



FENOMENUL BULLYING



MINI-GHID PENTRU PĂRINȚI ȘI CADRE DIDACTICE

Fenomenul bullying – o problemă frecventă

CUPRINS:

Ce este bullying-ul.....	1
Tipuri de bullying.....	2
Cauze ale fenomenului	3
Semne că un copil este agresat.....	4
Ce poate face școala	4
Ce pot face ceilalți copii.....	6
Ce pot face părinții.....	7

Bullying înseamnă folosirea unei forțe superioare pentru a influența sau intimida pe cineva.

Este un comportament repetat și intenționat prin care agresorul își persecută, rănește, intimidează victima verbal, relațional și/sau fizic.

Fenomenul bullying apare atunci când un copil este etichetat, tachinat, batjocorit în cercul său de cunoștințe sau de colegi. Uneori, aceste tachinări se transformă în îmbrânciri sau, în unele cazuri, în atacuri fizice.

Bullying-ul nu presupune existența unui conflict bazat pe o problemă reală, ci pe dorința agresorului de a obține putere sau autoritate.



Chiar dacă fenomenul bullying este cel mai frecvent asociat cu mediul școlar, acesta poate apărea și în alte contexte - în fața blocului, la locul de joacă etc.

Există mai multe tipuri de comportamente care pot fi încadrate în categoria bullying:

- **Intimidarea verbală:** poreclire, batjocorire, amenințare, ironie, replici ofensatoare, comentarii sexuale etc.
- **Intimidarea socială:** excluderea intenționată dintr-un grup sau colectiv, punerea intenționată într-o situație jenantă în public, răspândirea de zvonuri jignitoare etc.
- **Intimidarea fizică:** bruscare, lovire, scuipare, daune aduse bunurilor persoanei intimidată etc.

Mai recent a căpătat amploare un nou tip de bullying, „adaptat” dezvoltării puternice a tehnologiei comunicării, și anume cyberbullying-ul.

- **Cyberbullying** se referă la comportamentul de intimidare prin intermediul tehnologiilor de informare și comunicare: SMS-uri sau e-mailuri jignitoare, răutăcioase, zvonuri sau comentarii răspândite pe site-uri de socializare, distribuirea de imagini jenante sau ofensatoare cu persoana hărțuită etc.





Agresorii nu au nevoie să fie neapărat mai mari sau mai puternici decât cei pe care îi agrează. Diferența percepută de putere poate proveni din surse diferite - popularitate, abilități fizice sau cognitive, caracteristici de personalitate.

De ce apare fenomenul bullying? Cine sunt agresorii?

- Unii dintre agresori sunt bine priviți în grup, sunt populari, au influență în rândul celor de aceeași vârstă și le place să domine sau să conducă pe alții;
- Alții sunt agresivi deoarece aceștia au fost izolați și simt o nevoie puternică de a aparține unui grup, însă nu posedă abilitățile sociale de a-și păstra prietenii;
- Mulți copii nu pot evalua violența școlară ca fiind negativă sau inacceptabilă, așa cum fac adulții, și pot interpreta actele de agresiune ca amuzament sau distracție;
- Chiar dacă am putea avea impresia că agresorul este o persoană puternică și încrezătoare, lucrurile stau uneori altfel – acești copii au de multe ori o stimă de sine scăzută, simțindu-se superiori doar dacă îi lezează pe alții;
- De multe ori agresorii sunt ei înșiși victime ale fenomenului de bullying, pe care îl „învață” de la părinți sau frați mai mari.

Chiar dacă nu putem ști niciodată cu siguranță dinainte dacă un copil va avea un comportament de tip bullying, sunt câteva caracteristici care cresc șansa ca un copil să devină agresor:



- Are o toleranță redusă la frustrare
- Probleme familiale, neimplicare din partea familiei
- Are o părere proastă despre ceilalți
- Are dificultăți în respectarea regulilor
- Vede violența într-o lumină pozitivă
- Are prieteni care îi agrează pe alții



Fenomenul de bullying îi poate afecta, în moduri diferite, pe toți cei implicați - victimă, agresor și martori.

Care pot fi efectele?

Semne care pot indica faptul că un copil este hărțuit

- Vânătași, răni neexplicate
- Haine sau obiecte personale pierdute sau distruse
- Dureri de cap sau de stomac frecvente, rău real sau prefăcut înainte de a merge la școală
- Schimbări în tabieturile alimentare, cum ar fi mâncatul în exces sau săritul peste mese (copiii pot veni flămânzi de la școală pentru că nu și-au mâncat sandvișul)
- Dificultăți la somn sau coșmaruri frecvente
- Scăderea notelor, scăderea interesului pentru școală, fobie școlară
- Pierderea prietenilor sau evitarea situațiilor sociale
- Sentimente de neajutorare și scăderea stimei de sine
- Comportamente de risc, fuga de acasă, auto-mutilare sau preocupare legată de suicid.



Ce se poate face la nivelul școlii?

Stoparea imediată a comportamentului

Când adulții reacționează rapid și consistent la acest tip de comportament transmit mesajul că acesta nu este acceptat și acceptabil. Studiile arată că acest tip de reacții determină, în timp, stoparea bullying-ului.



Pentru modificarea oricărui comportament învățat, așa cum este și bullying-ul, este nevoie de timp și constanță în intervenții.

Ce se poate face la nivelul școlii?

Ce puteți face:

- Intervențiți imediat și opriți comportamentul. Chemați încă o persoană să vă ajute dacă este nevoie;
- Asigurați-vă că toată lumea este în siguranță - adresați orice aspecte care țin de sănătatea fizică sau mentală imediată;
- Stați calm, liniștiți copiii implicați și martorii; modelați un comportament respectuos când intervențiți.

Ce este bine să nu faceți:

- Nu ignorați comportamentul, în ideea că cei implicați vor rezolva singuri problema;
- Nu obligați copiii să spună în public ce au văzut sau ce s-a întâmplat; nu vorbiți cu cei implicați împreună, ci doar separat;
- Nu-i forțați pe copiii implicați să se împace sau să-și ceară scuze pe loc.

Acordarea de suport copiilor implicați

Cum îl ajutăm pe copilul care a fost hărțuit?

- Ascultați și acordați atenție copilului; nu spune niciodată copilului să ignore bullying-ul;
- Asigurați copilul că bullying-ul nu este din vina lui, chiar dacă la un moment dat l-a provocat în vreun fel pe agresor;
- Luați în considerare faptul că de multe ori copiii care sunt hărțuiți au dificultăți în a vorbi despre acest lucru. Recomandați consultarea consilierului școlar sau a unui alt specialist;
- Căutați împreună cu copilul posibile soluții. Încercați să identificați posibilele reacții ale celor implicați, folosind de exemplu jocul de rol;
- Întrebați copilul ce anume l-ar face să se simtă în siguranță, fără a produce schimbări majore în rutina copilului care să îl separe sau să îl diferențieze de ceilalți;
- Fiți insistent. Este foarte posibil ca situația să nu se rezolve peste noapte, fiind nevoie de constanță și implicare pentru rezolvarea ei. 5



Copiii asistă deseori la comportamente de tip bullying. Chiar dacă ar vrea să ajute, mulți nu știu cum să o facă.

Cum procedăm cu cel care a inițiat comportamentul de bullying?

- Asigurați-vă că respectivul copil știe care este comportamentul problematic. Nu întotdeauna copiii înțeleg cât de dăunător poate fi comportamentul lor pentru alții;
- Arătați copiilor că bullying-ul este grav și este luat în serios;
- Manipulați consecințele comportamentului astfel încât acestea să constituie o experiență de învățare. De exemplu, copilul agresor poate să scrie o poveste sau eseu despre efectele bullying-ului, să realizeze postere pentru prevenirea cyberbullying-ului etc.
- Implicați copilul agresor în rezolvarea situației. De exemplu, copilul poate să: scrie o scrisoare prin care să își ceară scuze de la cel agresat, să facă un serviciu sau o faptă bună pentru acesta sau pentru alții, să repare sau să plătească pentru bunurile distruse etc.

Ce pot face ceilalți copii?

- Copiii îl pot ajuta pe un coleg care este hărțuit fiind pur și simplu prietenoși cu respectivul coleg în alte contexte. Prietenia este foarte importantă pentru a-i arăta că nu este singur!
- Este bine ca cei care sunt martori la o situație de bullying să apeleze la ajutorul unui adult. Acesta poate întrerupe respectiva situație și poate oferi suport celui agresat;
- Elevii pot oferi exemple pozitive de comportament, își pot afirma și demonstra opoziția față de comportamentele de tip bullying, fără a-și risca siguranța personală;
- Agresorii au de cele mai multe ori nevoie de „public” – este important ca cei care sunt de față la un astfel de comportament să nu îl întărească râzând sau încurajându-l.
- De multe ori copiii sau adolescenții au șanse mai mari să se convingă între ei să înceteze bullying-ul decât au adulții. Intervenția din partea colegilor are un impact mai puternic.





Nu ignorați posibilele semne că fiul / fiica dumneavoastră ar putea fi fie victimă a fenomenului de bullying fie agresor. Acest tip de comportament poate lăsa urme adânci!

Ce pot face părinții?

- Cel mai important lucru este să transmiteți și demonstrați copilului că sunteți disponibil pentru comunicare, pentru a-l asculta când are nevoie să vorbească;
- Încurajați copilul să vă povestească ce se întâmplă la școală;
- Discutați împreună despre diferite modalități în care ar putea rezolva situația;
- Nu învinuiți copilul pentru că este hărțuit, chiar dacă la un moment dat el a fost cel care l-a provocat pe agresor;
- Învățați-l pe copil să facă diferența între situațiile periculoase și situațiile în care îl poate înfrunța pe agresor:
 - Dați-i încredere că poate să-și rezolve singur problemele dacă este vorba despre o situație cu risc scăzut (de exemplu tachinare), dar spuneți-i clar că sunteți dispus să-l ajutați.
 - Intervențiți dacă este vorba de o situație de hărțuire, apelând la cadre didactice din școală, consilier școlar sau director. Nu încercați să faceți chiar dvs. dreptate, această abordare are toate șansele să escaladeze problemele.
- Învățați copilul să nu ia totul personal atunci când se confruntă cu un agresor. Explicați-i că insultele pe care acesta i le adresează nu exprima o problemă a copilului, ci a agresorului.



**Prevenirea și stoparea fenomenului de bullying
necesită implicarea tuturor: școală, cadre didactice,
părinții, copii.**



**Centrul Județean de Resurse si Asistență
Educațională Cluj**
Centrul Județean de Asistență Psihopedagogică Cluj
Cluj-Napoca, P-ța Ștefan cel Mare 4, Cam. 107-110
Telefon / Fax: 0264-402218
cjraecluj@yahoo.com, www.cjraecluj.ro