuție despre cum s-au simțit când au lucrat împreună, ce dificultăți au întâmpinat și cum au fost ajutați

Activitatea nr.3

Titlu: *Omul de zăpadă*

Data/ perioada de desfășurare: decembrie 2016

Locul desfășurării: școală

Participanți: elevii claselor a V-a și elevii de liceu implicați în proiect

Descrierea activității: elevii se grupează în perechile formate la activitatea nr. 1 și construiesc oameni de zăpadă din șosete albe



umplute cu orez și decorate cu nasturi și materiale textile.
Urmează turul galeriei și discuții.

Responsabili: colaboratorii

Beneficiari: elevii, cadrele didactice, părinții elevilor implicați

Modalități de evaluare: expoziția oamenilor de zăpadă

Activitatea nr.4

Titlu: *Mesaje călătoare*

Data/ perioada de desfășurare: ianuarie-februarie 2017

Locul desfășurării: școală

Participanți: elevii claselor a V-a și elevii de liceu implicați în proiect

Descrierea activității: elevii realizează felicitări și mărtișoare prin tehnica quilling. Felicitările și mărtișoarele vor fi dăruite doamnelor în cadrul activității „Mărtișor în cartier”.

Responsabili: echipa de proiect

Beneficiari: elevii, cadrele didactice, părinții elevilor implicați

Modalități de evaluare: numărul de felicitări și mărtișoare realizat

Activitatea nr. 5

Titlu: *Rondul Prieteniei*

Data/ perioada de desfășurare: aprilie 2017

Locul desfășurării: școală

Participanți: elevii claselor a V-a și elevii de liceu implicați în proiect

Descrierea activității: elevii plantează semințe de flori / puieți în parcul școlii pentru a realiza „un rond floral simbolic intitulat „Rondul Prieteniei”. Se stabilesc responsabilitățile elevilor privind îngrijirea rondurilor create.



Responsabili: colaboratorii

Beneficiari: elevii, cadrele didactice, părinții elevilor implicați

Modalități de evaluare: discuție despre cum s-au simțit când au lucrat împreună

Activitatea nr. 6

Titlu: *Inocență fără violență*

Data/ perioada de desfășurare: iunie 2017

Locul desfășurării: școală

Participanți: elevii claselor a V-a și elevii de liceu implicați în proiect

Descrierea activității: se vizionează o prezentare Power Point. Se analizează formele de violență care există în școală. Se discută pe baza experiențelor personale ale elevilor și se propun măsuri de stopare a fenomenelor de violență din școală. Se completează un chestionar. Se desprind concluziile privind eficiența proiectului „Experimentul Adoptiei”. Se acordă diplome.

Responsabili: colaboratorii

Beneficiari: elevii, cadrele didactice, părinții elevilor implicați

Modalități de evaluare: chestionare

EVALUARE:

- realizarea activităților și obiectivelor în termenul stabilit;
- observația sistematică;
- produse rezultate în urma activităților proiectului;
- chestionare;

SUSTENABILITATE:

Ne propunem ca pe viitor acest proiect educațional să se desfășoare anual și să se extindă la nivel județean.

CONCLUZII

Comportamentul de bullying este o cale prin care unii copii au învățat să primească atenție, chiar dacă într-un mod negativ. Alți copii se manifestă astfel pentru că așa au învățat să se simtă puternici (când ceilalți se tem de ei). Pentru alți copii, comportamentul de bullying reprezintă o cale ușoară de a fi percepuți de ceilalți ca fiind „cool”. Nevoia de integrare este atât de mare, încât fenomenele de tip bullying nu pot rămâne străine de mediul școlar și social. Există și situații când copiii imită modelele învățate - ei acționează în același mod în care au fost tratați și ei în contextele lor de viață sau în funcție de ceea ce văd în familie, la televizor. Ca un exemplu de model ce poate determina comportamentul unui copil prin intermediul televizorului, ne aducem aminte că prin anii '90 rula un serial care se numea *Salvați de clopoțel*. În acest serial exista un personaj pe nume Screech, “toticarul”, opusul “popularilor” care era mereu tachinat, luat la mișto, exploatat sau dat la o parte de ceilalți. Și mai există și categoria copiilor care interpretează greșit diferențele culturale și etnice.

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

Bullying-ul nu este un fenomen apărut de ieri de azi, ci a existat dintotdeauna. Atât timp cât există cineva cu o personalitate mai slabă, acel cineva va fi subiect al glumelor și tachinărilor

colegilor. La un moment dat Horațiu Mălăieles făcea o declarație referitoare la viața lui de elev: *“Aveam strabism foarte pronunțat, eram dislexic și abia citeam, toți cei din jur râdeau de mine: profesori și copii, eram numit “prostu’ clasei”, mi se lipeau bilete cu apelativul ăsta în pauze pe spate, mi se spunea mereu că desenez urât și atunci nu prea am mai desenat. Eram în suferință. Înțelesesem că sunt prost, urât și că nu sunt bun de nimic.”* Calculând după vârsta actorului, rezultă că aceste acțiuni se petreceau în urmă cu aproximativ 50 de ani.

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



REFERINȚE BIBLIOGRAFICE

- ✚ Beldean-Galea, I.E. (2012) - *Agresivitatea la elevi - teză de doctorat*, coord. prof. univ. dr. Jurcău N., Univ. Babeș-Bolyai Cluj-Napoca
- ✚ Radu, I. (coord.), Druțu, I., Mare, V., Miclea, M., Podar, T., Preda, V. (1191), *Introducere în psihologia contemporană*, Editura Sincron, Cluj-Napoca.
- ✚ Sillamy, N. (1996), *Dicționar de psihologie* (trad.), Editura Univers Enciclopedic, București.
- ✚ Stănciulescu, E. (1997), *Sociologia educației familiale*, Vol.I, Editura Polirom, Iași.
- ✚ Șchiopu, U., Verza, E. (1989) *Adolescență, personalitate și limbaj*, Editura Albatros, București.
- ✚ Șchiopu, U., Verza, E. (1997), *Psihologia vârstelor. Ciclurile vieții*, Editura Didactică și Pedagogică, București.
- ✚ <https://www.stopbullying.gov/what-is-bullying/>
- ✚ <http://www.apa.org/topics/bullying/>
- ✚ Olweus, D. (1989) *The Olweus bully/victim questionnaire*, Mimeo, Bergen, Norvegia, accesat pe <http://www.vashonsd.org>
- ✚ Salmivalli, C., Kaukiainen, A., & Voeten, M. (2005), *Anti-bullying intervention: implementation and outcome*, British Journal of Educational Psychology, 75, p. 465-487.
- ✚ Bologa, L. (2010), *Factori determinanți ai formelor actuale de manifestare a violenței școlare. Strategii de prevenție și intervenție - teză de doctorat*, Univ. Babeș-Bolyai, coord. prof. univ. dr. Vasile Preda.
- ✚ Salvați copiii (2016), *Bullying-ul în rândul elevilor - studiu sociologic la nivel național*.
- ✚ Abric, J.C. (2002), *Psihologia comunicării*, Ed. Polirom, Iași.
- ✚ Goleman, D. (2007), *Inteligența socială*, Ed. Curtea Veche, București.
- ✚ http://www.hbsc.org/countries/downloads_countries/Scotland/BriefingPaper10.pdf
- ✚ http://www.unicef.org/romania/ro/STUDIU_de_GEN.pdf
- ✚ Ballantine, J. & Hammack, F. (2008), *The Sociology of Education*, Englewood Cliffs, Prentice-Hall, Ediția a VI-a.

- ✚ Banciu, P.D., Rădulescu, M.S. (1999), *Etiologia infracțiunilor comise prin violență și agresivitate*, Sociologie Românească, 3-4, p. 225-235.
- ✚ Neamțu, C. (2003), *Devianța Școlară. Ghid de intervenție în cazul problemelor de comportament ale elevilor*, Ed. Polirom, Iași.
- ✚ Willard, N. (2006), *Cyberbullying and cyberthreats*, Eugene, OR: Center for Safe and Responsible Internet Use.
- ✚ www.savethechildren.net/romania/comunicate_presa/Studiul_UNU_privind_violenta.pdf
- ✚ Jigău, M., Liiceanu, A, Preoteasa, L. (2005), *Violența în școală*, Institutul de Științe ale Educației.
- ✚ Ordin nr. 1409/29.06.2007 cu privire la aprobarea strategiei Ministerului Educației, Cercetării și Tineretului cu privire la reducerea fenomenului de violență în unitățile de învățământ preuniversitar.
- ✚ Anexa la OMECT 1409/2007, *Strategia Națională privind violența.pdf*
- ✚ *Prevenirea și combaterea violenței în școală*, ghid practic pentru directori și cadre didactice, ISE, 2006.
- ✚ <http://arhiva.ise.ro/evaluare/VIOLENTA.studiu.TOTAL.FINAL.27.04.2005.pdf>
- ✚ http://learnwithoutfear.org/downloads/School_Violence_in_OECD_countries.pdf (15/11/2008).
- ✚ <http://www.cyberbully.org/cyberbully/docs/cbcteducator.pdf>
- ✚ file:///C:/Users/TEMP.DESKTOP-TG35J0M/Desktop/proiecterasmus/Activity-Workbook%20(1).pdf
- ✚ file:///C:/Users/TEMP.DESKTOP-TG35J0M/Desktop/proiecterasmus/BP-2.pdf
- ✚ file:///C:/Users/TEMP.DESKTOP-TG35J0M/Desktop/proiecterasmus/BP-23.pdf
- ✚ file:///C:/Users/TEMP.DESKTOP-TG35J0M/Desktop/proiecterasmus/BP-28.pdf
- ✚ file:///C:/Users/TEMP.DESKTOP-TG35J0M/Desktop/proiecterasmus/prevenirea-si-combaterea-violentei.pdf1.pdf
- ✚ file:///C:/Users/TEMP.DESKTOP-TG35J0M/Desktop/proiecterasmus/strategii-prevenire-violenta.pdf