



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

# ACTIVITĂȚI CREATIVE PENTRU PREVENIREA BULLYING-ULUI ASUPRA ELEVILOR CU DIZABILITĂȚI

2020-1-RO01-KA227-SCH-095427

PRODUS INTELECTUAL-2

Metode și Instrumente Creative pentru  
Prevenirea Bullying-ului în Educația Specială

Instruire Individuală



LICEUL TEHNOLOGIC SPECIAL  
„VASILE PAVELCU” - IASI  
Bucuresti, Romania  
www.vasilepavelcu.ro



TELSIU  
KURCIJU IR  
NEPRIGIRDINĀJU  
DRAUGIJA



ISTITUTO DEI SORBI  
DI TORINO



alterreg ngo



iTeach INSTITUTE

Continutul prezentului material reprezinta responsabilitatea exclusiva a autorilor, iar Agentia Nationala si Comisia Europeana nu sunt responsabile pentru modul in care va fi folosit continutul informatiei.

## **Parteneri:**

Liceul Tehnologic Special Vasile Pavelcu, Romania

Asociatia Demetrius, Romania

Telsiu kurciuju ir neprigirdinciuju draugija, Lituania

Alter Ego, Grecia

Istituto dei Sordi di Torino, Italia

Iteach International Training and Learning Institute, Turcia

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.



## CONTEXT

Bullying-ul în școli sau intimidarea/agresarea colegilor are loc atunci când un elev este expus, în mod repetat și în timp, la acțiuni negative din partea unuia sau mai multor elevi. Acțiunile agresive sunt efectuate în mod intenționat și repetat, deoarece există un dezechilibru de putere între agresor/agresori și victimă/victime. (Olweus 2010)

Această definiție include trei componente importante:

- Bullying-ul este un comportament agresiv care implică acțiuni negative, nedorite.
- Bullying-ul implică un model de comportament repetat în timp.
- Bullying-ul implică un dezechilibru de putere sau forță.

Bullying-ul este o realitate îngrijorătoare în școli și foarte mulți elevi sunt implicați în acțiuni de agresiune, sub diferite forme. Mai mult, de două ori mai mulți elevi cu dizabilități (aproximativ 30%) sunt victime ale bullying-ului, deoarece sunt hărțuiți atât de către elevii fără dizabilități, cât și de elevii cu dizabilități. (Sullivan, 2006) În cazul elevilor surzi/cu deficiențe de auz, un studiu din Marea Britanie a constatat că aproape toți prezintă potențial de a fi hărțuiți și jumătate dintre ei îi agrează pe alții, ceea ce îi situează pe elevii surzi și cu deficiențe de auz la cele mai mari rate de agresiune (Whitney, Smith & Thompson, 1994). Un studiu mai recent din SUA a constatat că jumătate dintre elevii cu deficiențe de auz sunt vizați de agresori, ceea ce reprezintă mai mult decât dublul procentajului național de elevi cu dizabilități care fac obiectul intimidării de către colegii lor. (The University of Texas at Dallas, 2018) Acest lucru poate fi explicat prin abilitățile sociale reduse pe care le au elevii surzi și cu deficiențe de auz, deoarece par mai slabi de cât elevii fără deficiențe și, poate, pentru că agresorii cred că elevii surzi și cu deficiențe de auz nu pot spune ce li s-a întâmplat. (Bauman & Pero, 2011). Astfel, este de maximă importanță să se creeze măsurile adecvate de conștientizare și prevenirea acestui fenomen în școli, pentru a construi un mediu școlar sănătos, în care elevii surzi și cu deficiențe de auz, să se simtă tot timpul în siguranță.



**Referințe:**

Bauman, S. & Pero, H. Bullying and Cyberbullying Among Deaf Students and Their Hearing Peers: An Exploratory Study, *The Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, Volume 16, Issue 2, Spring 2011, Pages 236–253, <https://doi.org/10.1093/deafed/enq043>

Olweus, D. (2010). Understanding and researching bullying: Some critical issues. In S. R. Jimerson, S. M. Swearer, & D. L. Espelage (Eds.), *Handbook of bullying in schools: An international perspective* (p. 9–33). Routledge/Taylor & Francis Group. Cited by APA PsycNet  
<https://psycnet.apa.org/record/2010-06797-002>

Sullivan P. Feerick M, Silverman G. Children with disabilities exposed to violence: Legal and public policy issues, *Children exposed to violence*, 2006 Baltimore Paul Brookes (pg. 213-237) Google Scholar

The University of Texas at Dallas Study Shows that Children with Hearing Loss Experience More Bullying, retrieved 26.05.2021 <https://news.utdallas.edu/health-medicine/study-shows-children-with-hearing-loss-experience>

Whitney I, Smith PK, Thompson D. Smith PK, Sharp S. Bullying and children with special educational needs, *School bullying: Insights and perspectives*, 1994 New York Routledge (pg. 213-240) Google Scholar



## INTRODUCERE

Cursul de *instruire individuală* „*Metode și instrumente creative pentru prevenirea bullying-ului în educația specială*” abordează prevenirea bullying-ului asupra elevilor cu nevoi speciale, în special pentru elevii de liceu cu deficiențe de auz. Propune metode și instrumente creative și inovative de abordarea acestui fenomen pentru a promova un mediu sigur în școlile mixte, în care studiază elevii fără probleme de auz, împreună cu elevii cu deficiențe de auz. Cursul *de instruire individuală* include unități de conștientizare, cum ar fi: definiția, caracteristicile, tipurile de bullying, descrierea profilurilor diferiților actori care vin să joace roluri într-o situație de bullying și include activități practice de învățarea elevilor să prevină situațiile de bullying și cum să reacționeze la o situație de bullying. Am luat în considerare toate aspectele și actorii implicați în bullying: agresori, victime, spectator/privitori, profesori, precum și metodele de intervenție care sunt eficiente într-o situație de bullying.



## IMPORTANT PENTRU PROFESORI

Profesorii și profesioniștii care lucrează cu clase mixte care includ elevi fără deficiențe de auz și elevi cu deficiențe de auz, sunt aproape siguri că vor avea un agresor în clasă, la un moment dat, în cariera lor. Unele forme de bullying sunt evidente și agresive, în timp ce altele, cum ar fi evitarea, ar putea fi mai dificil de observat. Oricum, indiferent de tipul său, bullying-ul este o problemă reală care poate avea efecte grave și de durată asupra victimelor.

Profesorul joacă un rol important în gestionarea bullying-ului în clasă. Răspunsurile profesorilor la bullying variază considerabil de la strategiile concentrate pe victimă, agresor sau grup, până la evitarea acțiunii. Lipsa de răspuns a profesorului poate fi interpretată ca o acceptare implicită a bullying-ului și, în consecință, va duce la creșterea actelor de agresiune.

Mai mult, victima nu se va simți sprijinită să raporteze viitoare incidente de bullying, iar martorul bullying-ului se poate simți demotivat să intervină sau să raporteze conducerii. Prin urmare, înțelegerea și promovarea capacității profesorilor de a prezice răspunsuri de succes la intimidare și victimizare este o prioritate pentru programele de prevenire.

Ne așteptăm ca profesorii să dobândească cunoștințe și abilități pentru prevenirea bullying-ului elevilor de liceu cu deficiențe de auz, prin utilizarea unor metode creative și atractive în abordarea subiectului *bullying* care îi afectează pe ei și pe colegii lor fără nevoi speciale.

## METODOLOGIA CURSULUI

Metodologia este concepută să ofere metode inovatoare și creative cadrelor didactice care lucrează cu grupuri de liceeni cu deficiențe de auz, dar și cu grupuri mixte. Astfel de activități pot fi teatru, desen, scriere creativă, dans, jocuri, jocuri de rol și activități de artizanat. Acest curriculum este conceput pentru învățarea individuală a participanților. Toate rezultatele învățării sunt descrise în termeni de cunoștințe, abilități și competențe.



## GRUPURI ȚINTĂ

Profesori, profesori de sprijin, profesioniști care lucrează cu elevi cu nevoi speciale integrați în clase mixte.

## SCOPUL CURSULUI

Dezvoltarea cunoștințelor necesare pentru profesioniști și implementarea curriculum-ului de prevenire a bullying-ului pentru elevii cu probleme de auz și colegii lor fără deficiențe de auz.

## UNITĂȚILE DE FORMARE

Cursul constă din 15 unități de instruire /învățare individuală care necesită 21 de ore de activități de predare și învățare.

Unitate	Număr de ore
---------	--------------



1. Ce este bullying-ul, caracteristicile și cauzele sale în general, și pentru elevii de liceu cu deficiențe de auz.	1 oră
2. Caracteristicile sau atributele elevilor de liceu care cresc probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului.	1 oră
3. Profilurile victimelor și agresorilor.	1 oră
4. Recunoașterea semnelor că un adolescent a fost agresat.	1 oră
5. Învățarea elevilor de liceu să recunoască semnele că colegii lor au fost hărțuiți.	2 ore
6. Învățarea elevilor de liceu reacții și acțiuni adecvate atuncicând sunt agresați.	2 ore
7. Învățarea elevilor de liceu ce să facă atunci când sunt martorii unei situații de bullying.	2 ore
8. Forme și metode de intervenție și mediere pentru cadrele didactice în cazuri de bullying.	2 ore
9. Comunicare asertivă și non-violentă pentru rezolvarea conflictelor dintre liceeni.	2 ore
10. Cyberbullying – o formă comună și frecventă de agresiune și hărțuire în rândul elevilor.	1 oră
11. Strategii și soluții pentru prevenirea bullying-ului.	2 ore
12. Dezvoltarea empatiei și a compasiunii.	1 oră
13. Cunoașterea de sine, conștientizarea de sine și cunoașterea altora.	1 oră
14. Modalități creative de exprimarea emoțiilor și sentimentelor negative.	1 oră
15. Evaluare	1 oră





## Unitatea 1: Ce este bullying-ul caracteristicile și cauzele sale, în general și pentru elevii de liceu cu deficiențe de auz

<b>Descrierea conținutului</b>	Definiția bullying-ului
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să identifice definiția bullying-ului  <b>Abilități:</b> Să explice fenomenul de bullying în general  <b>Competențe:</b> Să colaboreze cu colegii pentru a crea o definiție comună
<b>Materiale și echipamente</b>	<i>Vă rugăm să indicați ce materiale veți folosi</i> <ul style="list-style-type: none"><li>● Prezentarea cazului</li><li>● Foi de lucru</li><li>● Pixuri</li><li>● Markere</li><li>● Hârtie</li><li>● Flipchart</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecțiile teoretice</b>	Vom încerca să dăm o definiție a Bullying-ului: Bully: verb; caută să rănească, să intimideze sau să constrângă (pe cineva perceput ca vulnerabil).  Bullying-ul este folosirea deliberată și repetată în mod greșit a puterii, prin comportament verbal, fizic și/sau social, care intenționează să provoace vătămări fizice, sociale și/sau psihologice, care poate fi adoptat online sau direct. Poate implica un individ sau un grup de indivizi, față de una sau mai multe persoane.
<b>Durată</b>	<i>15 minute + 10 minute discuții</i>
<b>Tipul de activitate și o scurtă descriere a activității</b>	Lucru individual  Introducere  Un studiu de caz implică o examinare detaliată a unui caz sau a unor cazuri particulare, într-un context real. Fenomenul este studiat în detaliu, sunt analizate cazurile și sunt prezentate soluții sau interpretări.  Exercițiu: Enumerati fazele exercițiului: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Luați scenariile tipărite.</li><li>2. Citiți scenariul, încercați să înțelegeți cazul și clarificați-vă orice întrebare cu privire la conținut.</li></ol>



	<ol style="list-style-type: none"><li>3. Notați ceea ce credeți sunt comportamente și caracteristici care ar putea duce la o situație de bullying sau conflict.</li><li>4. Rezumați orice aspect pe o hârtie separată, pentru o viziune unificată asupra definiției bullying-ului.</li><li>5. Dacă este posibil, comparați rezultatele cu un prieten, partener sau rudă, pentru și mai multe feedback-uri.</li></ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Bullying, bullism, hărțuire, intimidare</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	Evaluare de la egal la egal
<b>Surse/ lecturi/ resurse suplimentare</b>	stc11_bullying_program.doc_1.pdf (uky.edu) Compassito_EN.indd (coe.int) 10 Scenarios to Get Kids Talking About Bullying   Free Spirit Publishing Blog <a href="https://www.education.vic.gov.au/Documents/about/programs/bullystoppers/teacherguidesecbully.pdf">https://www.education.vic.gov.au/Documents/about/programs/bullystoppers/teacherguidesecbully.pdf</a> Cyberbullying Scenarios for Children and Teens Bullying and Cyberbullying Among Deaf Students and Their Hearing Peers: An Exploratory Study   The Journal of Deaf Studies and Deaf Education   Oxford Academic (oup.com) Stake, R. (1995). The art of case research. Newbury Park, CA: Sage Publications.Books





## SCENARIUL 2

Rahim este un adolescent înalt și slab, care excelează la știință și matematică. În general, este bun la școală, dar nu atât de bun la a-și face și prieteni. De asemenea, se simte jenat de corpul său atunci când trebuie să se schimbe în haine de sport la școală, pentru că se compară cu alți elevi care sunt mai musculoși și mai dezvoltati. De fapt, alți adolescenți au remarcat timiditatea lui Chester și decid să o exploateze. Cu telefoanele lor mobile, ei fac fotografiile lui Chester fără haine și în lenjerie intimă și au început să difuzeze pozele pe rețelele de socializare, cum ar fi Instagram sau WhatsApp. În curând, și alți colegi încep să-l șicaneze, să chicotească și să râdă de Rahim la școală și în afara școlii.



NOTE:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### SCENARIUL 3

Lukas este conștient că în liceul său circulă comentarii despre el. Colegii îi bat joc de surditatea lui. Acest lucru îl face să se simtă frustrat și întristat. Se simte exclus de colegii săi de clasă și adesea mănâncă singur la cantină. Mai mult, se pare că un grup, dintre colegii de clasă, au creat un cont fals pentru a-l ponegri pe rețelele de socializare. Prezentând conținutul ca James și folosind datele sale de contact, încep să trimită mesaje foarte provocatoare altor colegi. Când James începe să primească e-mail-uri înapoi, este șocat și devastat și nu știe ce să facă.



NOTE:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Descrierea  
conținutului**

Cauze ale bullying-ului



<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să enumere cauzele bullying-ului <b>Abilități:</b> Să compare diferitele cauze ale bullying-ului <b>Competențe:</b> Să ofere exemple de cauze ale bullying-ului
<b>Materiale și echipamente</b>	<i>Vă rugăm să indicați materialele care vor fi folosite</i> <ul style="list-style-type: none"><li>● Presentare de caz</li><li>● Foi de lucru</li><li>● Pixuri</li><li>● Markere</li><li>● Hârtie</li><li>● Flipchart</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Leții teoretice</b>	Există multe cauze ale bullying-ului, care pot fi experimentate. Unele dintre acestea sunt clare și ușor de observat, în timp ce altele sunt mai ascunse. Unele dintre diferitele cauze ale bullying-ului sunt următoarele: <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Stres și traumă.</b> Majoritatea oamenilor care au devenit agresori s-au confruntat cu o situație stresantă. În timp ce unii copiii ar putea avea sprijinul familiei pentru a face față acestui stres, alții nu îl au, iar bullying-ul devine o strategie de gestionare a stresului.</li><li>- <b>Norme de gen.</b> Bărbaiii sunt mai predispuși să devină agresori.</li><li>- <b>Cel agresat devine agresor.</b> Oamenii care sunt hărțuiți au șanse de două ori mai mari să îi agreseze pe alții.</li><li>- <b>Factori de mediu.</b> Mass-media și rețelele sociale pot contribui la bullying din cauza violenței manifestate. Unii copiii pot manifesta un nivel mai ridicat de agresivitate prin vizionarea materialelor violente. De asemenea, familiile disfuncționale sau problemele parentale (divorț sau similare) pot contribui la comportamentul de bullying.</li><li>- <b>Stima de sine scăzută.</b> Unii elevi care îi agresează pe alții au o stimă de sine scăzută și caută atenție. Ei încearcă să compenseze acest sentiment prin agresarea celorlalți și au un sentiment de împlinire prin acest lucru. Uneori, și din cauza respingerii de acasă, această emoție se acumulează.</li><li>- <b>Grupuri de colegi.</b> Influența și presiunea grupului de colegi pot contribui, de asemenea, foarte mult la bullying și la participarea la comportamente riscante sau să acționeze într-un mod în care în mod normal nu ar face-o. Copiii de vârstă școlară au dorința de a părea dezirabili pentru semenii lor și dacă nu o fac, riscă să devină ținta bullying-ului.</li></ul>
<b>Durăță</b>	<i>15 minute + 10 minute discuții</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	Lucru individual





	<p>Introducere</p> <p>Un studiu de caz implică o examinare detaliată a unui caz sau a unor cazuri particulare, într-un context real. Fenomenul este studiat în detaliu, sunt analizate cazurile și sunt prezentate soluții sau interpretări.</p> <p>Exercițiu:</p> <p>Enumerați fazele exercițiului:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Luați primul scenariu tipărit.</li><li>2. Citiți primul scenariu, înțelegeți cazul și clarificați orice întrebare cu privire la conținut.</li><li>3. Luați notițe despre ceea ce credeți că sunt comportamente care ar putea duce la bullying sau conflicte și concentrați-vă pe subiect, la cum ar putea arăta soluțiile practice și care sunt cauzele bullying-ului.</li><li>4. Scrieți ce gândiți pe o foaie și faceți un rezumat.</li><li>5. Repetați pentru toate scenariile, apoi recapitulați și rezumați din toate scenariile.</li></ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Bullying, bullism, hărțuire, intimidare</i>
<b>Metode de evaluare</b>	Evaluare de la egal la egal: după ce s-a definit termenul de bullism în exercițiul anterior, studiile de caz ar trebui revăzute dintr-o perspectivă diferită. Acest lucru vă va ajuta să înțelegeți ce este bullying-ul și de unde provine.
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	stc11_bullying_program.doc_1.pdf (uky.edu) Compassito_EN.indd (coe.int) 10 Scenarios to Get Kids Talking About Bullying   Free Spirit Publishing Blog <a href="https://www.education.vic.gov.au/Documents/about/programs/bullystoppers/teacherguidesecbully.pdf">https://www.education.vic.gov.au/Documents/about/programs/bullystoppers/teacherguidesecbully.pdf</a> Cyberbullying Scenarios for Children and Teens Bullying and Cyberbullying Among Deaf Students and Their Hearing Peers: An Exploratory Study   The Journal of Deaf Studies and Deaf Education   Oxford Academic (oup.com) Stake, R. (1995). The art of case research. Newbury Park, CA: Sage Publications.Books

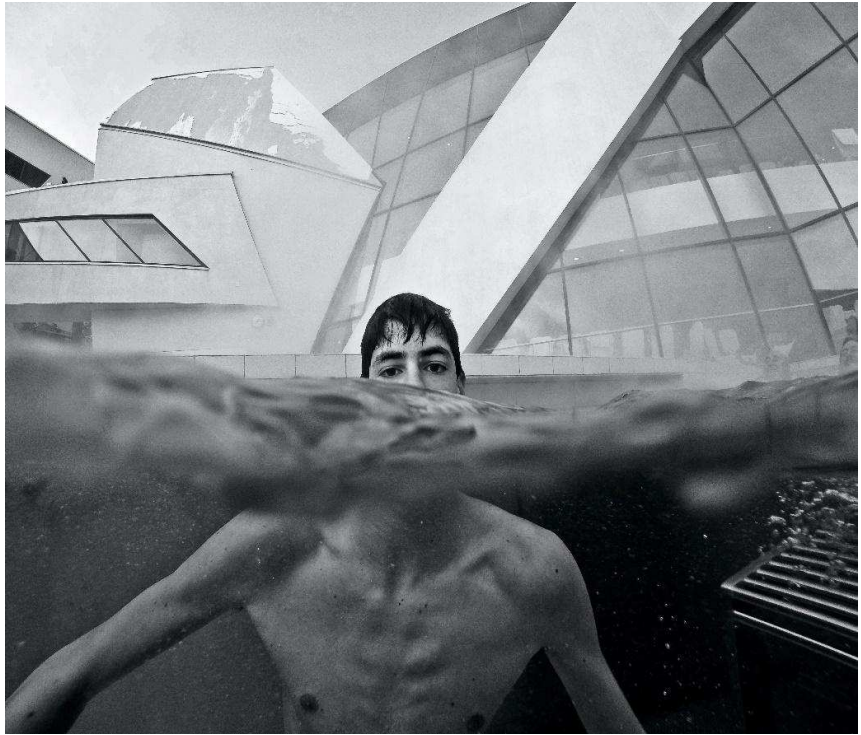






## SCENARIUL 2

Rahim este un adolescent înalt și slab, care excelează la știință și matematică. În general, este bun la școală, dar nu atât de bun la a-și face și prieteni. De asemenea, se simte jenat de corpul său atunci când trebuie să se schimbe în haine de sport la școală, pentru că se compară cu alți elevi care sunt mai musculoși și mai dezvoltăți. De fapt, alți adolescenți au remarcat timiditatea lui Chester și decid să o exploateze. Cu telefoanele lor mobile, ei fac fotografii lui Chester fără haine și în lenjerie intimă și au început să distribuie pozele pe rețelele de socializare, cum ar fi Instagram sau WhatsApp. În curând, și alți colegi încep să-l șicaneze, să chicotească și să râdă de Rahim la școală și în afara școlii.



NOTE:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

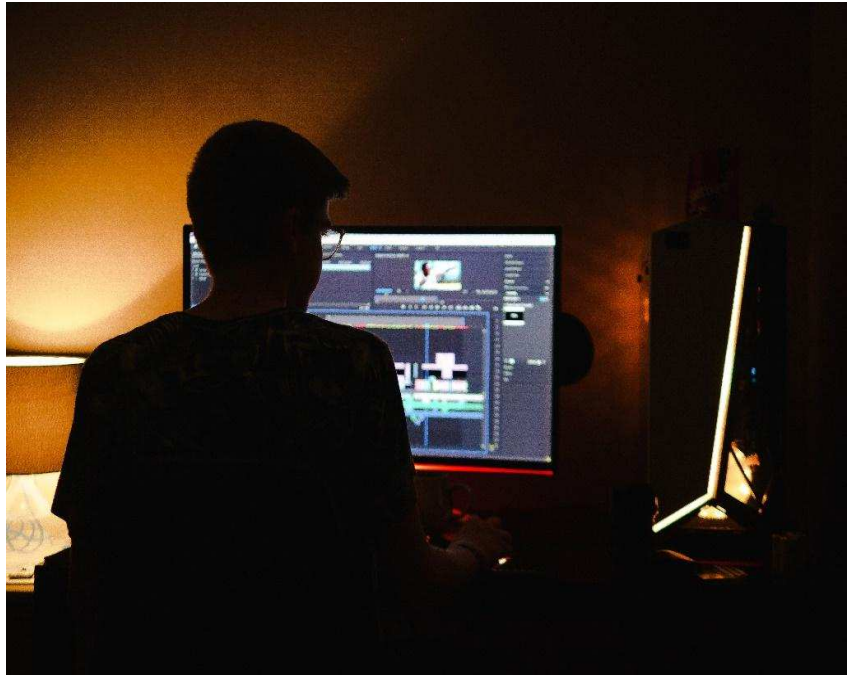
---

---



### SCENARIUL 3

Lukas este conștient că în liceul său circulă comentarii despre el. Colegii își bat joc de surditatea lui. Acest lucru îl face să se simtă frustrat și întristat. Se simte exclus de colegii săi de clasă și adesea mănâncă singur la cantină. Mai mult, se pare că un grup, dintre colegii de clasă, au creat un cont fals pentru a-l denigra pe rețelele de socializare. Prezentând conținutul ca James și folosind datele sale de contact, încep să trimită mesaje foarte provocatoare altor colegi. Când Lukas începe să primească e-mail-uri înapoi, este șocat și devastat și nu știe ce să facă.



NOTE:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



<b>Descrierea conținutului</b>	Diferența dintre elevii care hărțuiesc, în general, și elevii cu deficiențe de auz
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să identifice diferențele dintre elevii care hărțuiesc, în general și elevii cu deficiențe de auz <b>Abilități:</b> Să măsoare și să analizeze diferitele forme de bullying <b>Competențe:</b> Să creze un termometru al bullying-ului, care măsoară înțelegerea diferitelor forme de bullying, în general și pentru elevii cu deficiențe de auz
<b>Materiale și echipamente</b>	<i>Vă rog să indicați materialele care vor fi folosite</i> <ul style="list-style-type: none"><li>● Pixuri</li><li>● Creioane</li><li>● Markere</li><li>● Hârtie</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	Există multe categorii și diferite de bullying, care pot fi experimentate. Unele dintre acestea sunt evidente și ușor de observat, în timp ce altele sunt mai ascunse. Unele dintre diferitele tipuri de hărțuire sunt următoarele: Bullying fizic <ul style="list-style-type: none"><li>- lovirea, lovirea cu picioarele, punerea piedicii, ciupirea și împingerea sau deteriorarea bunurilor.</li></ul> Bullying verbal <ul style="list-style-type: none"><li>- injurii, insulte, tachinări, intimidare, remarci homofobe sau rasiste sau abuz verbal.</li></ul> Bullying social <ul style="list-style-type: none"><li>- adesea mai greu de recunoscut și poate fi fără știrea persoanei agresate. Scopul său este de a dăuna reputației sociale a cuiva și/sau de a provoca umilire, de exemplu, prin mințirea și răspândirea de zvonuri, priviri amenințătoare sau disprețuitoare, făcând glume urâte pentru a jena și a umili, încurajând pe alții să excludă pe cineva.</li></ul> Cyberbullying <ul style="list-style-type: none"><li>- prejudiciul cauzat folosind computere, telefoane și alte dispozitive electronice, cum ar fi texte abuzive sau vătămătoare, e-mailuri sau postări, imagini sau videoclipuri sau bârfe sau zvonuri neadevărate.</li></ul>
<b>Durăță</b>	<i>25 minute</i>
<b>Tipul de activitate și o scurtă descriere a activității</b>	<i>Activitate individuală</i>  <i>Acest exercițiu explorează diferitele forme de bullying și îi aduce pe participanți să le discute și să decidă ce comportament este mai rău, ceea ce înseamnă că are și un impact asupra lor și asupra celorlalți. Scopul principal este de a învăța diferite tipuri de comportamente de bullying. Mai mult, ne aduce să discutăm despre impactul bullying-ului și al diferențelor individuale.</i>  Exercițiu: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Luați foaia cu scenariul</li><li>2. Găsiți posibilele comportamente de bullying</li></ol>



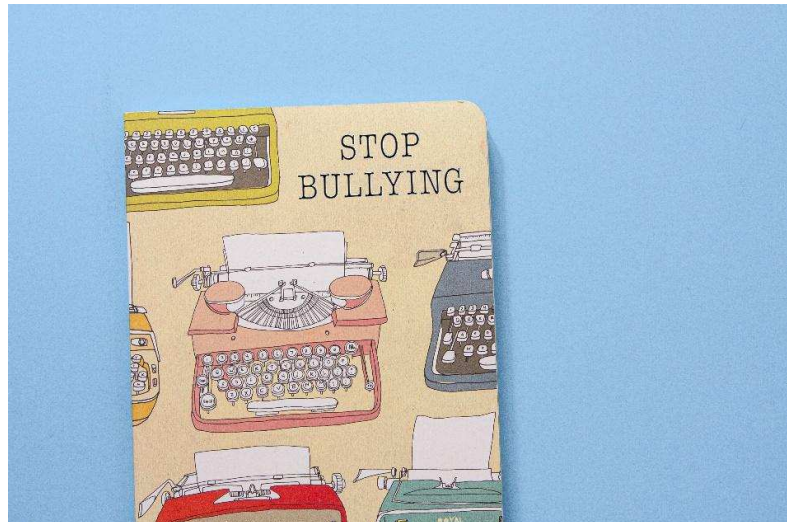
	<ol style="list-style-type: none"><li>3. Încercați să dați o definiție pentru fiecare cuvânt, în caz de nevoie folosiți un dicționar</li><li>4. După ce ai definit toate cuvintele, desenează un termometru pe o hârtie</li><li>5. Puneți cuvintele în ordine de la „cel mai tare” (cel mai puțin nociv) la „cel mai fierbinte” (cel mai dăunător).</li><li>6. Dacă este posibil, confruntă-te cu un prieten sau vecin și vezi dacă sunt de acord cu clasificarea ta.</li></ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Bullying, bullism, termometru pentru bullying, hărțuire, intimidare,</i>
<b>Metode de evaluare</b>	De la egal la egal
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	stc11_bullying_program.doc_1.pdf (uky.edu) Types Of Bullying   National Centre Against Bullying (ncab.org.au)



## FOI DE LUCRU:

### Posibile efecte ale bullying-ului:

- Izolare
- Postarea de fotografii
- Dramă
- Lovire
- Hărțuire
- Glume
- Conflict
- Tachinare
- Poreclă
- Zvonuri
- Amenințări
- Flirtează
- Terorizare
- Publicarea unei amenințări
- Sarcasm
- Discurs de ură
- Intimidare
  
- Altele? \_\_\_\_\_





## Unitatea 2: Caracteristicile sau atributele elevilor de liceu care cresc probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului

<b>Descrierea conținutului</b>	Atribute ale elevilor de liceu care cresc probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului
<b>Rezultatele învățării</b>	<p><b>Cunoștințe:</b> Să găsească atributele elevilor de liceu care cresc probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului</p> <p><b>Abilități:</b> Să aleagă atributele care determină creșterea probabilității, în rândul elevilor de liceu, de a fi o țintă a bullying-ului</p> <p><b>Competențe:</b> Să poarte o discuție în grupuri mici despre elevii de liceu, despre ceea ce determină creșterea probabilității de a fi o țintă a bullying-ului</p>
<b>Materiale și echipamente</b>	<p><i>Vă rog să indicați materialele care vor fi folosite</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Foi de lucru</li><li>● Pixuri</li><li>● Markere</li><li>● Hârtie</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p>Mulți copii care sunt victime ale bullying-ului prezintă unele dintre următoarele caracteristici.</p> <p><b>Semne fizice</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Există dovezi că copiii care suferă de depresie și simptome corporale de stres (cum ar fi dureri de cap sau de stomac) ar putea fi mai susceptibili la a fi victime ale bullying-ului.</li><li>- Cercetările au constatat că copiii care sunt percepuți ca neconformi de către colegi sunt, de asemenea, expuși unui risc crescut de agresiune, precum și orice aspect fizic care îi face diferiți de ceilalți (ochelari, aparate auditive etc.)</li></ul> <p><b>Simptome emoționale/ Personalitate nesigură</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Copiii supuși, pasivi și anxioși sunt mai susceptibili de a fi hărțuiți</li></ul> <p><b>Simptome Sociale</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Copiii care ies din mulțime din orice motiv pot deveni cu ușurință ținta bătașilor. Câteva exemple de motive pentru care copiii sunt hărțuiți de către colegi include minoritatea etnică, culturală sau religioasă, LGBTQ, tulburări fizice sau mentale, prea inteligenți sau au un talent special</li></ul> <p><b>Acceptarea celor de la nivel inferior</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- victimile bullyingului au câțiva prieteni sau deloc</li><li>- copiii care se confruntă cu respingerea colegilor și care sunt lăsați în afara activităților sociale, este un simptom care apare cu mult înainte de a începe bullying-ul.</li></ul>



	<p><b>Părinții supraprotectivi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comportamentele parentale supraprotectoare împiedică copilul să învețe cum să gestioneze conflictele, ceea ce face mai probabil ca acesta să fie victimizat de către semenii.</li> </ul>
<b>Durată</b>	15 minute
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p>Lucru individual</p> <p>Completează lipsurile</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Vi se oferă un text cu cuvinte lipsă</li> <li>● Sarcina dvs. este să completați lipsurile cu un cuvânt din listă</li> <li>● Comparați răspunsurile dvs. cu soluția de mai jos</li> </ul>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Respingere, simptome sociale, parenting supraprotectiv, acceptare mai scăzută de la egal la egal, victimă, supusă, pasivă</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	<i>Completează lipsurile - soluții</i>
<b>Surse / lecturi /resurse suplimentare</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Care sunt caracteristicile victimelor bullying-ului? (wise-geek.com)</li> <li>● Caracteristicile tipice ale unei victime a bullying-ului</li> <li>● Caracteristicile Copiilor Hărțuiți: Sfaturi pentru profesori</li> </ul>

## Care sunt caracteristicile victimelor bullying-ului?

Potrivit Institutului UNESCO de Statistică:

- \_\_\_\_\_ dintre tinerii din lume este agresat; aceasta variază de la 7% în Tadjikistan la 74% în Samoa.
- \_\_\_\_\_ scăzut este un principal factor al agresiunii în rândul tinerilor în țările bogate.
- Tinerii născuți ca imigranți în țările bogate sunt mai susceptibili de a fi hărțuiți decât tinerii născuți local<sup>1</sup>.

Există mai mult de un singur factor care pune un copil în pericolul de a fi hărțuit sau de a-i hărțui pe alții. De obicei, victimele bullying-ului vor prezenta semne de \_\_\_\_\_ care ar putea fi un semnal de avertizare că sunt agresate, de exemplu: depresie, anxietate, probleme de performanță școlară sau similare. Indicatorii care vor fi prezenți la victimele bullying-ului vor varia de la caz la caz, dar unele comportamente comune care le-ar putea prezenta includ o schimbare a obiceiurilor alimentare, \_\_\_\_\_, o scădere a performanței școlare sau o

<sup>1</sup> Facts About Bullying | StopBullying.gov





schimbare a rutinei zilnice. Bullying-ul poate apărea oriunde – în orașe, zone suburbane sau orașe rurale. Este cunoscut ca un anumit tip de oameni să devină victime ale bullying-ului. În general, acești oameni sunt \_\_\_\_\_ într-un fel sau sunt percepuți ca „diferiți” față de ceilalți: minoritățile etnice, minoritățile religioase, persoanele cu statut social sau economic mai scăzut, \_\_\_\_\_ sau pur și simplu persoane mai mici din punct de vedere fizic, sunt adesea vizate de bullying.

Elevii care au o dizabilitate fizică și \_\_\_\_\_ sunt adesea vizați de bullying. De asemenea, stigmatizarea poate răspândi informații false sau nocive care pot duce la hărțuire, \_\_\_\_\_ și crime motivate de ură împotriva anumitor grupuri de oameni. De fapt, oricine poate fi o victimă a bullying-ului fără a face parte din una dintre aceste categorii, ci pur și simplu pentru că agresorul a vizat o anumită persoană. În multe cazuri, victimele bullying-ului sunt insultate, ridiculizate sau chiar \_\_\_\_\_ de la mai mult de un agresor. Un alt indicator comun pentru persoanele agresate este posibilitatea de a fi jefuiți. Bullying-ul poate fi manifestat de o persoană sau de către un grup de persoane. Este fundamental să identificăm rapid comportamentele și semnalele de avertizare asociate bullying-ului pentru a preveni și a acționa la timp.

INTRODUCEȚI URMĂTOARELE CUVINTE ÎN ZONELE LIPSĂ:

O treime	statut socioeconomic	Suferință	izolare	minoritate
Homosexuali	mentalitate	hărțuire	violență fizică	

## Care sunt caracteristicile victimelor bullying-ului?

Potrivit Institutului UNESCO de Statistică:

- **O treime** din tinerii de pe glob sunt agresate; aceasta variază de la 7% în Tadjikistan la 74% în Samoa.
- **Statutul socio-economic** scăzut este un factor principal al agresiunii în rândul tinerilor în țările bogate.
- Tinerii născuți imigranți în țările bogate, sunt mai susceptibili de a fi hărțuiți decât tinerii născuți local<sup>2</sup>.

Există mai mult de un singur factor care pune un copil în pericolul de a fi hărțuit sau de a-i hărțui pe alții. De obicei, victimele bullying-ului vor prezenta semne de **suferință** care ar putea fi un semnal de avertizare că sunt agresate, de exemplu: depresie, anxietate, probleme de performanță școlară sau similare. Indicatorii pe care îi vor prezenta victimele bullying-ului vor varia de la caz la caz, dar unele

---

<sup>2</sup> Facts About Bullying | StopBullying.gov





comportamente comune pe care le-ar putea prezenta includ schimbarea obiceiurilor alimentare, **izolarea**, o scădere a performanței școlare sau schimbarea rutinei zilnice. Bullying-ul poate apărea oriunde – în orașe, zone suburbane sau orașe rurale. Este obișnuit ca un anumit tip de oameni să devină victime ale bullying-ului. În general, acești oameni sunt o **minoritate** sau sunt percepuți ca „diferiți” față de ceilalți: minoritățile etnice, minoritățile religioase, persoanele cu statut social sau economic inferior, **homosexualii** sau pur și simplu persoanele mai mici din punct de vedere fizic, sunt adesea vizate de bullying.

Elevii care au un **handicap** fizic și psihic sunt adesea vizați de bullying. De asemenea, stigmatizarea poate fi prin răspândirea de informații false sau dăunătoare care pot duce la **hărțuire** și crime motivate de ură împotriva anumitor grupuri de oameni. De fapt, oricine poate fi o victimă a bullyingului fără a face parte din una dintre aceste categorii, ci pur și simplu pentru că agresorul a vizat o anumită persoană. În multe cazuri, victimele bullying-ului sunt insultate, ridiculate sau chiar supuse **violenței fizice** din partea mai multor agresorii. Un alt indicator comun pentru persoanele agresate este posibilitatea de a fi jefuiți. Bullying-ul poate fi manifestat de către o persoană sau de către un grup de persoane. Este fundamental să identificăm rapid comportamentele și semnalele de avertizare asociate bullying-ului pentru a preveni și a acționa la timp.

<b>Descrierea conținutului</b>	Conștientizarea tipologiei elevilor de liceu care crește probabilitatea de a fi țintă a bullying-ului
<b>Rezultatele învățării</b>	<p><b>Cunoștințe:</b> Să își amintească elementele care definesc elevii de liceu care cresc probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului</p> <p><b>Abilități:</b> Să compare cazurile, pentru a crește gradul de conștientizare cu privire la tipologia elevilor de liceu care cresc probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului</p> <p><b>Competențe:</b> Să creeze scenarii din care să se deducă caracteristicile elevilor de liceu care cresc probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului</p>
<b>Materiale și echipamente</b>	<p><i>Va rog să indicați ce materiale veți folosi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Foi de lucru</li> <li>● Pixuri</li> <li>● Markere</li> <li>● Hârtie</li> </ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Leccióni teoretice</b>	<p>Mulți copii care sunt victime ale bullying-ului prezintă unele dintre următoarele caracteristici.</p> <p><b>Semne fizice</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Există dovezi că copiii care suferă de depresie și simptome corporale de stres (cum ar fi dureri de cap sau de stomac) ar putea fi mai susceptibili de a fi hărțuiți.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cercetările au arătat că copiii care sunt percepuți ca neconformi în calitate de colegi sunt, de asemenea, expuși unui risc crescut de agresiune, precum și orice aspect fizic care diferă de alții (ochelari, proteze auditive etc.)</li></ul> <p><b>Simptome emoționale/ Personalitate nesigură</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Copiii supuși, pasivi și anxioși sunt mai susceptibili de a fi hărțuiți</li></ul> <p><b>Simptome sociale</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Copiii care ies în evidență din orice motiv pot deveni cu ușurință ținta agresorilor. Câteva exemple de motive pentru care copiii sunt hărțuiți de către colegi include minoritatea etnică, culturală sau religioasă, LGBTQ, tulburări fizice sau mentale, prea inteligenți sau cu un talent special</li></ul> <p><b>Acceptarea celor de nivel inferior</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Victimele agresorilor au puțini prieteni sau deloc</li><li>- copiii care se confruntă cu respingerea celor ca ei și care sunt lăsați în afara activităților sociale, este un simptom care apare cu mult înainte de a începe bullying-ul propriu-zis.</li></ul> <p><b>Părinții supraprotectivi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Comportamentele parentale supraprotectoare împiedică copilul să învețe cum să gestioneze conflictele, ceea ce face mai probabil ca acesta să fie agresat de colegi.</li></ul>
<p><b>Durată</b></p>	<p>15 minute</p>
<p><b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b></p>	<p>Creați o hartă mentală</p> <p>Când vorbim despre o hartă mentală, identificăm un instrument care este ușor de folosit la un brainstorming și într-un mod dinamic, fără o anumită ordine sau structură. Aceasta permite structurarea vizuală a gândirii, ideilor, căilor logice prin cuvinte, concepte, imagini sau altele similare. Vezi un exemplu mai jos:</p>



	Sarcina ta este să creezi o hartă mentală a subiectului: „Conștientizarea caracteristicilor elevilor de liceu care cresc probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului”
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Respingere, simptome sociale, parenting supraprotectiv, acceptare mai scăzută de la egal la egal, victimă, supusă, pasivă</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	-
<b>Surse / lecturi /resurse suplimentare</b>	Exercițiu joc de rol (exercițiu liber)   Zi de evaluare Jocuri de rol: un ghid pas cu pas pentru succesul centrului de evaluare(assessmentcentrehq.com) lesson_plan__facilitator_guide.pdf (weebly.com)

<b>Descrierea conținutului</b>	Definirea miturilor și adevărilor despre elevii de liceu care cresc probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Definiți caracteristicile elevilor de liceu care cresc probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului <b>Abilități:</b> Alegeți definiția corectă despre elevii de liceu care prezintă o probabilitate crescută de a fi o țintă a bullying-ului <b>Competențe:</b> Să facă diferența dintre miturile și adevărilor despre elevii de liceu care cresc probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului
<b>Materiale și echipamente</b>	<i>Vă rog să indicați ce materiale veți folosi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pixuri</li> <li>● Creioane</li> <li>● Markere</li> <li>● Hârtie</li> </ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	Mulți copii care sunt victime ale bullying-ului prezintă unele dintre următoarele caracteristici. <b>Semne fizice</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Există dovezi că copiii care suferă de depresie și simptome corporale de stres (cum ar fi dureri de cap sau de stomac) ar putea fi mai susceptibili că au fost hărțuiți.</li> <li>- Cercetările au arătat că acei copiii care sunt percepuți ca neconformi în calitate de colegi, de asemenea sunt expuși unui risc crescut de hărțuire, precum și orice aspect fizic care îi face diferiți de alții (ochelari, proteze auditive etc.)</li> </ul> <b>Simptome Emoționale/ Personalitate Nesigură</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Copiii supuși, pasivi și anxioși sunt mai susceptibili de a fi hărțuiți</li> </ul> <b>Simptome Sociale</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Copiii care ies în evidență din orice motiv pot deveni cu ușurință ținta agresorilor. Câteva exemple de motive pentru care copiii sunt hărțuiți de către colegi include</li> </ul>



	<p>minoritatea etnică, culturală sau religioasă, LGBTQ, tulburări fizice sau mentale, inteligența sau au un talent special</p> <p><b>Acceptarea celor de nivel inferior</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- victimele bullying-ului pot avea câțiva sau nici un prieten</li> <li>- copiii care se confruntă cu respingerea colegilor și care sunt lăsați în afara activităților sociale, este un simptom care apare cu mult înainte de a începe bullying-ul propriu-zis.</li> </ul> <p><b>Părinți Supraprotectivi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comportamentele parentale supraprotectoare împiedică copilul să învețe cum să gestioneze conflictele, ceea ce îl predispune la a fi agresat de colegi.</li> </ul>
<b>Durată</b>	25 minute
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p>Activitate individuală</p> <p><i>Acest exercițiu explorează diferitele forme de hărțuire și caracteristicile care fac ca bullying-ul mai probabil să se întâmple și îl aduce pe participant să detalieze asupra lor, ce semnificații are și impactul asupra lor și asupra altora. Scopul principal este de a învăța diferite tipuri de comportamente de bullying și caracteristicile victimelor. De asemenea, pentru a procesa impactul bullying-ului și al diferențelor individuale.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Faceți testul.</li> <li>2. Testul este alcătuit din trei afirmații, două adevăruri și o minciună.</li> <li>3. Bifați minciuna</li> <li>4. Verificați răspunsurile cu cele de pe foaia de răspunsuri</li> </ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Bullying, bullism, hărțuire, intimidare, victimă, respingere, simptome sociale, parenting supraprotectiv, acceptare scăzută de la egal la egal, victimă, supusă, pasivă</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	Test
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	20 de chestionare despre bullying online, Trivia, Questions & Answers - Bullying Multiple Choice Test bullying_wp_faculty_and_staff_quiz.pdf Answer Key: Bullying (Grades Grades 6 to 8)

### TEST: DOUĂ ADEVĂRURI ȘI O MINCIUNĂ: GĂSEȘTE MINCIUNA ÎNTRE CELE TREI AFIRMAȚII

1. Victimele sunt atacate de adulți
2. Victimele sunt atacate de colegi
3. Victimele sunt atacate de ambii

1. Răspândirea zvonului este o formă de bullying
2. A cere continuu favoruri este o formă de bullying
3. Hărțuirea unei persoane este o formă de bullying



1. Și băieții și fetele sunt hărțuiți
  2. LGBTQ copiii sunt hărțuiți la fel de mult ca și copiii cu dizabilități
  3. Dependenții de sport au mai multe șanse să fie agresati
- 
1. Colegii supraprotectori pot pune în evidență un copil să fie hărțuit
  2. Părinții supraprotectori pot pune în evidență un copil să fie hărțuit
  3. Profesorii supraprotectori pot pune în evidență un elev să fie hărțuit
- 
1. Scoaterea în evidență este un factor care prezice bullying-ul
  2. A fi de nivel mediu este un factor de predicție pentru bullying
  3. A fi considerat special și diferit este un factor de predicție pentru bullying

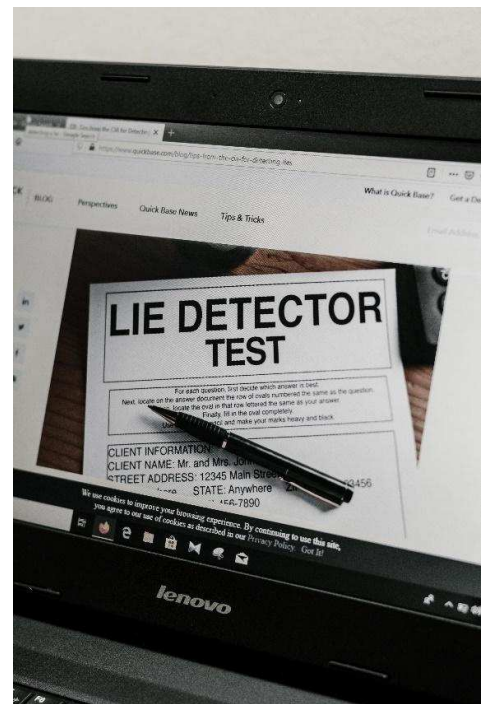
1. Fiind mai mare sau mai mic din punct de vedere fizic este un predictor pentru bullying
2. Purtarea ochelarilor este un predictor pentru bullying
3. A avea haine noi este un predictor pentru bullying

1. Copiii hărțuiți au o grămadă de prieteni
2. Copiii agresati se joacă adesea singuri
3. Copiii agresati se joacă cu agresorul

1. Copiii hărțuiți nu sunt acceptați de colegi
2. Copiii hărțuiți experimentează mai rar respingerea socială
3. Copiii hărțuiți experimentează mai des respingerea socială

1. Copiii agresati sunt mai probabil anxioși
2. Copiii hărțuiți sunt mai probabil pasivi
3. Copiii agresati sunt mai probabil agresivi

RĂSPUNSURI: 1,2,3,1,2,3,1,2,3





### Unitatea 3: Profilurile victimelor și agresorilor

<b>Descrierea conținutului</b>	Profilul victimelor
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să recunoască profilul victimelor  <b>Abilități:</b> Să identifice profilul victimelor  <b>Competențe:</b> Să aibă o discuție unu-la-unu asupra profilului victimelor
<b>Materiale și echipamente</b>	<i>Vă rog să indicați ce materiale veți folosi</i> <ul style="list-style-type: none"><li>● Pixuri</li><li>● Creioane</li><li>● Markere</li><li>● Hârtie</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Leccióni teoretice</b>	<p>Mulți copii care sunt victime ale bullying-ului prezintă unele dintre următoarele caracteristici.</p> <p><b>Semne Fizice</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Există dovezi că acei copii care suferă de depresie și simptome corporale de stres (cum ar fi dureri de cap sau de stomac) ar putea fi mai susceptibili de a fi hărțuiți.</li><li>- Cercetările au arătat că acei copii care sunt percepuți ca fiind neconformi în calitate de colegi sunt, de asemenea, expuși unui risc crescut de agresiune, precum și orice aspect fizic care diferă de alții (ochelari, aparate auditive etc.)</li></ul> <p><b>Simpptome Emoționale/ Personalitate Nesigură</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Copiii supuși, pasivi și anxioși sunt mai susceptibili de a fi hărțuiți</li></ul> <p><b>Simpptome Sociale</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Copiii care ies în evidență din orice motiv pot deveni cu ușurință ținta bătașilor. Câteva exemple de motive pentru care copiii sunt hărțuiți de către colegi include minoritatea etnică, culturală sau religioasă, LGBTQ, tulburări fizice sau mentale, inteligenți sau au un talent special</li></ul> <p><b>Acceptarea celor de nivel inferior</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- victimele bullying-ului au doar câțiva prieteni sau deloc</li><li>- copiii care se confruntă cu respingerea de la egal la egal și care sunt lăsați în afara activităților sociale, este un simptom care apare cu mult înainte de a începe bullying-ul.</li></ul> <p><b>Părinți supraprotectivi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Comportamentele parentale supraprotectoare împiedică copilul să învețe cum să gestioneze conflictele, ceea ce face mai probabil ca acesta să fie agresat de către colegi.</li></ul>
<b>Durată</b>	<i>25 minute</i>



<p><b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b></p>	<p>Uneori, avantajele sau dezavantajele nu sunt evidente, pentru că sunt atât de asumate în cultura noastră. De asemenea, ne confruntăm cu minorități și perspectivele acestora.</p> <p><b>Exercițiu:</b></p> <p>Pe măsură ce citiți o afirmație sau o întrebare, puteți nota cu +1 sau -1 pentru fiecare afirmație, dacă afirmația se aplică sau nu pentru dvs.</p> <p>Dacă rezultatul tău este negativ la sfârșitul jocului, este mai probabil să fi fost agresat. Dacă rezultatul tău este pozitiv, ești o persoană privilegiată.</p> <p>Dacă este posibil, faceți acest exercițiu cu un prieten, un partener sau o rudă.</p> <p>Apoi răspunde la următoarele întrebări.</p> <p>Care a fost scopul acestui exercițiu? Ce s-a întâmplat în timpul exercițiului? Ai fost surprins de ceva? Ce concluzii am putea extrage din acest exercițiu care ne pot ajuta în viața de zi cu zi? - Cum poți aplica ceea ce ai învățat aici în munca ta?</p>
<p><b>Cuvinte cheie</b></p>	<p><i>Bullying, bullism, hărțuire, intimidare, victimă, respingere, simptome sociale, parenting supraprotectiv, acceptare scăzută de la egal la egal, victimă, supusă, pasivă</i></p>
<p><b>Metoda de evaluare</b></p>	<p>Test</p>
<p><b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b></p>	<p>20 de chestionare despre bullying online, Trivia, Questions &amp; Answers - Bullying Multiple Choice Test bullying_wp_faculty_and_staff_quiz.pdf Answer Key: Bullying (Grades Grades 6 to 8)</p>

## ÎNTREBĂRI DE CITIT CU VOCE TARE

Adăugați +1 dacă:

1. Dacă unul sau ambii părinți au absolvit facultatea.
2. Dacă părinții tăi ți-au spus că ești frumoasă, inteligentă sau reușită.
3. Dacă ai fi știut de când erai copil că se aștepta de la tine să mergi la facultate.
4. Dacă tu sau familia ta nu a trebuit niciodată să te muți din cauza incapacităților financiare.
5. Dacă aproape întotdeauna vezi membri ai rasei, orientării sexuale, religiei tale, cu dizabilitățile și clasele tale sociale prezentate la televizor, în ziare și în mass-media într-un mod POZITIV.
6. Dacă simți că oamenii nu interpretează opiniile tale personale ca o reprezentare a unor persoane cu aceeași dizabilitate.
7. Dacă aproape întotdeauna te simți confortabil cu oamenii care îți cunosc orientarea sexuală.



8. Dacă sunteți sigur că nu veți fi urmărit, hărțuit sau pus sub supraveghere atentă din cauza dizabilității dvs.
9. Dacă nu vă faceți niciodată griji cu privire la crime, droguri, viol sau orice alte amenințări cu violența în cartierul dvs.

Scădeți -1 dacă:

1. Dacă ambii părinți sunt surzi.
2. Dacă ați început școala vorbind o altă limbă decât limba națională.
3. Dacă ați fost vreodată singura persoană de rasa/etnia dumneavoastră într-o clasă sau la locul de muncă.
4. Dacă ați crescut într-o casă defavorizată economic sau monoparental.
5. Dacă ați fost vreodată descurajat de la orice obiectiv personal sau vis din cauza rasei, clasei socio-economice, sexului, orientării sexuale sau dizabilităților fizice/de învățare.
6. Dacă vi s-au pus vreodată nume jignitoare cu privire la rasa, clasa socio-economică, sexul, orientarea sexuală sau dizabilitățile fizice/de învățare și v-ați simțit inconfortabil.
7. Dacă ați ezitat vreodată să comunicați pentru a evita să fiți ridiculizat din cauza dizabilității sau a problemei de vorbire.
8. Dacă ați fost maltratată sau servită mai puțin echitabil într-un loc de afaceri din cauza dizabilității dvs.
9. Dacă cineva din familia dumneavoastră a fost vreodată discriminat din cauza handicapului său.

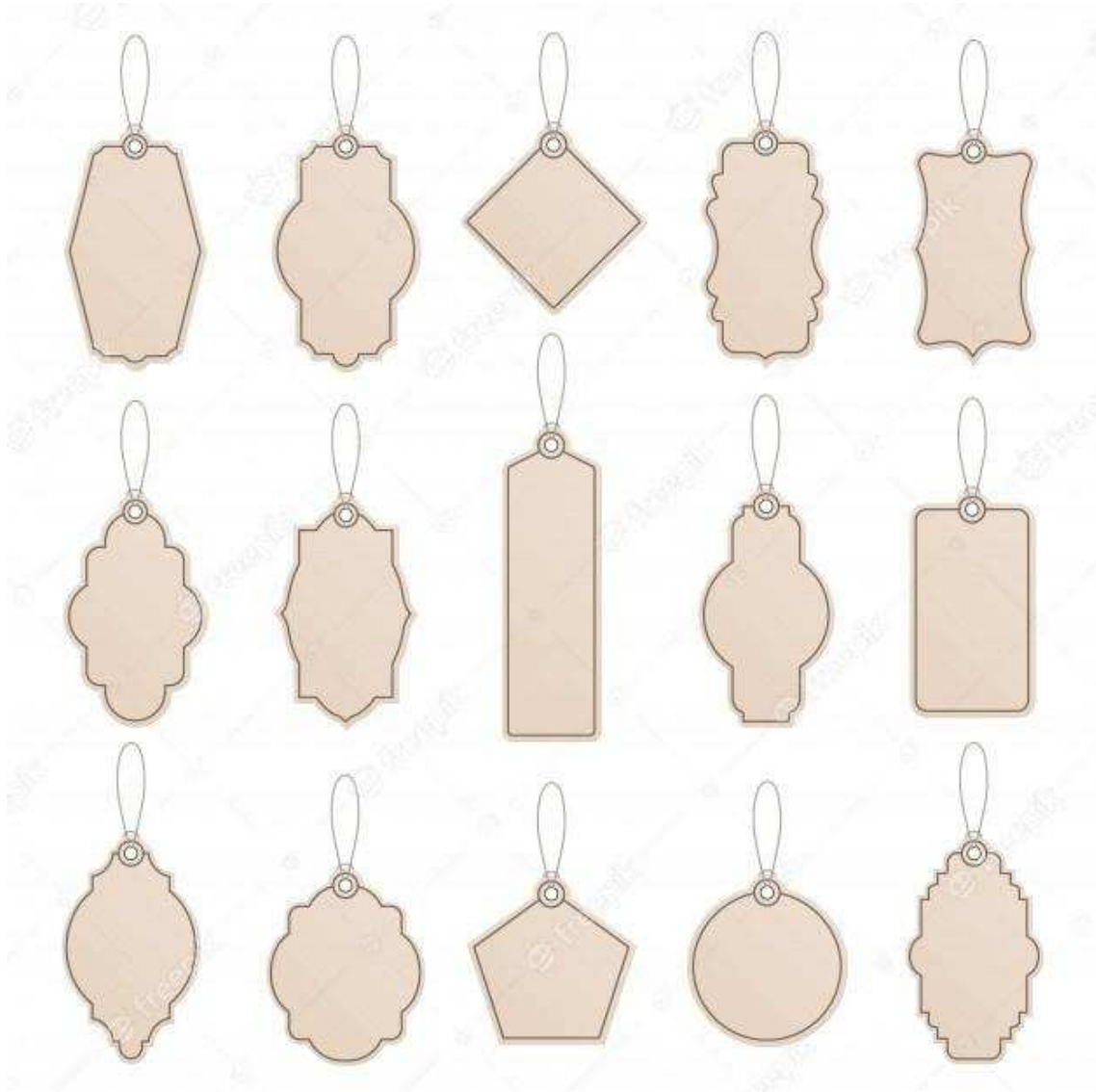




<b>Descrierea conținutului</b>	Profilul agresorilor
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să recunoască profilul agresorilor <b>Abilități:</b> Să identifice profilul agresorilor <b>Competențe:</b> Să creeze un produs pentru a demonstra înțelegerea profilului agresorilor
<b>Materiale și echipamente</b>	<i>Vă rog indicați ce materiale veți folosi</i> <ul style="list-style-type: none"><li>● Pixuri</li><li>● Creioane</li><li>● Markere</li><li>● Hârtie</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	Unii copii se transformă în agresori la vârste fragede, cum ar fi preșcolari, alții încep să agrezeze în adolescență. Care sunt caracteristicile comune ale unui agresor adolescent? Acest lucru vă poate ajuta să identificați copiii care ar putea fi expuși riscului. De asemenea, vă poate ajuta să înțelegeți mai bine de ce unii copii se transformă în agresori, iar alții nu. Unele dintre aceste caracteristici sunt: Impulsivitate, senzație de enervare sau frustrare, probleme de gestionare a furiei, lipsă de empatie, dificultăți în a respecta regulile și a nu respecta autoritatea. Uneori el/ea este perceput ca fiind popular sau mai puternic.
<b>Durăță</b>	<i>25 minute</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	În această activitate, sarcina este să găsești un cuvânt care descrie cel mai bine un agresor. Cuvintele nu trebuie să se repete. Sarcina participanților este să creeze o etichetă.  Etapile exercițiului: <ul style="list-style-type: none"><li>● la o etichetă de probă,</li><li>● O poți decora așa cum dorești</li><li>● Trebuie să scrii pe ea un cuvânt care identifică un bătaș: poate fi un adjectiv sau un substantiv.</li><li>● Încearcă să găsești cât mai multe cuvinte posibil</li><li>● Creați un panou mic și plasați toate etichetele pe el</li><li>● Notează mai jos o mică explicație de ce ai ales acele cuvinte.</li></ul>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Bullying, bullism, hărțuire, intimidare, victimă, Respingere, simptome sociale, parenting supraprotector, acceptare mai mică de la egal la egal, victimă, supus, pasiv</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	Auto evaluare, un mic rezumat
<b>Surse / lecturi suplimentare /resurse</b>	The Label Game - Valley Family Fun 20 Bullying Quizzes Online, Trivia, Questions & Answers - Bullying Multiple Choice Test bullying_wp_faculty_and_staff_quiz.pdf Answer Key: Bullying (Grades Grades 6 to 8)



DE PRINTAT





## Unitatea 4: Recunoașterea semnelor că un adolescent a fost agresat

<p><b>Descrierea conținutului</b></p>	<p><i>Semne de avertizare la școală</i> <i>Semne de avertizare acasă</i> <i>De ce adolescenții hărțuiți nu cer ajutor?</i></p>
<p><b>Rezultatele învățării</b></p>	<p><b>Cunoștințe:</b> Să identifice semnele de avertizare ale bullying-ului <b>Abilități:</b> Să explice alegerile comportamentale <b>Competențe:</b> Să sfătuiască adolescenții hărțuiți să ceară ajutor</p>
<p><b>Materiale și echipamente</b></p>	<p><i>Vă rugăm să indicați ce material veți folosi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● computer sau laptop</li> <li>● acces la internet</li> <li>● Cont de e-mail Gmail deschis pe dispozitiv pentru a avea acces la instrumentul Jamboard ed <a href="https://jamboard.google.com/d/1SqY9nDYFeML3_foQUE6XnApk2y2ecROzvAyBlz9uUio/edit?usp=sharing">https://jamboard.google.com/d/1SqY9nDYFeML3_foQUE6XnApk2y2ecROzvAyBlz9uUio/edit?usp=sharing</a></li> <li>● Quizzez link- Link pentru chestionar: <a href="https://quizizz.com/admin/quiz/61475fb0ffdc04001e44097f">https://quizizz.com/admin/quiz/61475fb0ffdc04001e44097f</a></li> </ul>
<p><b>Cadru de lucru</b></p>	<p><i>Instruire individuală</i></p>
<p><b>Lecții teoretice</b></p>	<p>Cel mai adesea adolescenții agresati nu raportează incidentele, dar manifestă o schimbare de comportament<sup>1</sup> și de aspect, care pot indica că li s-a întâmplat ceva rău.</p> <p>La școală, adolescenții agresati pot:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- manifesta un comportament agresiv și nerezonabil</li> <li>- să fie implicați în luptă</li> <li>- refuză să răspundă la întrebări despre comportamentul agresiv</li> <li>- prezintă semne fizice de agresivitate: vânătăi, tăieturi, zgârieturi</li> <li>- au bunurile sau hainele distruse sau „pierdute”</li> <li>- au note mai mici decât de obicei</li> <li>- petrece pauzele singur sau să fie exclus din grupul de prieteni</li> <li>- deveni mai liniștiți în timpul activităților de clasă</li> <li>- prezintă o stimă de sine scăzută și nesiguranță</li> <li>- sunt ținta glumelor răutăcioase în clasă</li> </ul> <p>Acasă, părinții și îngrijitorii pot observa schimbări în comportamentul adolescenților și ar trebui să raporteze acest lucru la școală. Acolo profesorul clasei conștientizează situația și poate monitoriza și urmări mai bine semnele de intimidare la școală. Modificările de comportament pot include:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- având probleme în a urma rutina zilnică, cum ar fi trezirea dimineață</li> <li>- refuzul de a merge la școală sau absentism</li> <li>- schimbarea traseului către școală, schimbarea autobuzului sau evitarea anumitor locuri, în drum spre școală</li> <li>- noi rutine de alimentație și somn sau lipsa poftei de mâncare și a somnului</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- afișează schimbări de dispoziție și nu își pot gestiona emoțiile, cum ar fi reacționarea exagerată la incidente minore la domiciliu</li> <li>- se simt triști, speriați și mai puțin mulțumiți de viața lor</li> <li>- au semne de abuz fizic, cum ar fi tăieturi, zgârieturi și vânătăi</li> <li>- au bunurile personale distruse sau pierdute</li> <li>- au frecvente dureri de cap sau de stomac</li> <li>- cer mai mulți bani de buzunar sau mâncare</li> <li>- își ascunzând activitatea online și poziția social media</li> <li>- devin secretoși în privința timpului petrecut la școală sau a prietenului lor</li> <li>- fac aluzie la problemă în speranța că adulții vor înțelege situația, cum ar fi „există multă dramă în școală”.</li> </ul> <p>De ce adolescenții agresati nu cer ajutor?</p> <p>Destul de des adolescenții agresati aleg să păstreze tăcerea și să nu raporteze incidentele. Un studiu<sup>2</sup> despre raportarea bullying-ului a arătat că elevii mai tineri sunt mai predispuși să raporteze hărțuirea, decât elevii adolescenți și că hărțuirea fizică tinde să fie raportată mai des, decât hărțuirea emoțională. Prin urmare, evenimentele care nu sunt raportate nu au o soluție deoarece școlile ar trebui să cunoască astfel de incidente pentru a trece la un plan de acțiune. Adolescenții nu raportează bullying-ul din multe motive, de exemplu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rușine și jenă</li> <li>- frica de consecințe / acțiuni mai agresive din partea agresorului</li> <li>- teama de a fi învinuiți de adulți pentru că nu s-au apărat</li> <li>- teama de a nu fi crezut de adult</li> <li>- dorința de a fi acceptat de grup (care include bătașii)</li> <li>- nu vreau să fiu numit un „povestitor” (pârâș) sau cel care spune „povești”</li> <li>- nefiind conștienți de ce este hărțuirea și minimizând acțiunea de hărțuire</li> <li>- neștiind cui să raporteze sau cum să raporteze</li> <li>- stimă de sine scăzută</li> <li>- teama de a pierde accesul la internet (mai ales în cazurile de hărțuire cibernetică)</li> </ul>
<p><b>Durată</b></p>	<p><i>30 minute</i></p>
<p><b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b></p>	<p><i>Brainstorming</i></p> <p><i>Acest exercițiu vă activează cunoștințele anterioare despre subiect, așa că gândiți-vă la ceea ce știți deja despre bullying.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. În unitatea anterioară, tocmai ați studiat diferite tipuri de agresiune. Accesați acest link: <a href="https://jamboard.google.com/d/1SqY9nDYFeML3_foQUE6XnApk2y2ecROzvAyBlz9uUio/edit?usp=sharing">https://jamboard.google.com/d/1SqY9nDYFeML3_foQUE6XnApk2y2ecROzvAyBlz9uUio/edit?usp=sharing</a> și scrieți răspunsurile pe sticky note pe care le puteți alege din panelul din stânga.</li> </ol> <p>Notă: ar trebui să aveți un cont de e-mail pe Gmail deschis pe dispozitiv pentru a putea lucra la aceasta.</p> <p>Alternativ, puteți folosi o foaie de hârtie și le puteți numi rapid pe cele de care vă amintiți. Exemplu: amenințator.</p>



Imaginați-vă care ar fi schimbarea pentru adolescentul agresat după ce a suferit aceste tipuri de hărțuire. Gândește-te la schimbările fizice, emoționale, comportamentale și notează-ți răspunsurile.

#### *Hartă conceptuală*

Această activitate va explora mai profund semnele psihologice și comportamentale pe care adolescenții, în special adolescenții cu deficiențe de auz, le pot prezenta atunci când sunt hărțuiți. Harta conceptuală reprezintă cunoștințele dobândite, în grafică și permite reflecția în timp ce decideți cum să grupați și să faceți conexiuni între elementele date.

1. Accesați pagina 2 din Jamboard făcând clic pe săgeata dreapta din panoul de sus (cadru următor).
2. Citiți tipurile de semne de avertizare pe care adolescenții agresati le prezintă la școală și acasă. Desigur, unele dintre acestea ar putea aparține ambelor categorii, iar altele ar putea fi adăugate. Simțiți-vă liber să citiți secțiunea de lectură ulterioară și să adăugați altele pe stiky notele verzi, dacă doriți.
3. Accesați pagina 3 din Jamboard, faceți clic pe stiloul din panoul din stânga și realizați conexiuni între tipurile de agresiune și semnele de avertizare pe care le prezintă adolescenții agresati. Alternativ, puteți muta stiky note în jurul paginii și puteți crea propriile ierarhii și conexiuni.
4. Verifică-ți răspunsurile pe pagina 4 din Jamboard. Cu toate acestea, acesta este doar un exemplu de cheie de răspuns și multe alte conexiuni pot fi realizate deoarece oamenii reacționează diferit la comportamentul agresiv, cum ar fi bullying-ul.

#### *Chestionar*

În această activitate, vei răspunde la întrebări care te vor face să reflectezi la motivul pentru care unii dintre adolescenții hărțuiți nu raportează incidentele și riscă să fie din nou hărțuiți.

1. Accesați acest link de Teste și răspundeți la întrebările de la 1 la 10. <https://quizizz.com/admin/quiz/61475fb0ffdc04001e44097f>
2. Dacă întâmpinați probleme în a răspunde la unele întrebări, verificați aici secțiunea „lecturi suplimentare” pentru clarificări.
3. Încheiere: Dacă observați oricare dintre aceste semne de avertizare, care este primul lucru pe care l-ați sfătui pe adolescentul agresat? - această întrebare deschisă va duce la mai multe răspunsuri și majoritatea răspunsurilor ar putea fi corecte. Totuși, primul lucru ce trebuie făcut este să raportezi incidentele, pentru că acest lucru va permite echipei de specialitate din școală să urmeze sau să creeze un plan de acțiune.

<b>Cuvinte cheie</b>	<i>semne de avertisment, stimă de sine scăzută, reacție exagerată, ciupituri, bârfe</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	Test scurt - continuați să lucrați la lecția Quizzez și pe ultimele slide-uri veți răspunde la un scurt test. Site-ul vă va verifica automat răspunsurile. <a href="https://quizizz.com/admin/quiz/61475fb0ffdc04001e44097f">https://quizizz.com/admin/quiz/61475fb0ffdc04001e44097f</a>



<b>Surse / lecturi /resurse suplimentare</b>	<p><sup>1</sup> Warning signs of bullying adapted from: Victoria State Government (23.11.2018): 'Warning signs of bullying' retrieved on 03.09.2021 <a href="https://www.education.vic.gov.au/about/programs/bullystoppers/Pages/signs.a.spx">https://www.education.vic.gov.au/about/programs/bullystoppers/Pages/signs.a.spx</a></p> <p><sup>2</sup> Petrosino, A. et all (2010): 'What characteristics of bullying, bullying victims, and schools are associated with increased reporting of bullying to school officials?' in 'Issues &amp; Answers' REL 2010–No. 092, retrieved on 01.09.2021 from <a href="http://ies.ed.gov/ncee/edlabs/regions/northeast/pdf/REL_2010092.pdf">http://ies.ed.gov/ncee/edlabs/regions/northeast/pdf/REL_2010092.pdf</a></p> <p>De citit în continuare: Warning signs: <a href="https://www.stopbullying.gov/bullying/warning-signs">https://www.stopbullying.gov/bullying/warning-signs</a> Why bullied teenagers do not report incidents? <a href="https://www.verywellfamily.com/reasons-why-victims-of-bullying-do-not-tell-460784">https://www.verywellfamily.com/reasons-why-victims-of-bullying-do-not-tell-460784</a></p>
<b>Descrierea conținutului</b>	Alte probleme cu care se pot confrunta adolescenții care prezintă semne de avertizare similare cu abuzul de substanțe, de agresiune, afilierea la bande Cum să aflați adevărata problemă din spatele semnelor de avertisment
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să descrie semnele de avertizare ale abuzului de substanțe și afilierea la bande <b>Abilități:</b> Să aplice informațiile despre semnele de avertizare în contexte noi <b>Competențe:</b> Să evalueze comportamentele legate de abuzul de substanțe și afilierile la bande
<b>Materiale și echipamente</b>	<i>Vă rugăm să indicați ce materiale veți folosi</i> <ul style="list-style-type: none"><li>● Fișa de lucru 1 - Faceți o copie pe unitatea dvs. (Mergeți la Fișier - Faceți o copie - faceți clic pe „Folder” - faceți clic pe săgeata din stânga până când vedeți unitatea dvs. - Faceți clic pe „OK” și veți avea propriul dvs. copie pe care o puteți edita)</li></ul> <p><a href="https://docs.google.com/document/d/1PO0X_dARvypmSAkqgUHNfKxCzIFOUNbi6eOhOZg7g_U/edit">https://docs.google.com/document/d/1PO0X_dARvypmSAkqgUHNfKxCzIFOUNbi6eOhOZg7g_U/edit</a></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● pentru fișele 2, 3 și 4 nu trebuie să faceți o copie. Le puteți găsi pe toate în acest folder</li></ul> <p><a href="https://drive.google.com/drive/folders/1Qw5UU_6JaocnzlhN0sjHalq50w5sheLb?usp=sharing">https://drive.google.com/drive/folders/1Qw5UU_6JaocnzlhN0sjHalq50w5sheLb?usp=sharing</a></p>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	Unele schimbări în comportamentul adolescenților pot fi hărțuirea, deși ar putea fi semne de avertizare ale altor probleme, cum ar fi afilierea la o bandă, abuzul de substanțe etc. Pe de altă parte, aceste alte probleme cu care s-ar putea confrunta adolescenții merg mână în mână cu hărțuirea. De exemplu, conform unui studiu <sup>1</sup> adolescenții implicați în bullying (atât agresorii, cât și hărțuitorii sau făptașii) sunt mai predispuși să consume țigări, alcool sau alte droguri. Semne de avertizare ale tulburării datorate consumului de substanțe <sup>2</sup> : <ul style="list-style-type: none"><li>- schimbări de dispoziție sau comportament nedisciplinat</li><li>- performanțe școlare slabe</li><li>- depresie sau anxietate</li><li>- probleme cu somnul sau alimentația</li><li>- probleme de sănătate (dureri de cap frecvente, dureri de stomac)</li></ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- probleme ale pielii</li> <li>- retragere socială</li> <li>- comportament secretos sau minciună necaracteristică</li> </ul> <p>Semne de avertisment privind apartenența la bande<sup>3</sup>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- rezultate școlare scăzute și absența de la ore/cursuri</li> <li>- se simte izolat social</li> <li>- are antecedente de bullying sau de hărțuire?</li> <li>- are deficiențe sau dificultăți de învățare</li> <li>- depresie</li> <li>- probleme de comportament</li> <li>- stimă de sine scăzută</li> <li>- vulnerabil la intimidare și la presiunea colegilor</li> <li>- are probleme cu alcoolul sau drogurile</li> <li>- comportament secret și minciună</li> <li>- comunică diferit: folosește argo sau stil vestimentar specific</li> </ul> <p>Nu este ușor să evaluezi semnele de avertizare care le prezintă adolescenții, în special adolescenții cu deficiențe de auz, deoarece aceste semne de avertizare pot fi legate de o combinație de evenimente, situații și emoții. Ele pot avea legătură directă cu hărțuirea și comportamentul agresiv, dar pot avea legătură și cu o multitudine de probleme cu care se confruntă un adolescent, de exemplu, depresie sau abuz de substanțe, care nu implică neapărat hărțuire și agresiune. Pe de o parte, performanța academică slabă, stima de sine scăzută, lipsa poftelor de mâncare sau a somnului, schimbările de dispoziție și retragerea socială sunt semne de avertizare pentru toate problemele discutate în acest capitol, iar adolescentul se poate confrunța doar cu una dintre aceste probleme. Pe de altă parte, poate exista o suprapunere a semnelor de avertizare și un adolescent poate fi implicat în bullying, abuz de substanțe și afilierea la bande în același timp. Aceste probleme pot coexista într-un singur grup școlar.</p> <p>Adolescenții cu deficiențe de auz se confruntă cu probleme precum abuzul de substanțe și afilierea la bande? Da, pentru că se confruntă cu mai mult stres decât adolescenții care aud, se simt mai izolați și, ca urmare, pot apela la comportamente agresive, băutură, abuz de substanțe etc. ca mecanism de a face față stresului sau pentru a fi acceptați de către colegii fără problemă de auz<sup>4</sup>.</p> <p>Ceea ce ar trebui să facă profesorii și personalul educațional este să observe semnele timpurii ale unei schimbări în comportamentul adolescenților pentru a face referință la investigațiile ulterioare pentru a determina o intervenție adecvată.</p>
<b>Durață</b>	<i>30 minute</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><i>Studiu de caz</i></p> <p>Scopul acestei activități este de a te familiariza cu o potențială poveste a unui adolescent cu deficiențe de auz, care prezintă semne de avertizare privind abuzul de substanțe sau apartenența la bande.</p> <p><i>Descoperire Ghidată</i></p> <p>Răspunzând la întrebări legate de studiul de caz și comparând răspunsurile cu partea teoretică, sunteți încurajați să aplicați cunoștințele teoretice într-o potențială situație de caz reală. Pe de o parte, nu orice semn de avertizare</p>





reflectă o situație de agresiune și, pe de altă parte, aceleași semne de avertizare sunt comune diferitelor probleme cu care se pot confrunta adolescenții.

### Reflecție

Întrebările de reflecție sunt menite să conștientizeze suprapunerea dintre semnele de avertizare și limitările pe care le are simpla observare a semnelor, în raport cu intervenția adecvată.

### Exercițiu:

1. Faceți o copie acestui document pe unitatea dvs., apoi citiți studiul de caz (Fișa de lucru 1).

[https://docs.google.com/document/d/1POOX\\_dARvypmSAkqgUHNfKxCzIFOUNbi6eOhOZg7g\\_U/edit](https://docs.google.com/document/d/1POOX_dARvypmSAkqgUHNfKxCzIFOUNbi6eOhOZg7g_U/edit)

Evidențiați cu roz semnele de avertizare ale abuzului de substanțe pe care le puteți găsi

2. Citiți *Semnele de avertizare* ale tulburării legate de consumul de substanțe din Fișa 2 și încercați să găsiți și să evidențiați mai multe semne de avertizare în studiul de caz al Senei

<https://docs.google.com/document/d/1PsEfUJ52eQCRpCsA2IVOPBbjl0Zk9ASdoe1x0JQJEWg/edit?usp=sharing>

3. Verificați răspunsurile pe acest document.

[https://docs.google.com/document/d/1GgtcJn2Ptv1Rt7w2n9U\\_Mh86PQFu3loHe8\\_E1UTGQ1A/edit](https://docs.google.com/document/d/1GgtcJn2Ptv1Rt7w2n9U_Mh86PQFu3loHe8_E1UTGQ1A/edit)

4. Reveniți la copia dvs. din *Fișa de lucru 1*: Studiul de caz al Senei și gândiți-vă care dintre aceste semne de avertizare ar putea semnala problema afilierii unei bande. Evidențiați-le cu albastru.

5. Citiți *Fișa de lucru 3*, apoi priviți înapoi la studiul de caz al Senei. Există semne de avertizare privind apartenența la bande pe care ați putea să le fi ratat? Evidențiați-le cu albastru.

6. Verificați răspunsurile pe acest document.

<https://docs.google.com/document/d/1NtVUM0BEIrcalJbK8nTgcuF4n6NtZ0FJNRCAZD2SMCYl/edit>

7. Întrebări de reflecție: gândiți-vă la răspunsurile la aceste întrebări

Ce semne de avertizare sunt comune ambelor probleme?

Care dintre aceste semne de avertizare ar putea avea legătură cu bullying-ul?

Ce ar trebui să faci dacă observi aceste semne de avertizare?

8. Citiți mai multe despre suprapunerea acestor semne de avertizare pe acest document și răspundeți la cele două întrebări de mai jos:

[https://docs.google.com/document/d/1IOYxCKcz3HjygtXYFD1Llagf5akmRbSw\\_n\\_sxuvl6XQ/edit#](https://docs.google.com/document/d/1IOYxCKcz3HjygtXYFD1Llagf5akmRbSw_n_sxuvl6XQ/edit#)

Verifică răspunsurile aici:

[https://docs.google.com/document/d/1Elb4psUnkLMAjH8XD4pr0HOho\\_sjSxNp\\_jJOSeefPvg/edit#](https://docs.google.com/document/d/1Elb4psUnkLMAjH8XD4pr0HOho_sjSxNp_jJOSeefPvg/edit#)

### Cuvinte cheie

*abuz de substanțe, apartenență la bande, comportament secret, probleme de sănătate*





<b>Metoda de evaluare</b>	Înrebări de reflectat: Ați observat vreunul dintre aceste semne de avertizare la elevii dvs?
<b>Surse / lecturi /resurse suplimentare</b>	<p><sup>1</sup>Gaete, J. et al (2017): <i>Substance Use among Adolescents Involved in Bullying: A Cross-Sectional Multilevel Study</i>, in <i>Frontiers in Psychology</i>, 2017; 8: 1056, retrieved on 10/09/2021 from <a href="https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5487445/">https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5487445/</a></p> <p><sup>2</sup>Renzoni, C (2020): <i>How are Bullying and Substance Abuse Related?</i> in <i>The Recovery Village</i> retrieved on 15/09/2021 from <a href="https://www.therecoveryvillage.com/drug-addiction/related-topics/bullying/">https://www.therecoveryvillage.com/drug-addiction/related-topics/bullying/</a></p> <p><sup>3</sup>Safeguarding Hub (2018): <i>Gang Involvement - Spotting the Signs</i>, retrieved on 17/09/2021 from <a href="https://safeguardinghub.co.uk/gang-involvement-spotting-those-the-signs/">https://safeguardinghub.co.uk/gang-involvement-spotting-those-the-signs/</a></p> <p><sup>4</sup>Guthmann, D: <i>Is There a Substance Abuse Problem Among Deaf and Hard of Hearing Individuals?</i> in <i>Minnesota Substance Use Disorder Treatment Program</i>, retrieved on 19/09/2021 from <a href="http://www.mncddeaf.org/articles/problem_ad.htm">http://www.mncddeaf.org/articles/problem_ad.htm</a></p> <p>Alte lecturi <i>Association of bullying behaviour with smoking, alcohol use and drug use among school students in Erbil City, Iraq</i> retrieved on 17/09/2021 from <a href="https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34080677/">https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34080677/</a></p> <p><i>Training course: SAFE SCHOOLS: Preventing School Violence</i> <a href="https://www.accesscontinuingeducation.com/ACE2003/c3/index.htm">https://www.accesscontinuingeducation.com/ACE2003/c3/index.htm</a></p>

## FIȘA DE LUCRU 1:

### Studiu de caz:

Sena este o fată de 15 ani, în clasa a 10-a și suferă de deficiențe de auz încă de la naștere. Ea frecventează o școală mixtă și folosește limbajul semnelor pentru a comunica. Ea poate citi parțial de pe buze, ceea ce o ajută să înțeleagă o parte din conținutul lecțiilor și unele dintre conversațiile din jurul ei. În școală, există un profesor de sprijin care acționează ca interpret și participă la unele dintre lecții cu Sena, pentru a interpreta în limbajul semnelor conținutul lecțiilor. Părinții ei sunt persoane fără probleme cu auzul, care cunosc doar limbajul semnelor de bază și se bazează pe citirea buzelor pentru a comunica cu fiica lor. Până în clasa a IX-a, Sena a urmat o școală specială pentru elevii cu deficiențe de auz, dar familia ei a decis să o mute în învățământul de masă în timpul liceului, pentru a o integra mai bine în societate și în cultura celor fără deficiențe de auz.



Anul trecut: Sena este o introvertită, dar asta ar putea fi rezultatul barierei lingvistice cu care se confruntă în mediul școlar și acasă. I-a fost greu să se adapteze la noua ei școală anul trecut și a devenit treptat izolată social. Și-a făcut câțiva prieteni ocazionali la școală, dar relația lor nu a mers departe, nu socializează în timpul lor privat.

### **Ce au observat părinții:**

Luna trecută: Sena venea din când în când târziu acasă, sărea peste cină și mergea direct în camera ei. Părinții ei erau fericiți că a început să aibă o viață socială, dar mama a devenit îngrijorată că Sena nu vrea să vorbească despre noii ei prieteni. De asemenea, a observat că Sena a pus o parolă pe telefonul ei și și-a blocat părinții din conturile ei de socializare. Sena a slăbit în ultimele luni și părinții ei cred că ar poate își dorește să se încadreze în imaginea corporală a unei persoane slabe sau că s-ar putea întâlni cu cineva. De asemenea, este foarte obosită pentru că petrece mult timp învățând în camera ei, pentru a ține pasul cu lecțiile. La clasă, face poze cu notițele de pe tablă și apoi le copiază acasă sau studiază pe laptop din acele poze. Pentru că are nevoie să vadă fața profesorului sau a interpretului în clasă, nu poate lua și notițe în același timp. Elevii cu deficiențe de auz nu pot asculta și lua notițe în același timp, ca o persoană fără deficiențe de auz.

Săptămâna trecută: Sena a cerut mai mulți bani de buzunar și bani pentru a cumpăra materiale pentru un proiect școlar, dar nu a adus acasă niciunul dintre materialele cumpărate. Într-o zi și-a uitat și rucsacul de la școală în autobuzul cu care venea acasă, așa că are nevoie de bani pentru a-și cumpăra un alt rucsac și niște haine noi.

### **Ceea ce au observat profesorii:**

Luna trecută: Sena a început să lipsească de la școală și notele i-au scăzut. A ratat sarcini și teste importante. Ea a explicat acest lucru ca fiind bolnavă și suferind de migrene. Din această cauză îi este greu să studieze și de foarte multe ori nu poate dormi noaptea din cauza durerilor de cap. Ea i-a spus profesorului de sprijin că vrea să se întoarcă la școala pentru elevii cu deficiențe de auz și că simte că părinții ei nu o înțeleg.

Săptămâna trecută: Sena nu a venit la școală de două zile și în zilele în care a venit a părut confuză. Ea i-a spus profesorului de sprijin că tratamentul ei pentru migrene îi face somnoroasă și nu se poate concentra bine pe studii. Cu toate acestea, medicul a asigurat-o că acesta ar fi un efect secundar temporar al medicamentelor și în aproximativ o lună totul va fi bine.



## Fișă de lucru 2:

### Semne de avertizare ale tulburării de consum de substanțe<sup>2</sup>:

- schimbări de dispoziție sau comportament haotic
- performanță școlară slabă
- depresie sau anxietate
- lipsa somnului sau pierderea apetitului
- probleme de sănătate (dureri de cap frecvente, dureri de stomac)
- afecțiuni ale pielii
- retragere socială
- comportament ascuns sau minciună

<sup>2</sup>Adapted from: Renzoni, C (2020): *How are Bullying and Substance Abuse Related?*, in The Recovery Village retrieved on 15/09/2021 from <https://www.therecoveryvillage.com/drug-addiction/related-topics/bullying/>

## Fișă de lucru 3:

### Semne de avertizare privind apartenența la bande<sup>3</sup>:

- rezultate școlare scăzute și absentism
- se simte izolat social
- are antecedente de bullying (agresor) sau de victimă a bullying-ului
- are deficiențe sau dificultăți de învățare
- depresie
- probleme comportamentale
- stimă de sine scăzută
- vulnerabil la intimidare și la presiunea colegilor
- are probleme cu alcoolul și drogurile
- comportament secret și minciună
- comunică diferit: folosește argo sau stil vestimentar specific

<sup>3</sup>Adapted from: Safeguarding Hub (2018): *Gang Involvement - Spotting the Signs*, retrieved on 17/09/2021 from <https://safeguardinghub.co.uk/gang-involvement-spotting-those-the-signs/>

## Fișă de lucru 4:

Citiți mai multe despre suprapunerea acestor semne de avertizare:

Nu este ușor de evaluat semnele de avertizare care le prezintă adolescenții, și în special adolescenții cu deficiențe de auz, deoarece aceste semne de avertizare pot fi legate de o combinație de evenimente, situații și emoții. Ele pot avea legătură directă cu hărțuirea și comportamentul agresiv, dar pot avea legătură și cu o multitudine de probleme cu care se confruntă un adolescent, de exemplu, depresia sau abuzul de substanțe, care nu implică neapărat bullying-ul. Pe de o parte, performanța academică slabă, stima de sine scăzută, lipsa poftei de mâncare sau a somnului, schimbările de dispoziție și retragerea socială sunt semne de avertizare pentru toate problemele discutate în acest capitol, iar adolescentul se



poate confrunta doar cu una dintre aceste probleme. Pe de altă parte, poate exista o suprapunere a semnelor de avertizare și un adolescent poate fi implicat în bullying, abuz de substanțe și afilierea la bande în același timp. Aceste probleme pot coexista.

Adolescenții cu deficiențe de auz se confruntă cu probleme precum abuzul de substanțe și afilierea la bande? Da, pentru că se confruntă cu mai mult stres decât adolescenții care aud, se simt mai izolați și, în consecință, pot apela la comportamentul agresiv, consumul de alcool, abuzul de substanțe etc. ca mecanism de a face față stresului sau pentru a fi acceptați de către colegii lor care nu au deficiențe de auz<sup>4</sup>.

Ceea ce ar trebui să facă profesorii și personalul educațional este să observe semnele timpurii ale unei schimbări în comportamentul adolescenților pentru a se putea face referiri la investigații ulterioare, în a determina o intervenție adecvată.

<sup>4</sup>Guthmann, D: Is There a Substance Abuse Problem Among Deaf and Hard of Hearing Individuals? în Minnesota Substance Use Disorder Treatment Program, preluat la 19/09/2021 de la [http://www.mncddeaf.org/articles/problem\\_ad.htm](http://www.mncddeaf.org/articles/problem_ad.htm)

1. De ce este dificil să asociați un semn de avertizare cu o anumită problemă?
2. Ce ar trebui să facă profesorii dacă observă unul sau două dintre aceste semne?

## FIȘĂ DE LUCRU 1: Tasta de răspuns 2

### Semne de Avertizare ale Afilierii unei bande

#### Studiu de caz:

Sena este o copilă de 15 ani în clasa a 10-a și suferă de deficiențe de auz încă de la naștere. Ea frecventează o școală mixtă și folosește limbajul semnelor pentru a comunica. Ea poate citi parțial buzele, ceea ce o ajută să înțeleagă o parte din conținutul lecțiilor și unele dintre conversațiile din jurul ei. În școală, există un profesor de sprijin care acționează ca interpret și participă la unele dintre lecții cu Sena pentru a interpreta în limbajul semnelor conținutul lecțiilor. Părinții ei sunt oameni fără deficiențe de auz, care cunosc doar limbajul semnelor de bază și se bazează pe citirea buzelor pentru a comunica cu fiica lor. Până în clasa a IX-a, Sena a urmat un internat special pentru elevii cu deficiențe de auz, dar familia ei a decis să o mute în învățământul de masă în timpul liceului pentru a o integra mai bine în societate și cultura celor fără deficiențe de auz.

Anul trecut: Sena este o introvertită, dar asta ar putea fi rezultatul barierei lingvistice cu care se confruntă în mediul școlar și acasă. Anul trecut i-a fost greu să se adapteze la noua ei școală și a devenit treptat izolată social. Și-a făcut câțiva prieteni ocazionali la școală, dar relația lor nu a mers prea departe, nu socializează în timpul lor privat.



### Ce au observat părinții:

Luna trecută: Sena **venea din când în când târziu acasă, sărea peste cină și mergea direct în camera ei**. Părinții ei erau fericiți că a început să aibă o viață socială, dar mama a devenit îngrijorată pentru că **Sena nu vrea să vorbească despre noii ei prieteni**. De asemenea, a observat că Sena **a pus o parolă pe telefonul ei și și-a blocat părinții din conturile ei de socializare**. Sena **a slăbit** în ultimele luni și părinții ei cred că poate își dorește să se încadreze în imaginea corporală a unei persoane slabe sau că s-ar putea întâlni cu cineva. De asemenea, **este foarte obosită** pentru că petrece mult timp studiind în camera ei pentru a ține pasul cu lecțiile. La clasă, face poze cu notele de pe tablă și apoi le copiază acasă sau studiază pe laptop din acele poze. Pentru că are nevoie să vadă fața profesorului sau a interpretului în clasă, nu poate lua notițe în același timp. Elevii cu deficiențe de auz nu pot să asculte și să ia notițe în același timp, ca o persoană fără deficiențe de auz.

Săptămâna trecută: Sena a cerut **mai mulți bani de buzunar și bani pentru a cumpăra materiale** pentru un proiect școlar, dar nu a adus acasă niciunul dintre materialele cumpărate. Într-o zi și-a uitat și **rucsacul de școală** în autobuzul cu care venea acasă, așa că are **nevoie de bani** pentru a-și cumpăra un alt rucsac și niște haine noi.

### Ce au observat profesorii:

Luna trecută: Sena a început **lipsească de la școală și notele i-au scăzut**. A **ratat sarcini și teste importante**. Ea a explicat acest lucru ca **fiind bolnavă și suferind de migrene**. Din această cauză îi este greu să studieze și de foarte multe ori **nu poate dormi noaptea** din cauza durerilor de cap. Ea i-a spus profesorului de sprijin că vrea să se întoarcă la internatul celor cu deficiențe de auz și că simte că părinții ei nu o înțeleg.

Săptămâna trecută: Sena **nu a venit la școală timp de două zile** și în zilele în care a venit **a părut confuză**. Ea i-a spus profesorului de sprijin că tratamentul ei pentru migrene îi face **somnoroasă și nu se poate concentra bine** pe studii. Totuși, ea a spus că medicul a asigurat-o că acesta va fi un efect secundar temporar al medicamentelor și în aproximativ o lună totul va fi bine.

## Unitatea 4.2.

### FIȘĂ DE LUCRU 1: Răspunsuri Cheie

#### Semne de avertizare ale tulburării de consum de substanțe

##### Studiu de caz:

Sena este o fată de 15 ani, în clasa a 10-a și suferă de deficiențe de auz încă de la naștere. Ea frecventează o școală mixtă și folosește limbajul semnelor pentru a comunica. Ea poate citi parțial de pe buze, ceea ce o ajută să înțeleagă o parte din conținutul lecțiilor și unele dintre conversațiile din jurul ei. În școală, există un profesor de sprijin care acționează ca interpret și participă la unele dintre lecții cu Sena pentru a interpreta în limbajul semnelor conținutul lecțiilor. Părinții ei sunt oameni fără deficiențe de auz, care cunosc doar limbajul semnelor de



bază și se bazează pe citirea buzelor pentru a comunica cu fiica lor. Până în clasa a IX-a, Sena a urmat un internat special pentru elevii cu deficiențe de auz, dar familia ei a decis să o mute în învățământul de masă în timpul liceului pentru a o integra mai bine în societate și cultura celor fără deficiențe de auz.

Anul trecut: Sena este o introvertită, dar asta ar putea fi rezultatul barierei lingvistice cu care se confruntă în mediul școlar și acasă. Anul trecut i-a fost greu să se adapteze la noua ei școală și a devenit treptat izolată social. Și-a făcut câțiva prieteni ocazionali la școală, dar relația lor nu a mers prea departe, nu socializează în timpul lor privat.

### Ce au observat părinții:

Luna trecută: Sena venea din când în când târziu acasă, sărea peste cină și mergea direct în camera ei. Părinții ei erau fericiți că a început să aibă o viață socială, dar mama a devenit îngrijorată pentru că Sena nu vrea să vorbească despre noii ei prieteni. De asemenea, a observat că Sena a pus o parolă pe telefonul ei și și-a blocat părinții din conturile ei de socializare. Sena a slăbit în ultimele luni și părinții ei cred că poate își dorește să se încadreze în imaginea corporală a unei persoane slabe sau că s-ar putea întâlni cu cineva. De asemenea, este foarte obosită pentru că petrece mult timp studiind în camera ei pentru a ține pasul cu lecțiile. La clasă, face poze cu notele de pe tablă și apoi le copiază acasă sau studiază pe laptop din acele poze. Pentru că are nevoie să vadă fața profesorului sau a interpretului în clasă, nu poate lua notițe în același timp. Elevii cu deficiențe de auz nu pot să asculte și să ia notițe în același timp, ca o persoană fără deficiențe de auz.

Săptămâna trecută: Sena a cerut mai mulți bani de buzunar și bani pentru a cumpăra materiale pentru un proiect școlar, dar nu a adus acasă niciunul dintre materialele cumpărate. Într-o zi și-a uitat și rucsacul de școală în autobuzul cu care venea acasă, așa că are nevoie de bani pentru a-și cumpăra un alt rucsac și niște haine noi.

### Ce au observat profesorii:

Luna trecută: Sena a început lipsească de la școală și notele i-au scăzut. A ratat sarcini și teste importante. Ea a explicat acest lucru ca fiind bolnavă și suferind de migrene. Din această cauză îi este greu să studieze și de foarte multe ori nu poate dormi noaptea din cauza durerilor de cap. Ea i-a spus profesorului de sprijin că vrea să se întoarcă la internatul celor cu deficiențe de auz și că simte că părinții ei nu o înțeleg.

Săptămâna trecută: Sena nu a venit la școală timp de două zile și în zilele în care a venit a părut confuză. Ea i-a spus profesorului de sprijin că tratamentul ei pentru migrene îi face somnoroasă și nu se poate concentra bine pe studii. Totuși, ea a spus că medicul a asigurat-o că acesta va fi un efect secundar temporar al medicamentelor și în aproximativ o lună totul va fi bine.



## Unitatea 4.2.

### Fișă de lucru 4: Răspunsuri cheie

1. De ce este dificil să asociați un semn de avertizare cu o anumită problemă?

Pentru că există o suprapunere a semnelor de avertizare. Ele pot reflecta diferite probleme cu care s-ar putea confrunta adolescenții și un adolescent poate fi implicat în una sau mai multe dintre aceste probleme.

2. Ce ar trebui să facă profesorii dacă observă unul sau două semne de avertizare pe elevii lor?

Ei ar trebui să observe schimbări de comportament la elevii lor și, dacă văd semne de avertizare, ar trebui să supună problema unei investigații suplimentare, pentru a determina o intervenție adecvată.

## Unitatea 5: Învățarea elevilor de liceu să recunoască semnele că colegii lor au fost hărțuiți

<b>Descrierea conținutului</b>	Semne de avertizare pe care adolescenții le pot observa despre colegii lor hărțuiți: fizice, emoționale, relaționale, deteriorarea proprietății.
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să identifice factorii de la egal la egal care pot contribui la bullying <b>Abilități:</b> Să ilustreze factorii de la egal la egal în bullying <b>Competențe:</b> Să creze o imagine simbolică legată de conținut
<b>Materiale si echipamente</b>	<i>Vă rugăm să indicați ce materiale veți folosi</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>● creioane colorate</li> <li>● hârtie</li> <li>● Jamboard pentru potrivire - Faceți o copie pe unitate și lucrați la primul cadru <a href="https://jamboard.google.com/d/1H3dv28sV9_gZWGh_3NI8hCGR9LADUNqgCz6PzTBKzMU/edit?usp=sharing">https://jamboard.google.com/d/1H3dv28sV9_gZWGh_3NI8hCGR9LADUNqgCz6PzTBKzMU/edit?usp=sharing</a></li> </ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Leții teoretice</b>	Semnele de bullying la adolescenți pot fi greu de detectat, deoarece sunt rareori fizice, în comparație cu hărțuirea copiilor mai mici. De asemenea, este posibil ca adolescenții să fi învățați deja cum să ascundă aceste semne pentru că se simt rușinați sau parțial responsabili pentru ceea ce li se întâmplă. Cu toate acestea,



	<p>semnele de agresiune variaza de la fizic la emoțional, la relațional și la deteriorarea proprietății.</p> <p>Elevii și adolescenții ar trebui să fie conștienți de aceste semne, astfel încât atunci când le observă să alerteze profesorii și administrația școlii pentru acțiuni ulterioare.</p> <p>Semne fizice:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- vânătăi</li><li>- tăieturi</li><li>- zgârieturi</li><li>- alte semne</li></ul> <p>Semne emoționale:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- poate deveni anxioasă sau nefericită după pauze sau în timpul orelor</li><li>- elevul spune „Urăsc școala” sau își exprimă frica de școală</li><li>- lacrimi frecvente sau furie</li><li>- se simte rău dimineața sau când trebuie să vină la școală</li><li>- incapabil să vorbească în clasă</li></ul> <p>Semne relaționale:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- adolescentul nu are prieteni în clasă</li><li>- refuză să iasă la pauză</li><li>- refuză să vorbească despre ceea ce îi deranjează</li><li>- petrece timp singur la școală</li></ul> <p>Daune aduse proprietății:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- adolescenții își „își pierd” adesea lucrurile</li><li>- începe să fure bani</li><li>- cineva își găsește echipamentul sportiv în coșul de gunoi</li><li>- adolescentul descoperă că îi lipsesc cărțile sau rucsacul din clasă</li><li>- după pauză, hainele lor sunt murdare sau au pete proaspete de mâncare</li></ul>
<b>Durată</b>	<i>20 minute</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><i>Potrivire</i>-această activitate vă permite să descoperiți singuri tipurile de factori care contribuie la bullying. Vă recomandăm să faceți acest lucru înainte de a citi partea teoretică a acestui capitol. Prin încercare și eroare, veți vedea semnificații posibile ale emoticoanelor în acest exercițiu. Tasta de răspuns se află în cadrul doi din același Jamboard.</p> <p><i>Desen</i> - în timpul acestei activități, participanții vor realiza propriile reprezentări ale semnelor de bullying care se referă la procesele de învățare din ierarhia superioară. Pe baza înțelegerii teoretice, ei vor desena o persoană, poate fi la fel de bine o figură „lipicioasă” care poartă cicatricile bullying-ului. Emoticoanele le pot oferi idei despre cum să deseneze semne emoționale și relaționale, simplu și simbolic.</p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Înainte de a citi partea teoretică a acestei lecții, accesați linkul pentru Jamboard și faceți o copie a acesteia pe disc. (Faceți clic pe cele 3 puncte verticale din panoul din dreapta sus - Faceți o copie)</li></ol>





	<ol style="list-style-type: none"><li>2. Vei vedea că există semne diferite legate de bullying, pe care adolescentul le poate observa: fizice, emoționale, relaționale și daune ale bunurilor. Exemple de semne pentru fiecare categorie sunt exprimate de emoticoanele pe care le vedeți în centrul acestui Jamboard. Făcând activitatea de potrivire (doar faceți clic și trageți emoticoanele în diferite pătrate), veți descoperi care sunt acestea.</li><li>3. Verifică-ți răspunsurile pe Cadrul 2 al aceluiași Jamboard</li><li>4. Gândește-te la ce semn încearcă să reprezinte fiecare dintre aceste emoticoane</li><li>5. Citiți partea teoretică a acestei lecții</li><li>6. În timp ce unele dintre aceste semne pot fi observate foarte ușor (cele fizice și deteriorarea proprietății), altele sunt ascunse la prima vedere. Cu toate acestea, ele lasă cicatrici pe personalitatea adolescenților.</li><li>7. Desen: Pe o bucată de hârtie desenați o stiky figură care simbolizează un adolescent agresat. Dacă ești o persoană cu talent artistic, poți încerca un desen mai detaliat. Pe desenul tău, arată cel puțin un semn din fiecare dintre cele 4 categorii despre care am discutat astăzi.</li></ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>deteriorarea proprietății</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	<p><i>Întrebare de reflecție:</i> Răspunzând la această întrebare, veți înțelege mai bine progresul învățării care l-ați făcut în timpul acestei lecții. Înainte de lecție, cel mai probabil nu ați fi putut da un răspuns informat la această întrebare, decât dacă ați studiat subiectul înainte. Pentru cei care studiază pentru prima dată despre bullying, acesta este momentul în care ar trebui să te simți mândru de lucrurile noi pe care le-ai învățat în timpul acestui curs.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Care dintre aceste semne de avertizare ale bullying-ului sunt cel mai greu de observat? La ce ar trebui să fii atent?</li></ol>
<b>Surse / lecturi / resurse suplimentare</b>	<p>National Centre Against Bullying Australia: Signs of Bullying retrieved on 17.09.2021 from <a href="https://www.ncab.org.au/bullying-advice/bullying-for-parents/signs-of-bullying/">https://www.ncab.org.au/bullying-advice/bullying-for-parents/signs-of-bullying/</a></p> <p>De citit în continuare:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- peer signs of bullying: <a href="https://www.prevnet.ca/bullying/signs">https://www.prevnet.ca/bullying/signs</a></li><li>- <a href="https://www.bullying.co.uk/advice-for-parents/how-to-spot-the-signs-of-bullying/">https://www.bullying.co.uk/advice-for-parents/how-to-spot-the-signs-of-bullying/</a></li></ul>



# FIȘĂ DE LUCRU 1: Cadre Jamboard

Recognise the signs that teenagers have been bullied

Physical signs		Emotional signs
Relationship signs		Damage of property

Recognise the signs that teenagers have been bullied

<p>Physical signs</p>		<p>Emotional signs</p>
<p>Relationship signs</p>		<p>Damage of property</p>



<b>Descrierea conținutului</b>	Comportamentul de bullying direct și indirect
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să clasifice informațiile despre rolurile în bullying <b>Abilități:</b> Să compare comportamentele implicate în bullying <b>Competențe:</b> Să creeze un storyboard
<b>Materiale si echipamente</b>	<i>Vă rugăm să indicați ce material veți folosi</i> <ul style="list-style-type: none"><li>● Prezentarea lecției cu chestionare și activități - Slide-urile de la 1 la 13: <a href="https://quizizz.com/admin/presentation/6165e9a8213b0d001df7adad/p/sitive-and-negative-relationship-behaviours">https://quizizz.com/admin/presentation/6165e9a8213b0d001df7adad/p/sitive-and-negative-relationship-behaviours</a></li><li>● Hârtie/ post-it-uri, creioane sau</li><li>● <a href="https://www.storyboardthat.com/">https://www.storyboardthat.com/</a></li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<b>Comportament de bullying direct și indirect</b> Acestea sunt tipuri de bullying care diferă prin metodele de agresiune folosite, deși ambele sunt la fel de nocive și pot lăsa răni emoționale pentru o lungă perioadă de timp. <b>Bullying-ul direct</b> are loc cu ambii prezenți, agresorul cât și cu cel agresat și se referă la rănire, vătămare sau umilire. Martorii de la fața locului înțeleg că este un eveniment nociv pentru persoana agresată și pot identifica acțiunile sau cuvintele folosite, ca jignitoare. <b>Comportamentul în bullying-ul direct:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- lovire, palmuire, lovire cu pumnii</li><li>- împingerea sau folosirea forței fizice</li><li>- alte acțiuni fizice îndreptate asupra persoanei sau asupra bunurilor acesteia: ruperea hainelor, aruncarea sau luarea de cărți, rucsacului/genții etc.</li><li>- batjocorire</li><li>- chemarea pe nume (strigarea numelui)</li></ul> <b>Bullying-ul indirect</b> are efecte ofensive și dăunătoare similare, deși nu se întâmplă în mod deschis între agresor și cel agresat. Aceste acțiuni sunt mai subtile și mai puțin evidente pentru martori, deoarece agresorul atacă atunci când victima nu este prezentă și nu se poate apăra. <b>Comportament de bullying indirect:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- răspândirea zvonurilor pline de cruzime</li><li>- bârfa menită să strice reputația victimei</li><li>- glume răutăcioase împărtășite unor grupuri de prieteni despre talentele victimei</li><li>- izolarea victimei de prieteni spunându-le respectivilor să evite victima</li><li>- cyberbullying protejat de anonimatul internetului</li><li>- partajarea online, de știri sau imagini jenante, fără permisiunea victimei</li><li>- izolarea victimei de activități precum jocurile în echipă</li><li>- bilețele răutăcioase lăsate pe birou sau dulap de o persoană anonimă</li></ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>- furtul bunurilor personale</li><li>- aruncarea bunurilor personale ale cuiva, la gunoi</li><li>- intimidare prin gesturi</li></ul>
<b>Durată</b>	40 minute
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><b>Descoperire ghidată</b> printr-un exercițiu cu variante multiple în <b>Teste</b>. Urmând slide-uri de la 2 la 9 veți citi definiții pentru comportamentele de bullying direct și indirect și pe baza acestora veți încerca să identificați exemple ale acestor comportamente în exercițiile cu variante multiple. Aplicația vă va verifica instantaneu răspunsurile. Dacă nu sunteți sigur ce tip de comportament este, puteți vedea <i>bit-ul teoretic</i> grupat pe diapozitivele 8 și 9.</p> <p><b>Storyboard</b> este o tehnică folosită în realizarea de filme care ajută la planificarea scenelor înainte de filmare și, de asemenea, o tehnică de predare pentru integrarea narațiunilor/povestirilor în clasă. În această activitate puteți lucra la șablonul oferit mai jos. Pentru aceasta, va trebui să tipăriți Fișa de lucru 1 și să utilizați creioane colorate. Dacă sunteți mai interesat de instrumentele <i>ed</i>, puteți încerca să o faceți în Storyboardthat.com. Se recomandă să lucrați de pe un computer și nu pe telefon pentru a avea funcționalitatea completă a acestui instrument. Va trebui să vă înregistrați; o poți face cu ușurință cu contul dumneavoastră de Google și veți avea 14 zile de încercare gratuită, când toate funcțiile sunt active.</p> <p>Pentru a crea povestea, veți realiza un scurt storyboard (4 cadre) pentru a crea o poveste ilustrată cu un comportament de bullying indirect la alegere. Storyboard-ul include desene/schițe ale personajelor și o legendă pentru fiecare desen pentru putea ilustra ceea ce se întâmplă în desen. Această activitate vă permite să creați o linie narativă legată de subiect. Este important să alegeți un comportament de bullying indirect pentru a vă putea imagina pașii unui comportament de bullying în acțiune.</p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Descoperire ghidată</b> <a href="https://quizizz.com/admin/quiz/6165e9a8213b0d001df7adad">https://quizizz.com/admin/quiz/6165e9a8213b0d001df7adad</a></li><li>2. Slide 2 - citiți definițiile pentru comportamentele de bullying direct și indirect</li><li>3. Slide-urile de la 3 la 6 - faceți exercițiile cu variantele multiple și vă veți familiariza cu exemple de comportamente de bullying direct și indirect</li><li>4. Slide-urile 8 și 9 - veți citi partea teoretică a Comportamentelor de bullying direct și indirect</li><li>5. (30 de minute) <b>Storyboard</b>. Alegeți cum doriți să lucrați: pe hârtie sau în format digital. Pentru exercițiul pe hârtie, tipăriți Fișa de lucru 1 și pentru scenariul digital accesați <a href="https://www.storyboardthat.com/">https://www.storyboardthat.com/</a> conectați-vă și accesați perioada de probă gratuită de 14 zile. Distrăți-vă cu diferitele „scene” și „personaje”, trageți și plasați-le după cum doriți.</li><li>6. Creați un scurt scenariu (4 cadre) pentru a avea o poveste ilustrată a unui comportament de bullying indirect la alegere. Storyboard-ul include desene/schițe ale personajelor și o legendă pentru fiecare desen pentru a ilustra ceea ce se întâmplă în desen.</li><li>7. Vezi un exemplu pe diapozitivul 13.</li></ol>



<b>Cuvinte cheie</b>	<i>răspândirea de zvonuri, glume răutăcioase, insulte, intimidare</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	Autoevaluare: După ce ați analizat exemplul de scenariu și l-ați comparat cu munca dvs., evaluați-vă propria activitate în termeni de: <ul style="list-style-type: none"><li>- claritatea ideilor: Povestea din storyboard a fost clară sau a trebuit să pui întrebări suplimentare grupului care a creat-o?</li><li>- povești creative: Care storyboard este cel mai creativ? Gândiți-vă la personaje, acțiuni și legendă</li><li>- Ce ați învățat despre comportamentele de bullying după aceste activități?</li></ul>
<b>Surse / lecturi suplimentare /resurse</b>	Pacer's Bullying Prevention Center: <i>How is 'direct bullying' different from 'indirect bullying'?</i> retrieved on 22/09/2021 from: <a href="https://www.pacer.org/bullying/info/questions-answered/direct-vs-indirect.asp">https://www.pacer.org/bullying/info/questions-answered/direct-vs-indirect.asp</a> Australian Education Authorities/ The State of Queensland (29/09/2020): Types of Bullying retrieved on 26/09/2021 from <a href="https://bullyingnoway.gov.au/understanding-bullying/types-of-bullying">https://bullyingnoway.gov.au/understanding-bullying/types-of-bullying</a> more about how to use the story-board technique: Lynch, M. (31/03/2021): <i>How to Implement the Story-board Teaching Strategy in Your Classroom</i> , in The Advocate platform, retrieved on 26.09.2021 from <a href="https://www.theadvocate.org/how-to-implement-the-storyboard-teaching-strategy-in-your-classroom/">https://www.theadvocate.org/how-to-implement-the-storyboard-teaching-strategy-in-your-classroom/</a>

#### FIȘA DE LUCRU 1:

**Alegeți unul dintre scenariile de intimidare indirectă și creați o poveste ilustrată a acestuia. Storyboard-ul dvs. ar trebui să includă desene și legende.**

##### **Comportamentele de bullying indirect:**

- răspândirea de zvonuri pline de cruzime
- bârfa menită să strice reputația victimei
- glume răutăcioase împărtășite unor grupuri de prieteni despre talentele victimei
- izolarea victimei de prieteni, spunându-le colegilor să evite agresorul
- hărțuirea cibernetică din spatele anonimatului pe internet
- partajarea online de știri sau imagini jenante fără permisiunea victimei
- izolarea victimei de activități precum jocurile în echipă
- note cu însemnări lăsate pe birou sau dulap de o persoană anonimă
- furtul bunurilor personale
- aruncarea bunurilor personale ale cuiva la gunoi
- intimidarea prin gesturi



### Story-board - Comportamentele de bullying indirect

_____
_____

_____
_____

_____
_____

_____
_____



Exemplu de storyboard pentru: răspândirea zvonurilor pline de cruzime. A fost creat acest cu Storyboardthat.com <https://www.storyboardthat.com/portal/storyboard-creator>

### Indirect Bullying Behaviour



Sara is going to school as usual

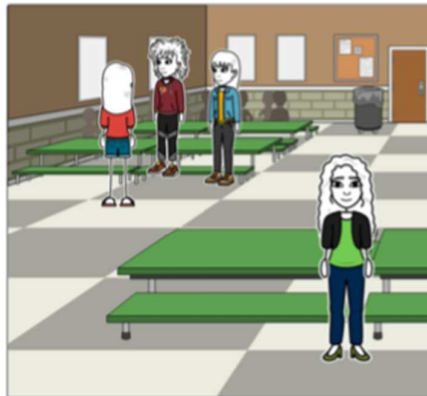
### Spreading cruel rumours



At school, her friends avoid her



Yesterday Doris told everybody that she has compromising pictures of Sara and a boy from another school.



Her friends ignore Sara and refuse to talk to her. Sara doesn't understand what has happened.





<b>Descrierea conținutului</b>	Comportamente relaționale pozitive și negative
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să clasifice comportamentele <b>Abilități:</b> Să discute despre relații <b>Competențe:</b> Să evalueze comportamentele în relații pentru a deveni responsabil pentru propriile relații
<b>Materiale și echipamente</b>	<i>Vă rugăm să indicați ce material veți folosi</i> <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="https://jamboard.google.com/d/1_K88KcKhelYKqfhSoEE2DmT8_i6R2Dp9UyYNi4hu-yg/edit?usp=sharing">https://jamboard.google.com/d/1_K88KcKhelYKqfhSoEE2DmT8_i6R2Dp9UyYNi4hu-yg/edit?usp=sharing</a></li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p>Relațiile sociale precum prietenii sunt foarte importante pentru adolescenți. În timpul adolescenței, prietenii devin mai intense, mai apropiate și de sprijin, iar adolescenții comunică mai mult între ei, decât comunică cu părinții și adulții. Cele mai multe dintre aceste prietenii se bazează pe asemănări personale, interese comune și acceptare. Relațiile oferă adolescenților un sentiment de apartenență, apreciere dincolo de cercul familiei, încredere, siguranță și confort. Adolescenții urmează modele în anturajul lor și dezvoltă modele de interacțiune bazate pe relațiile cu prietenii lor. Un aspect important al dezvoltării sănătoase a adolescenților este influența pozitivă a colegilor.</p> <p><b>Relații pozitive cu adolescenții</b> va face un adolescent să simtă că aparține în mod natural aceluși grup sau relație și îi va oferi un sentiment de confort și siguranță emoțională. Indiferent cât durează, prietenii pozitive îi vor face pe adolescenți să se simtă acceptați pentru ceea ce sunt. Un <b>prieten bun</b><sup>1</sup>:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- dă dovadă de grijă prin cuvinte și acțiuni, atât asupra problemelor importante cât și asupra lucrurilor mărunte</li><li>- este acolo pentru tine atunci când ai nevoie de el</li><li>- nu te judecă</li><li>- nu te dezamăgește</li><li>- nu vă rănește sentimentele</li><li>- este loial</li><li>- spune ce crede despre tine într-un mod atent</li><li>- îți ascultă problemele</li><li>- râde adesea cu tine</li><li>- te face să te simți apreciat pentru ceea ce ești</li><li>- te face să te simți important pentru el</li></ul> <p><b>Relații toxice ale adolescenților</b> sunt cele care îi fac pe adolescenți să se simtă prost față de ei înșiși și de ceilalți. În loc să fie prieteni de susținere, unii oameni sunt inamici, pretind a fi prietenii tăi, dar nu se poartă cu adevărat ca prieteni. Ei sunt numiți și prieteni falși. Spre deosebire de un prieten adevărat, un prieten fals nu oferă sprijin, loialitate și apropiere. Puteți recunoaște un prieten toxic sau un prieten fals după aceste comportamente<sup>2</sup>:</p>



	<ul style="list-style-type: none"><li>- este un prieten de <i>vreme bună</i> și este prezent în preajma ta, atunci când are un beneficiu?</li><li>- este greu de găsit atunci când ai nevoie de sprijin</li><li>- pare să aibă întotdeauna nevoie de ceva de la tine</li><li>- este în competiție cu tine</li><li>- te face să te simți prost cu tine însuși</li><li>- îți subminează realizările</li><li>- îți consumă energia</li><li>- vorbește la spatele tău</li><li>- nu spune lucruri pozitive ție și despre tine</li><li>- este lipsit de respect față de valorile și limitele tale</li><li>- este gelos pe tine</li><li>- încearcă să te saboteze spunând sau făcând lucruri jenante în momentele cheie pentru tine</li><li>- repetă aceleași comportamente toxice chiar și după ce îi explici că aceste comportamente te dor</li></ul>
<b>Durată</b>	<i>30 minute</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><b>Activitate de potrivire.</b> Învățarea conținutului teoretic printr-o activitate de potrivire, înseamnă că veți citi teoria și vă veți gândi la ea și la cum să o clasificați. Acest lucru ajută memorarea și atrage cursanții vizuali și kinestezici.</p> <p><b>Răspundeți la întrebări</b> – este o tehnică de predare utilizată pe scară largă. Scopul său este ca elevii/cursanții să realizeze propria lecție în cuvinte proprii, o acțiune care îi ajută să memoreze mai bine conținutul. Această tehnică funcționează bine cu un conținut teoretic scurt. În cazul nostru, după ce vă familiarizați cu exemplele de comportamente pozitive și negative, vi se cere să generalizați caracteristicile relațiilor pozitive și relațiilor toxice și să abordați paragraful introductiv despre importanța relațiilor sociale pentru adolescenți.</p> <p><b>Exercițiu:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Gândește-te la un ‘prieten’ - Ce face un prieten? ‘Ce NU ar trebui să facă un prieten?’</li><li>2. Potrivire. Accesați Jamboard <a href="https://jamboard.google.com/d/1_K88KcKheYKqfhSoEE2DmT8_i6R2Dp9UyYNi4hu-yg/edit?usp=sharing">https://jamboard.google.com/d/1_K88KcKheYKqfhSoEE2DmT8_i6R2Dp9UyYNi4hu-yg/edit?usp=sharing</a> și plasați stiky notele sub fiecare titlu: Un Prieten <b>Bun</b> sau un <b>Inamic</b></li><li>3. Răspunsul cheie este în cadrul următor. Faceți clic pe săgeata din partea de sus a paginii din mijloc.</li><li>4. Răspundeți la întrebări:<ol style="list-style-type: none"><li>a. Privind caracteristicile unui prieten bun, cum poți caracteriza relațiile pozitive ale adolescenților?</li></ol></li></ol>



	<p>b. Privind caracteristicile unui inamic, cum poți caracteriza relațiile toxice ale adolescenților?</p> <p>c. De ce sunt importante prietenii pentru adolescenți?</p> <p>5. Puteți citi clarificări în partea teoretică de mai sus</p> <p>6. Gândiți-vă la această situație și răspundeți la întrebările:</p> <p>a. Ce ar face/spune un prieten bun?</p> <p>b. Ce ar face/spune un prieten?</p> <p>Situație: ești adolescent, iar prietenul tău îți trimite o mulțime de mesaje în fiecare zi și se așteaptă să reacționezi și să răspunzi la fiecare dintre ele.</p>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>relație toxică, inamic</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	<p>Reflecție</p> <p>Gândește-te la relația ta cu cel mai bun prieten când erai adolescent:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Care dintre comportamentele pozitive discutate au caracterizat atitudinea lui/ei față de tine?</li><li>- Țineți legătura cu cel mai bun prieten din adolescența dvs?</li><li>- Ai avut așa-ziși prieteni când erai adolescent? Cum ți-ai dat seama că nu erau prieteni adevărați pentru tine?</li><li>- Dacă ar fi să-ți dai un sfat despre prietenie în adolescență, ce i-ai spune eului tău mai tânăr?</li></ul>
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<p><sup>1</sup>adapted from: ReachOut Australia: <i>What makes a good friend?</i>, retrieved on 28.09.2021 from <a href="https://au.reachout.com/articles/what-makes-a-good-friend">https://au.reachout.com/articles/what-makes-a-good-friend</a></p> <p><sup>2</sup>adapted from: Regan, Sarah (30.06.2021): <i>How to Spot a Fake Friend and What to Do about It, from Experts</i>, on MindBodyGreen platform, retrieved on 28.09.2021 from <a href="https://www.mindbodygreen.com/articles/signs-of-fake-friends">https://www.mindbodygreen.com/articles/signs-of-fake-friends</a></p>



## Unitatea 6: Predarea reacțiilor și acțiunilor adecvate ale elevilor de liceu atunci când sunt hărțuiți



<b>Descrierea conținutului</b>	Emoții și gânduri atunci când ești victimă a bullying-ului Lucrul la gânduri și emoții - un pas în afară din a fi o țintă a bullying-lui
<b>Rezultatele învățării</b>	<p><b>Cunoștințe:</b> Să enumere gândurile și emoțiile unei victime a bullying-ului</p> <p><b>Abilități:</b> Să identifice propriile gânduri și emoții atunci când este o victimă a bullying-ului</p> <p><b>Competențe:</b> Să fie responsabil pentru propriile gânduri și emoții</p>
<b>Materiale și echipamente</b>	<p><i>Vă rugăm să indicați ce material veți folosi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●Foi de lucru cu scenarii de bullying</li> <li>●Cardurile cu emoții</li> <li>●Foi de hârtie A4</li> <li>●Foi de hârtie A3</li> <li>●Pixuri</li> </ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p>Literatura de specialitate a demonstrat că expunerea la bullying în școală poate cauza stres crescut și diferite probleme de sănătate fizică și psihică. În ceea ce privește victimele și martorii, aceștia sunt mai predispuși la frică constantă, anxietate, gândire negativă, stima de sine scăzută, depresie, auto-pedepsire, simptome psihosomatice (dureri de cap, amețeli, probleme cu stomacul, printre altele) și idei suicidare.</p> <p>Agresorii, la rândul lor, tind să se angajeze în situații de violență domestică, abuz de substanțe psihoactive, vandalism și activități criminale.</p> <p>Unele meta-analize ale rezultatelor pe termen lung pentru fostele victime oferă dovezi convingătoare că a fi victimă a hărțuirii nu este o problemă școlară</p>



inofensivă și trecătoare, ci ceva care are consecințe grave de adaptare și sănătate publică.

Acesta este motivul principal pentru care toată lumea ar trebui să identifice emoțiile și gândurile implicate în bullying și să încerce să scape de emoțiile negative.

Eckman (1999) identifică șase emoții de bază inițiale: furie, dezgust, frică, fericire, tristețe și surpriză. Mai târziu, Ekman a propus o listă extinsă de emoții de bază, inclusiv o serie de emoții pozitive și negative: amuzament, dispreț, mulțumire, jenă, entuziasm, vinovăție, mândrie de realizare, ușurare, satisfacție, plăcere senzorială și vina.

Emoțiile ne pregătesc să facem față unor evenimente importante fără să ne gândim la ele, sunt automate, primitive, legate de instincte și au un aspect stereotip.

Emoția vine pe primul loc, înaintea gândului. Gândurile sunt moduri de a face față sentimentelor, moduri de a gândi calea noastră de a ieși din sentimente. Când emoțiile tale sunt negative, la fel sunt și gândurile tale.

Schimbarea modului de a gândi va schimba modul în care vă simțiți. De exemplu:

Nu sunt demn. → Încă pot face asta și asta foarte bine. Pot progresa.

Nu are rost să încerci. → Voi folosi unele dintre strategiile pe care le-am învățat.

→ Dacă încerc, am o șansă.

Nimic nu-mi merge niciodată. → Acest lucru nu a funcționat, așa că voi încerca un alt mod/zi.

→ Aceste lucruri se întâmplă. Este important să înveți din asta.

Viața este lipsită de sens. → Paharul este de asemenea plin pe jumătate.

→ După o zi ploioasă, înnorată, vine una însorită și frumoasă.

→ Pur și simplu voi ignora ceea ce se întâmplă în jurul meu și voi continua cu lucrul.

Nimeni nu mă place cu adevărat. → Singura persoană care trebuie să te aprobe ești tu.

→ Mă voi simți bine după o mică pauză.



	<p>→ Nu sunt singur, am familia și/sau prietenii mei. → Realizează că nu este sfârșitul lumii.</p> <p>Acesta este motivul principal pentru care toată lumea ar trebui să identifice emoțiile și gândurile implicate în bullying, să fie conștienți de ele și să încerce să iasă din emoțiile și gândurile negative.</p>
<b>Durață</b>	<i>50 minute</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><i>Activitate individuală</i></p> <p><i>Acest exercițiu ne ajută să identificăm emoțiile și gândurile atunci când suntem victime ale bullying-ului. Emoțiile și gândurile negative sunt imposibil de evitat, dar putem învăța să le gestionăm. Atunci când identifici emoția, gândul asociat cu ea, poți să acționezi, să schimbi comportamentul/atitudinea, să construiești emoții pozitive și să cauți sprijin.</i></p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Citiți cele 3 scenarii de bullying.</li><li>2. Identificați cele 6 emoții afișate pe carduri.</li><li>3. Treceți peste scenariile de hărțuire și alegeți cardul de emoții asociat cu ceea ce ar putea simți atunci când este o victimă a bullying-ului, în scenariile date (Fișa de lucru 1).</li><li>4. Descrieți pe o foaie de hârtie ce alte emoții ar putea simți victima bullying-ului și ce gânduri ar putea fi asociate cu acestea.</li><li>5. Încearcă să-ți descoperi atitudinea generală față de scenarii, emoții și gânduri.</li><li>6. Creați un poster, lipind pe o hârtie emoțiile și gândurile identificate.</li><li>7. Încercați să veniți cu gânduri pozitive, creative pentru a le înlocui pe cele negative.</li></ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Bullying, Emoție, Gând</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	<p>3-2-1</p> <p>Luați în considerare ceea ce ați învățat răspunzând la următoarele: 3 lucruri pe care le-ați învățat din lecție; 2 lucruri despre care vrei să știi mai multe; 1 întrebare pe care o ai</p>



<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<p><a href="https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/bullying">https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/bullying</a> <a href="https://dictionary.apa.org/emotion">https://dictionary.apa.org/emotion</a> <a href="https://dictionary.apa.org/thought">https://dictionary.apa.org/thought</a> <a href="https://www.scielo.br/j/tce/a/MR8ZKrtr94qtv8jBtRbMHcF/?lang=en">https://www.scielo.br/j/tce/a/MR8ZKrtr94qtv8jBtRbMHcF/?lang=en</a> <a href="https://www.academia.edu/download/42643314/AnnReviewFinalMarch2013.pdf">https://www.academia.edu/download/42643314/AnnReviewFinalMarch2013.pdf</a> <a href="https://kidshealth.org/en/teens/stressful-feelings.html">https://kidshealth.org/en/teens/stressful-feelings.html</a> <a href="https://www.cbtcognitivebehavioraltherapy.com/automatic-negative-thoughts/">https://www.cbtcognitivebehavioraltherapy.com/automatic-negative-thoughts/</a> <a href="http://www.canva.com">www.canva.com</a> Ekman, Paul; Davidson, Richard J. (1994). <i>The Nature of emotion: fundamental questions</i>. New York: Oxford University Press <a href="https://www.freeimages.com/photo/happy-boy-1434108">https://www.freeimages.com/photo/happy-boy-1434108</a> <a href="http://www.pexels.com">www.pexels.com</a> <a href="https://www.vectorstock.com/royalty-free-vector">https://www.vectorstock.com/royalty-free-vector</a></p>
---	---

## FOI DE LUCRU

### Scenarii de bullying

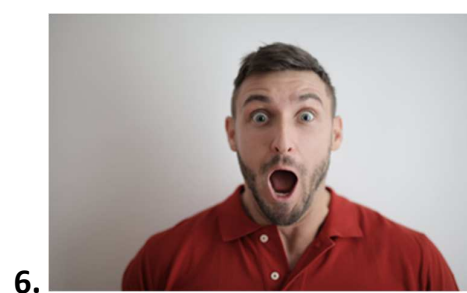
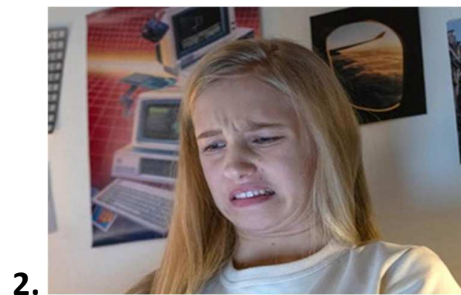
**Treceți peste scenariile de bullying și alegeți cardurile cu emoții asociate cu ceea ce ar putea simți o persoană atunci când este o victimă a bullying-ului**

1. Un copil cu tulburare de spectru autist, care adesea își pierde controlul mâinii stângi și manifestă ecolalie, este urmărit aproape zilnic de un grup de elevi care îl imită și își bat joc de el. Refuză să meargă la școală sau încearcă să plece mai devreme. Uneori a fost văzut tremurând.
2. În timpul antrenamentului la fotbal, antrenorul insultă și amenință în mod constant un anumit elev care joacă. La locul din arenă, unii părinți îi urmează exemplul și își adaugă propriile insulte și amenințări atunci când elevul greșește. Mai târziu, unii părinți s-au plâns de comportamentul și limbajul aceluia elev împotriva propriilor copii.
3. De fiecare dată când unele adolescente sunt în vestiarul unei piscine private, trei fete își bat joc de greutatea unei înotătoare. Ea refuză să iasă și refuză să-și vadă chiar și prietenii. A fost văzută des cu ochii roșii.
4. Un elev de clasa a nouă care nu vorbește mult și se îmbracă neglijent, primește în mod regulat mesaje sau e-mailuri care îl numesc „învis” și „prost ca o vacă”. El evită alți elevi și a fost văzut adesea cu urme de tăieturi pe mâini care păreau auto-provocate.





**10 carduri cu emoții: furie, dezgust, frică, fericire, tristețe, surpriză,  
dezinteres, puternic, vulnerabil/neputincios, singurătate.**





<b>Descrierea conținutul ui</b>	<b>Acțiuni și reacții adecvate atunci când ești victima bullying-ului</b>
<b>Rezultate e învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să identifice reacțiile și acțiunile victimelor bullying-ului <b>Abilități:</b> Să aleagă modul dorit de rezolvare (rezoluție) a scenei/situației <b>Competențe:</b> Să furnizezi reacții și acțiuni adecvate pentru scenariile de bullying date
<b>Materiale și echipame nte</b>	<i>Vă rugăm să indicați ce material veți folosi:</i> <ul style="list-style-type: none"><li>● Documente pentru scenarii de bullying</li><li>● Exemple de propoziții de rezoluție</li><li>● Lipici</li><li>● Hârtie colorată</li><li>● Foarfece</li><li>● Fișe de lucru</li><li>● Markere</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p>Există multe moduri în care oamenii pot răspunde la situații care implică bullying-ul.</p> <p><b>Unele dintre posibilele răspunsuri la ceea ce ar trebui să faceți sunt următoarele:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Raportați bullying-ul (<i>De reflectat</i>: De ce, în general, nu este raportat?) Este important pentru elevi să raporteze bullying-ul unui adult în care au încredere, un profesor, părinte, sau specialist.</li><li>- Evită să fii singur și folosește spații și locuri sigure: Ori de câte ori este posibil, evitați situațiile /locurile unde nu sunt alți elevi sau profesori/adulți în jur.</li><li>- Fiți foarte atenți și încercați să mergeți la și de la școală în grupuri.</li><li>- Folosește umorul</li><li>- Ignoră persoana</li></ul> <p>Altele: Spune STOP, stai calm, mergi mai departe, caută hobby-uri noi, prieteni, interese. Salvează dovezi, raportează, și blochează internetul în caz de Cyberbullying.</p>



	<p><b>Unele dintre posibilele răspunsuri la ceea ce nu ar trebui să faceți, sunt următoarele:</b></p> <p>Nu răspundeți la bullying cu bullying</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Poate fi dificil să nu răspundeți la fel sau să vă arătați furia sau lacrimile, dar ar trebui fie să îi spuneți calm agresorului să se oprească, fie pur și simplu să plecați.</li><li>- Nu începeți să răspândiți zvonuri urâte despre ceilalți copii</li></ul> <p>Nu face nimic sau izolează-te</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Nu este sănătos să crezi că ai făcut ceva greșit și că meriți felul în care se comportă prietenii tăi cu tine.</li></ul>
<b>Durată</b>	<i>45 minute</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p>Lucru individual</p> <p><i>Acest exercițiu explorează acțiunile și reacțiile adecvate ale victimelor bullying-ului. Scopul principal al exercițiului este de a alege rezoluțiile (posibile soluții) dorite ale scenelor care pot oferi reacții adecvate și de a discuta impactul diferitelor moduri în care oamenii pot răspunde la situații care implică bullying.</i></p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Citiți cele 4 scenarii de bullying.</li><li>2. Citiți modelele de propoziții de rezoluție.</li><li>3. Alegeți reacția și acțiunea corespunzătoare din exemplele de propoziții de rezolvare (Fișa de lucru 1).</li><li>4. Gândiți-vă la alte reacții și acțiuni adecvate.</li><li>5. Lipiți pe o hârtie reacția și acțiunea corespunzătoare pentru scenariile de bullying.</li><li>6. Dacă este posibil, consultă-te cu o altă persoană și vezi dacă este de acord cu ceea ce ai ales.</li></ol> <p>Creați o insignă, scriind cuvinte drăguțe și pozitive (insigna bunătății). Folosiți hârtie colorată, lipici, foarfece și creioane. Dă-i unuia dintre colegii tăi insigna.</p>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Bullying, Acțiune</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	<p>KWL (Ce Știu/Ce vreau să știu/Învăț)</p> <p>Folosiți un tabel KWL pentru a vă înregistra cunoștințele anterioare pe această temă, ce dorești să știi și ceea ce ai învățat. Utilizați diferite markere colorate pentru a reprezenta vizual noua voastră lecție învățată (Fișa de lucru 2).</p>



<b>Surse / lecturi / resurse supliment are</b>	<a href="https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/bullying">https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/bullying</a> <a href="https://dictionary.apa.org/action">https://dictionary.apa.org/action</a> <a href="http://www.eycb.coe.int/composito">http://www.eycb.coe.int/composito</a> <a href="http://www.pexels.com">www.pexels.com</a>
--	---

## FOI DE LUCRU

**Mai citiți odată scenariile de bullying și alegeți reacția și acțiunea corespunzătoare din exemplele de propoziții de rezoluție!**

### Scenarii de Bullying:

1. Unii dintre colegii tăi răspândesc zvonuri ofensatoare despre tine, inclusiv pe internet. Alții nu vă vor vorbi și nu știu ce să creadă. Ai văzut și niște colegi chicotind când se uitau la tine. Ce ar trebui să faci?
2. Ești un refugiat într-o școală nouă. Colegii tăi spun lucruri rasiste despre tine, își bat joc de limba engleză care o vorbești și îți spun să te întorci acasă, chiar dacă ești mai pregătit decât ei la unele materii. Ce ar trebui să faci?
3. Unul dintre colegii tăi desenează o caricatură a ta care exagerează statura ta mică. Alți colegi te tachinează și îți bat joc de tine din cauza asta. Ce ar trebui să faci?
4. Unii dintre colegii tăi îți arată mereu semnul antipatiei (dislike sign), indiferent ce faci. Chiar dacă te descurci mai bine decât ei la cursuri, ei continuă să-ți arate semnul antipatiei.



## Exemple de propoziții de rezoluție:

1. Ignoră-le și continuă-ți munca zilnică.

Folosește umorul.

Spune-i profesorului/părinților despre asta.

Nimic. Dacă toată lumea crede că zvonurile sunt adevărate, nimeni nu te va crede.

Urlă la ei.

Amenință că ai să-i rănești.

2. Ignorați-le și continuați-vă munca zilnică.

Spune-i profesorului tău că colegii tăi spun lucruri rasiste.

Luați câteva lecții de engleză.

Nimic. El/ea are o zi proastă și nu are nimic de-a face cu tine.

Începe să lipsești de la școală pentru că nu-ți place să mergi acolo.

3. Luptă împotriva lui.

Evitați-l/i, încercați să păstrați distanța.

Folosește umorul.

Desenează o caricatură a lui.

4. Ignorați-le și continuați-vă munca zilnică.

Urlă/Țipă la ei.

Luptă împotriva lor.

Nimic. Au o zi proastă și nu are nimic de-a face cu tine.

Începe să lipsești pentru că nu-ți place să mergi la școală.

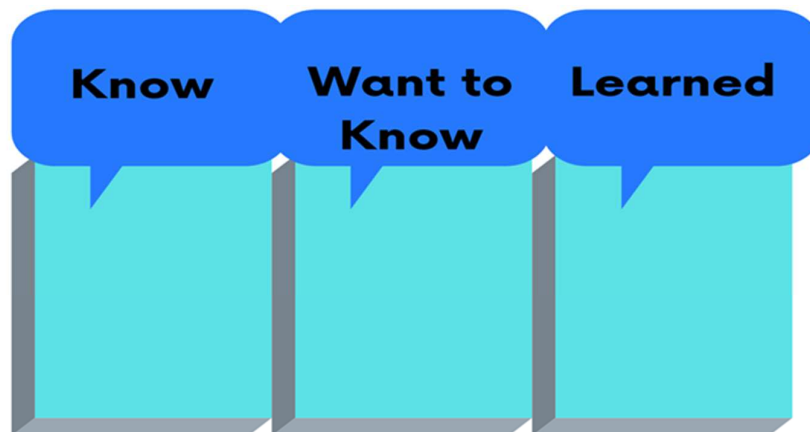


## FIȘĂ DE LUCRU 2

**KWL (A ști/Vrei să știi/Învățați)**

Folosiți un tabel KWL pentru a vă înregistra cunoștințele anterioare pe această temă, ce dorești să știi și ceea ce ai învățat. Folosește diferite markere colorate pentru a reprezenta vizual noua ta lecție învățată.

**K/W/L**





<b>Descrierea conținutului</b>	Raportați bullying-ul  Identificați persoane de încredere care vă pot ajuta atunci când sunteți agresat
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să descrie situații în care a cerut ajutorul cuiva <b>Abilități:</b> Să aleagă persoana care poate ajuta în funcție de situație <b>Competențe:</b> Să facă față situațiilor de bullying căutând ajutor adecvat
<b>Materiale și echipamente</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Hârtie – A4 (poate fi colorată)</li><li>● Pixuri</li><li>● Foi de lucru</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lección teoretice</b>	<p><i>Încercăm să răspundem la următoarele întrebări:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>· <i>Oamenii care sunt hărțuiți au nevoie de ajutor și sprijin? De ce?</i></li><li>· <i>Unde pot găsi ajutor și sprijin oamenii care sunt hărțuiți?</i></li><li>· <i>Cine are răspunderea să ajute și să sprijine copiii atunci când sunt hărțuiți?</i></li></ul> <p>Din păcate, aproape toate studiile sugerează că majoritatea copiilor și tinerilor care au fost hărțuiți (50-75% în majoritatea studiilor) nu au raportat unui adult, la școală. Unele studii indică faptul că i-au spus unui părinte, dar mulți dintre ei preferă tăcerea.</p> <p>Dacă ai suferit din cauza bullying-ului, nu ești singur. Există oameni care vă pot ajuta să identificați acțiunile pe care le puteți întreprinde pentru a îmbunătăți lucrurile. Bullying-ul este atunci când o persoană sau un grup de persoane face pe cineva să se simtă rănit, înfricoșat sau jenat, în mod intenționat și repetat. Fie că este fizic, verbal sau emoțional, bullying-ul doare. Dacă ai suferit din cauza bullying-ului, nu este vina ta.</p> <p>Așa că nu continua singur – cereți ajutor și încercați să faceți acești pași pentru a îmbunătăți situația:</p> <p><i>În acel Moment...</i></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Mergi mai Departe: Dacă este posibil, ieșiți imediat din situație.</li><li>2. Spune "Stop:" Dacă te simți în siguranță, spune-i agresorului să se oprească într-un mod ferm, dar calm. Dacă te simți încrezător să faci asta, folosește umorul sau un răspuns inteligent pentru a slăbi efectul comportamentului răutăcios.</li><li>3. Păstrează-ți Calmul: Încercați să vă controlați emoțiile, acum. Arătarea</li></ol>





fricii sau a furiei poate influența agresorul.

4. Nu Lupta: Încercați să nu răspundeți prin luptă sau să nu vă intimidați - acest lucru poate continua ciclul comportamentului rău.

*După Incident ...*

1. Spune-i unui prieten: Nu ține bullying-ul în secret. Spune-i unui prieten și cere sprijin. Te vei simți mai bine, iar prietenul tău te poate ajuta să decizi ce să faci în continuare și să te însoțească pentru a avea asistență.
2. Raportați unui adult: spuneți unui adult de încredere ce sa întâmplat. Păstrarea tăcerii nu va îmbunătăți lucrurile și poate agrava situația. Raportarea unei probleme grave nu este același lucru cu „pâra”. Adulții trebuie să știe despre comportamentul de bullying, astfel încât să te poată sprijini și să ia măsuri pentru a-l opri.

*Între Timp...*

1. Găsiți locuri sigure: Încercați să evitați „zonele periculoase” în care este posibil să aibă loc bullying-ul și unde sunt puțini adulți care vă pot ajuta. Încercați să vă înconjurați de prieteni sau colegi de clasă care vă susțin, ori de câte ori puteți.
2. Exersați răspunsul: reflectați asupra modului în care ați putea reacționa la intimidare în viitor și repetați aceste răspunsuri cu un prieten sau un adult de încredere. Gândiți-vă la ce strategii au funcționat sau au eșuat și nu renunțați dacă primul răspuns nu este promițător.
3. Exprimați-vă sentimentele: ține un jurnal sau începe unul – scris, electronic sau video – unde vă puteți nota gândurile și sentimentele personale. Este important să te exprimi, mai ales când treci printr-o perioadă grea.
4. Caută noul: Găsește noi prieteni, hobby-uri sau interese care îți ocupă timpul în moduri pozitive și te fac să te simți bine cu tine însuși. Evitați să petreceți prea mult timp de unii singuri.

*Exemple de persoane care vă pot ajuta: prieten, părinte, profesor, instructor, frate, altă rudă, consilier, director, administrator de școală, într-un magazin: vânzătorul, într-un spațiu public: un polițist, un tutore.*

*Prin identificarea persoanei care vă poate ajuta, în funcție de situație, puteți face față situațiilor de bullying și puteți obține ajutorul adecvat.*

**Durată**

25 minute



<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><i>Activitate individuală</i></p> <p><i>Acest exercițiu îi ajută pe copii să identifice persoanele care pot veni în ajutorul copiilor care sunt hărțuiți. Persoanele care sunt agresate au nevoie de ajutor și sprijin. Scopul exercițiului este de a discuta unde pot găsi ajutor și sprijin persoanele agresate.</i></p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Desenați câte inimi doriți pe o hârtie colorată (cu cât mai multe, cu atât mai bine)</li><li>2. După aceea, trebuie să scrieți deasupra lor persoane care pot ajuta elevii atunci când sunt hărțuiți</li><li>3. Gândiți-vă la situațiile în care un elev poate cere ajutorul acelei persoane și scrieți-l.</li><li>4. Dacă este posibil, confruntă-te cu o altă persoană și vezi dacă este de acord cu ceea ce ai ales.</li></ol> <p>Încercați să descrieți, pe o bucată de hârtie, un plan de acțiune. Ce pași ar trebui să facă o victimă a bullying-ului pentru a raporta agresiunea?</p>
<b>Cuvinte cheie</b>	<p><i>Bullying, Încredere, Raportați.</i></p>
<b>Metoda de evaluare</b>	<p>5 Stele cu Întrebări</p> <p>Puneți întrebări folosind cuvintele scrise pe stele (cine? ce? unde? când? de ce?) și scrieți răspunsurile (Fișă de Lucru)</p>
<b>Surse /lecturi /resurse suplimentare</b>	<p><a href="https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/bullying">https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/bullying</a> <a href="https://dictionary.apa.org/trust">https://dictionary.apa.org/trust</a> <a href="https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/report">https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/report</a> <a href="https://www.stopbullying.gov/sites/default/files/2017-10/prnt_friendly_speaker_notes.pdf">https://www.stopbullying.gov/sites/default/files/2017-10/prnt_friendly_speaker_notes.pdf</a> <a href="https://www.adl.org/sites/default/files/documents/assets/pdf/education-outreach/10-Ways-to-Respond-to-Bullying.pdf">https://www.adl.org/sites/default/files/documents/assets/pdf/education-outreach/10-Ways-to-Respond-to-Bullying.pdf</a> <a href="http://www.pexels.com">www.pexels.com</a></p>



## FOI LUCRU

Puneți întrebări folosind cuvintele scrise pe stele (cine? ce? unde? când? de ce?)  
și scrieți răspunsurile





## Unitatea 7: Învățarea elevilor de liceu ce să facă atunci când sunt martorii unei situații de bullying



<b>Descrierea conținutului</b>	Răspunsurile diferite ale privitorilor/spectatorilor la bullying
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Identificați răspunsurile celor din jur la bullying  <b>Abilități:</b> Descrieți răspunsurile celor din jur la bullying  <b>Competențe:</b> Diferențiați reacțiile dezirabile de cele nedorite la bullying
<b>Materiale și echipamente</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>●Pixuri</li><li>●Creioane</li><li>●Hârtie de scris</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	Unul dintre numeroasele aspecte care presupun cunoașterea și înțelegerea fenomenului de bullying, este comportamentul și reacțiile spectatorilor, cei care sunt martori la hărțuirea și umilirea copiilor de către alți copii, în școli și în afara acestora. În urma unor studii privind reacțiile și rolul spectatorilor în situațiile de bullying, unul dintre lucrurile care s-au aflat este că <b>bullying-ul</b> este un <b>fenomen de grup</b> . Ceilalți membri ai grupului, arată aceste studii, sunt prezenți în majoritatea episodurilor de bullying. În ciuda prezenței lor, elevii intervin rareori pentru oprirea atacurilor asupra colegilor lor. Cu toate acestea, în urma observării numeroaselor situații de bullying, dar și a multiplelor studii întreprinse în această direcție, au fost evidențiate mai



multe comportamente și tipuri de reacții ale celor din jur. De asemenea, s-a constatat că diferitele răspunsuri ale celor din jur la un act de bullying sunt legate de mai multe aspecte, inclusiv de **vârsta și sexul celor din jur, nivelul de educație și mediul socio-cultural și climatul școlar**. Luând în considerare acești factori, s-a stabilit că spectatorii joacă roluri diferite în timpul unui act de bullying. Acestea sunt:

### 1. Cei din afară - acceptând pasiv bullying-ul

În acest caz, ceilalți, spectatorii/ privitorii, sunt martori ai situației de bullying, dar stau în afara ei și nu se implică. Această pasivitate și neimplicare au fost explicate în mai multe moduri.

În primul rând, cei care sunt martori ai bullying-ului nu sunt siguri care este rolul lor și ce pot face pentru oprirea bullying-ului. Aparent, este o lipsă sau o slabă dezvoltare a empatiei și a abilităților emoționale și sociale ale celor din jur. Ei nu intervin pentru că nu știu cum, nu pentru că nu vor sau nu sunt impresionați de situația gravă prin care trece victima. Alți copii nu intervin de frică. Se tem că, dacă o vor face, atât agresorul, cât și grupul de spectatori se vor întoarce împotriva lor. Alte studii sugerează că, deși majoritatea participanților nu susțin practica hărțuirii și le este jenă și greu să privească, cu toate că admiră pe cei care intervin pentru a pune capăt acesteia, foarte puțini aleg să intervină pentru că consideră că victimele sunt hărțuite. În astfel de cazuri, copiii, dar și adulții, pot avea impresia că victimele își „merită” agresiunea purtându-se la fel ca și agresorul, într-un mod urât și provocator. De asemenea, sunt percepuți ca slabi și vulnerabili prin atragerea acestor atacuri de bullying, tocmai pentru că sunt slabi și incapabili să se apere. Mai ales băieții tind să nu sară în ajutorul altora care arată că le este frică. Cu toate acestea, astfel de explicații observate sau culese de cercetători se traduc printr-un nivel scăzut de empatie a spectatorului, lipsa sau prezența deficitară a abilităților sociale și emoționale, precum și lipsa de conștientizare a necesității de siguranță și protecție pe care o are orice copil, oricât de puternic ar fi sau oricât vulnerabil este. Desigur, toți copiii trebuie să se simtă în siguranță în școli!

O altă explicație se referă la fenomenul de **împărțirea responsabilității** și conceptul de **efect de spectator**, cercetat în anii '70 de John Darley și Bibb Latane. Conform fenomenului de difuzare/împărțire a responsabilității, cei din jur simt că această responsabilitatea de a face ceva, este împărțită de întregul grup. Acest lucru le încetinește răspunsul sau nu reușesc deloc să răspundă. În plus, spectatorii pot răspunde încet, deoarece îi monitorizează



pe ceilalți din grup pentru a le vedea reacțiile. Ei încearcă să stabilească dacă situația este suficient de gravă pentru a face ceva și vor urmări să vadă dacă altcineva va face un pas înainte. Uneori, când nimeni nu face un pas înainte, cei din jur se simt îndreptățiți să nu facă nimic. Această acțiune este adesea numită **efectul spectator**.

Toate acestea sugerează că privitorul poate fi el însuși o victimă atunci când este martor la un act de bullying. De fapt, a fi martor la hărțuire creează o gamă largă de emoții, tensiune și stres care pot avea o influență negativă asupra spectatorilor. De la anxietate și incertitudine, la frică și vinovăție, bullying-ul are un impact semnificativ asupra spectatorilor.

## 2. Apărătorii

Aceștia sunt spectatorii care sprijină/apără victima bullying-ului, fie cerând ajutor de la alți spectatori sau raportând bullying-ul adulților, fie prin intervenție directă apărând victima sau cerând agresorului să înceteze. Spectatorii din apărare își manifestă sprijinul față de victimă atunci când agresiunea are loc, în timpul acesteia sau poate fi extins ulterior și asupra persoanei care este agresată prin alte acțiuni care abordează hărțuirea – consiliere psihologică, de exemplu. Deducem, spre deosebire de primul rol jucat de spectatori și prezentat aici, acela al acceptării pasive a bullying-ului, că în acest caz, avem de-a face cu spectatori cu un nivel ridicat de empatie, toleranță scăzută față de nedreptatea unui act de hărțuire, agresivitate, și umilire și, poate, cu un nivel mai bun de dezvoltare a abilităților emoționale și sociale necesare pentru a interveni în astfel de situații de bullying.

## 3. Susținătorii

Sunt acei spectatori/privitori care prin comportamentele și atitudinile lor îi susțin și îi încurajează pe agresori și nu pe cei care sunt agresați, așa cum ar trebui. Susținătorii se pot alătura agresorului pentru a intimida victima, chiar mai mult, pot râde, aplauda și se pot bucura de situația ei, în timpul sau după incident.

## 4. Asistenții agresorului

Ca niște susținători, asistenții agresorului îl susțin și îl încurajează alăturându-i-se prin diverse gesturi, comportamente, atitudini și chiar acțiuni concrete. De exemplu, un asistent poate restricționa fizic sau bloca ținta bullying-ului, astfel încât să nu poată scăpa.



<b>Durață</b>	45 minute
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><i>Lucru în grup</i></p> <p><i>Acest exercițiu îi ajută pe participanți să identifice posibilele reacții ale celor din jur la situațiile de bullying și să diferențieze reacțiile de dorit, de cele nedorite la bullying.</i></p> <p><i>Exercițiu:</i></p> <p><i>Citiți partea teoretică! Citiți povestea despre bullying din <b>foile de lucru</b> și:</i></p> <ol style="list-style-type: none"><li><i>1. Identificați reacțiile spectatorilor/privitorilor la intimidare și subliniați-le.</i></li><li><i>2. Dați cât de multe exemple vă puteți gândi, în afară de cele din poveste, cu privire la ce altceva ar fi putut face cei care privesc/asistă, la această situație de bullying.</i></li><li><i>3. Împărțiți exemplele dvs. în aceste patru categorii: <b>străini, apărători, susținători, asistenți ai agresorului.</b></i></li></ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Bullying, Spectator la Bullying, Bully(agresor), Outsider(privitor), Apărător, Asistent, Împărțirea responsabilității</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	<p>Întrebări de reflecție</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. De ce crezi că unii privitori aleg să fie SPECTATORI (acceptând pasiv bullying-ul)?</li><li>2. De ce crezi că unii privitori aleg să fie APĂRĂTORI?</li><li>3. De ce crezi că unii privitori aleg să fie SUSȚINĂTORI?</li><li>4. De ce crezi că unii trecători aleg să fie ASISTENȚII AGRESORULUI?</li></ol> <p>Dacă este posibil discutați răspunsurile cu un coleg.</p>
<b>Surse / lecturi / resurse suplimentare</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>●BULLYING   meaning in the Cambridge English Dictionary. Retrieved October 11, 2021 from Cambridge Dictionary   English Dictionary, Translations &amp; Thesaurus website</li><li>●Bystanders to Bullying   StopBullying.gov Retrieved October 11, 2021 from stopbullying.gov website</li><li>●BULLY   meaning in the Cambridge English Dictionary Retrieved October 11, 2021 from Cambridge Dictionary   English Dictionary, Translations &amp; Thesaurus website</li><li>●OUTSIDER   meaning in the Cambridge English Dictionary Retrieved October 11, 2021 from Cambridge Dictionary   English Dictionary, Translations &amp; Thesaurus website</li><li>●DEFENDER   meaning in the Cambridge English Dictionary Retrieved October 11, 2021 from Cambridge Dictionary   English Dictionary,</li></ul>



#### Translations & Thesaurus website

- <sup>6</sup>ASSISTANT | meaning in the Cambridge English Dictionary Retrieved October 11, 2021 from Cambridge Dictionary | English Dictionary, Translations & Thesaurus website
- Bystander effect - Diffusion of responsibility | Britannica Retrieved October 11, 2021 from Cambridge Dictionary | English Dictionary, Translations & Thesaurus website
- Harwood, R., Miller, S. A., Vasta, R., "Relațiile dintre copii. Acceptarea de către alți copii - Cercetare și societate: *Hărțuirea și victimizarea la școală*", în *Psihologia copilului*, Editura Polirom, 2010, Iași
- "How to Intervene to Stop Bullying" Retrieved April 20, 2021 from truesport.org Website How to Intervene to Stop Bullying (truesport.org)
- "Bystanders are Essential to Bullying Prevention and Intervention". Retrieved April 20, 2021 from stopbullying.gov website: Bystanders are Essential to Bullying Prevention and Intervention (stopbullying.gov)
- www.pexels.com

## FOI DE LUCRU

### O poveste despre bullying

Andrew, Bill și John sunt elevi în clasa a șaptea. Andrew și Bill sunt prieteni buni. Le place să joace fotbal, să se viziteze după școală și să se ajute reciproc la teme. John este foarte timid; nu are prieteni și are note foarte slabe la matematică. Andrew și Bill râd de obicei când profesorul de matematică îi pune o întrebare lui John sau îi cere să rezolve un exercițiu la tablă. Astăzi, John a luat o notă proastă la matematică. În timpul pauzei, Andrew și Bill l-au numit pe John „prost”, „un fraier” și au aruncat cu pixuri și creioane în el. George, Mary și Mark au fost martorii întregii scene. Restul colegilor nu erau în clasă. George a început să râdă, Mark le-a spus lui Andrew și lui Bill să înceteze să mai facă acele lucruri spunând că nu le-ar plăcea dacă cineva le-ar face aceleași lucruri și Mary doar i-a privit, fără să spună sau să facă nimic.





De făcut:

1. Identificați reacțiile spectatorilor/privitorilor la intimidare și subliniați-le.
2. Dați câte alte exemple vă puteți gândi, pe lângă cele din poveste, cu privire la ce alte reacții ar fi putut avea spectatorii.

3. Împărțiți exemplele dvs. în aceste patru categorii:

1. *SPECTATORI/PRIVITORI*

2. *APĂRĂTORII*

3. *SUSȚINĂTORII*



#### 4. ASISTENȚII AGRESORULUI

*Răspunsuri cheie:*

##### O poveste despre bullying

Andrew, Bill și John sunt elevi în clasa a șaptea. Andrew și Bill sunt prieteni buni. Le place să joace fotbal, să se viziteze după școală și să se ajute reciproc la teme. John este foarte timid; nu are prieteni și are note foarte slabe la matematică. Andrew și Bill râd de obicei când profesorul de matematică îi pune o întrebare lui John sau îi cere să rezolve un exercițiu la tablă. Astăzi, John a luat o notă proastă la matematică. În timpul pauzei, Andrew și Bill l-au numit pe John „prost”, „un fraier” și au aruncat cu pixuri și creioane în el. George, Mary și Mark au fost martorii întregii scene. Restul colegilor nu erau în clasă. George a început să râdă, Mark le-a spus lui Andrew și lui Bill să înceteze să mai facă acele lucruri, spunând că nu le-ar plăcea dacă cineva le-ar face aceleași lucruri și Mary doar i-a privit, fără să spună sau să facă nimic.

1. *Identificați reacțiile spectatorilor/privitorilor la bullying și subliniați-le.*

2. *Dați câte alte exemple vă puteți gândi, pe lângă cele din poveste, cu privire la ce alte reacții ar fi putut avea spectatorii.*

- *joacă un joc pe telefon*
- *aplaudând*
- *numindu-l și „prost”.*



- *de asemenea aruncarea cu lucruri în el*
- *să-i spună lui Andrew și Bill că fac o treabă grozavă*
- *să te apropii de John și să-l scoți din clasă pentru ca toată scena să se termine*
- *chemarea unui profesor pentru ajutor*
- *ieșirea din clasă pentru a găsi un adult care poate să ajute*
- *etc.*

### *3. Împărțiți exemplele dvs. în aceste patru categorii*

#### *1. Privitori/spectatori*

- *jucarea unui joc pe telefon*

#### *2. Apărătorii*

- *să te apropii de John și să-l scoți din clasă pentru ca toată scena să se termine*
- *chemarea unui profesor pentru ajutor*
- *ieșirea din clasă pentru a găsi un adult care poate ajuta*

#### *3. SUSȚINĂTORI*

- *aplaudând*
- *să-i spună lui Andrew și Bill că fac o treabă grozavă*

#### *4. ASISTENȚII AGRESORULUI*

- *numindu-l și „prost”.*
- *de asemenea să arunce cu lucruri în el*



## Unitatea 7: Învățarea elevilor de liceu ce să facă atunci când sunt martorii unei situații de bullying

<b>Descrierea conținutului</b>	De la spectator la ajutor
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să numească reacțiile de bullying ale spectatorilor atunci când sunt martori la o situație de bullying <b>Abilități:</b> Să evalueze gradul de utilitate al reacțiilor specifice ale spectatorilor la situațiile de agresiune <b>Competențe:</b> Să aleagă cele mai potrivite reacții în situațiile de bullying
<b>Materiale și echipamente</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Pixuri</li><li>● Foi de lucru</li><li>● Hârtie de scris</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p>Modul în care cei care asistă (privitorii) reacționează la o situație de bullying este foarte important, deoarece pot fie să încurajeze, fie să inhibe comportamentul agresorului/agresorilor. Privitorii care nu iau nicio măsură încurajează comportamentul de bullying să continue. Spectatori/Privitorii trebuie să știe care acțiuni sunt utile și care nu sunt utile, atunci când sunt martori unei agresiuni și că trebuie să acționeze imediat raportând, decurajând sau intervenind într-un mod sigur.</p> <p>Se pare că prezența lor pasivă (a <b>privitorilor</b>) încurajează actul de bullying, precum și pe autorul acestuia, agresorul. Deseori simte și joacă rolul celui aflat în centrul atenției, al vedetei, atenție pe care o caută adesea, dar pe care nu o primește altfel sau nu o găsește altundeva. Este urmărit, încurajat, uneori chiar aclamat și aplaudat, primind exact genul de răspuns pe care îl caută și îl așteaptă, pentru a-și continua hărțuirea.</p> <p>De multe ori, agresorul profită și vede în grup, în reacțiile pasive ale privitorilor, ocazia perfectă de a-și etala „puterea”, „autoritatea”, „curajul”, obrăznicia și îndrăzneala. În acest fel, prezența pasivă a spectatorilor îi dă curaj și imbold să continue hărțuirea și umilirea victimei. Imaginați-vă un</p>



actor sau cântăreț care cântă într-o sală imensă și aglomerată, care la un moment dat începe să se golească sau care, în loc de aplauze, îl huiduie și apostrofează pe cel/cea de pe scenă, pentru felul în care joacă. Ar putea să-și continue spectacolul?

Uneori, secretul sau cheia pentru oprirea bullying-ului chiar înainte de a începe, este coeziunea de grup și solidaritatea împotriva bullying-ului. Acestea trebuie să se reflecte în atitudinea și comportamentul spectatorilor și trebuie să se manifeste ori de câte ori copiii devin spectatori ai actelor de intimidare și agresiune. După cum s-a constatat în multe cazuri, copiii care asista, cei din jur, nu știu cum să intervină în favoarea victimei, deși ar dori să facă acest lucru. Este important să discutați cu copiii despre ce pot face atunci când văd că la școală are loc o hărțuire. Apoi, oferiți-le câteva idei despre cum poate răspunde copilul la bullying. Nu numai că un răspuns adecvat la bullying ajută victima, dar îl ajută și pe copil să evite efectele negative ale asistării la un incident de bullying. Iată câteva sfaturi utile pentru profesori, părinți și copii, de fapt, 7 sfaturi concrete pentru a răspunde corespunzător situațiilor de bullying:

1. Evitați să vă alăturați agresorului, actului de hărțuire sau să râdeți de victimă sau de situație. Uneori copiii vor fi zgomotoși, fericiți, râzând atunci când apare bullying-ul. Chiar și un râs nervos îi oferă agresorului răspunsul pe care îl caută. Explicați copiilor că vă așteptați să nu se alăture agresiunii. Chiar dacă nu se simt suficient de curajoși să facă ceva în acel moment, ei pot cel puțin să evite să cedeze presiunii colegilor și să râdă cu ceilalți.
2. Ieși din locul bullying-ului. Uneori, agresorii caută pur și simplu atenție. Și dacă nu au audiență, se vor opri. Spune-le copiilor că uneori tot ceea ce este nevoie pentru a ajuta o victimă este să scape de incident sau să ignore agresorul. Totuși, reamintiți-i copilului să raporteze agresiunea unui adult, pentru ca acesta să nu se mai repete.
3. Spune-i agresorului să se oprească. De obicei, dacă un agresor nu primește o atenție pozitivă din partea mulțimii, el se va opri. Este nevoie doar de una sau două persoane care să-i arate dezaprobare, iar agresiunea se va opri. Spuneți copiilor să folosească această metodă numai dacă se simt în siguranță. Dacă agresorul reprezintă o amenințare fizică, o altă opțiune poate fi să ceri ajutor.
4. Anunțați și cereți ajutorul unui adult. Încurajează-ți copilul să plece calm de la un incident de agresiune și să caute ajutor. Acest lucru ar trebui făcut discret pentru a ține copilul departe de pericol. Dacă agresiunea nu este semnalată, va continua. Mai mult, dacă copilul este martor la agresiune și este dispus să spună cuiva ceea ce a văzut, asta ajută foarte mult victima.
5. Utilizați un telefon mobil pentru a suna sau pentru a trimite sms-uri



	<p>de ajutor. Dacă copilul dumneavoastră are un telefon mobil, spuneți-i că poate suna sau trimite mesaje unui adult în orice moment și poate cere ajutor. Făcând acest lucru, copilul evită să spună ceva direct agresorului, dar oferă o modalitate de a ajuta victima.</p> <p>6. Solicitați susținerea celorlalți privitori/spectatori. Uneori este mai sigur și mai eficient dacă un grup de copii se confruntă cu agresorul. De fapt, cercetările arată că atunci când colegii intervin într-un incident de bullying, agresiunea încetează în aproape 60% din cazuri. Amintiți-le copiilor că există puterea celor mulți și încurajați-i să-și adune prietenii pentru a pune capăt bullying-ului de la școală.</p>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><i>Această activitate le oferă cursanților posibilitatea de evaluare a diferitelor reacții pe care cei din jur le au de obicei în cazul unei situații de bullying. Scopul acestei activități este de a face participanții conștienți de cele mai potrivite reacții ale celor apropiere, la situațiile de bullying.</i></p> <p><i>1. Luați fișa de la exercițiul anterior.</i></p> <p><i>2. Pentru fiecare exemplu de pe fișă (articolul 2) scrieți un număr în fața lui, de la 1 la 5, unde: 1=acest comportament înrăutățește situația și 5=acest comportament este foarte util.</i></p> <p><i>3. Rearanjați exemplele într-o ordine descendentă</i></p>
<b>Durăță</b>	40 minute
<b>Cuvinte cheie</b>	Comportament, Ajutor, Observator/Privitor la bullying, Coeziunea de grup.
<b>Metoda de evaluare</b>	<p>Scrive o scrisoare</p> <p>Imaginați-vă că doriți să învățați un grup de elevi ce să facă și ce să nu facă atunci când asistați la o scenă de bullying. Scrieți o scurtă scrisoare pe care să o citească elevii, în care explicați de ce ar trebui să aleagă anumite comportamente și de ce să evite altele.</p>



<p><b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● BEHAVIOUR   Meaning &amp; Definition for UK English   Lexico.com Retrieved October 11, 2021 from Definitions, Meanings, &amp; Spanish Translations   Lexico.com website</li> <li>● HELPER   Meaning &amp; Definition for UK English   Lexico.com Retrieved October 11, 2021 from Definitions, Meanings, &amp; Spanish Translations   Lexico.com website</li> <li>● Bystanders to Bullying   StopBullying.gov Retrieved October 11, 2021 from StopBullying.gov website</li> <li>● group cohesion – APA Dictionary of Psychology Retrieved October 11, 2021 from APA Dictionary of Psychology website</li> <li>● Crume, W. and Lemaster, K. "Bullying Awareness Lessons, Activities and Resources". Retrieved April 20, 2021 from 4-h.ca.uky.edu Website: stc11_bullying_program.doc_1.pdf (uky.edu)</li> <li>● Padgett, S. and Notar, C. "Bystanders are the Key to Stopping Bullying", Retrieved July 1, 2021 from Universal Journal of Educational Research, Website: EJ1053992.pdf (ed.gov)</li> <li>● Who is involved?   Bullying Free NZ</li> <li>● Harwood, R., Miller, S. A., Vasta, R., "Relațiile dintre copii. Acceptarea de către alți copii - Cercetare și societate: Hărțuirea și victimizarea la școală", în <i>Psihologia copilului</i>, Editura Polirom, 2010, Iași</li> </ul>
--	--

<p><b>Descrierea conținutului</b></p>	<p><i>Calitățile și înțelegerea celor care ajută/salvează</i></p>
<p><b>Rezultatele învățării</b></p>	<p><b>Cunoștințe:</b> Să identifice calitățile și înțelegerea ajutoarelor/salvatorilor</p> <p><b>Abilități:</b> Să descrie profilul ajutoarelor/salvatorilor</p> <p><b>Competențe:</b> Să rezolve pozitiv o situație de bullying</p>
<p><b>Materiale și echipamente</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Hârtie</li> <li>● Creioane</li> <li>● Markere</li> <li>● Pixuri</li> </ul>
<p><b>Cadru de lucru</b></p>	<p><i>Instruire individuală</i></p>
<p><b>Lecții</b></p>	<p>Am stabilit deja că unul dintre rolurile sau pozițiile prin care privitorii se</p>



**teoretice** raportează la situația de bullying este cel al apărătorilor. Așa cum am constatat în timpul manifestării a numeroase episoade de bullying cu spectatori/privitori, unii dintre aceștia simt nevoia să acționeze, să intervină în favoarea victimei și în apărarea acesteia. De ce, spre deosebire de alți spectatori/privitori, aceștia intervin în apărarea victimei și opresc actul de hărțuire? Ce îi motivează pe acești oameni să adopte o astfel de atitudine? Care sunt calitățile acestor oameni? Cum se deosebesc de ceilalți spectatori? Am putea deduce că acești oameni au niște calități și trăsături de personalitate, precum **empatia, calmul, toleranța, onestitatea, responsabilitatea, încrederea în sine, căldura, atitudinea fără judecată, flexibilitatea, deschiderea** etc. care îi ajută să intervină eficient într-un caz de bullying.

Se pare că în cazul apărării (din partea celor care asistă/privesc) avem de-a face în primul rând cu un **nivel ridicat de empatie** care ajută pe cel care privește să înțeleagă și să fie conștient de suferința victimei, de sentimentele sale negative, de gravitatea actului de agresiune, de umilința față de care victima este supusă și nedreptatea care i se aduce. Astfel, **empatia, simțul dreptății, altruismul, căldura, deschiderea, toleranța și respectul față de oameni și nevoile acestora, ar putea fi calități esențiale cu roluri cheie în intervenția spectatorilor/privitorilor în situații de bullying.**

Empatia, ca abilitate socio-emoțională complexă de a înțelege ce simt alții și de ce simt așa, în fiecare situație și modul în care acțiunile lor îi pot influența pe ceilalți, este un proces treptat modelat atât de factori genetici, cât și de temperament (partea innăscută a personalității), precum și factorii de mediu, experiențele și cât de multă empatie este exercitată. În acest sens, este important să le oferim copiilor oportunități, la școală și în familie, prin care să-și exercite empatia, abilitățile emoționale și sociale, trăsăturile pozitive de personalitate menționate mai sus.

Se știe că empatia îi ajută pe copii, iar mai târziu ca adulți, să facă față mai bine situațiilor sociale, să se adapteze mai bine la diferite situații de viață, incluzând bullying-ul.

Problema care apare în situațiile de bullying este că, în multe cazuri, privitorii, deși vor simți nevoia să intervină pentru a ajuta victima atunci când efectul de spectator nu apare (împărțirea responsabilității altora și așteptarea ca alții să intervină), nu știu cum să o faci. Prin urmare, școala împreună cu familia trebuie să ajute copiii să intre în:

- **Formarea și dezvoltarea comportamentelor prosoziale și conștientizarea**





importanței acestora pentru bunăstarea și buna funcționare a unei societăți, grup sau comunitate (solidaritate, sprijin, ajutor, intervenție trecătoare, altruism, prietenie, cooperare, caritate, sacrificiu, simpatie, încredere, etc);

- **Educația, stimularea și dezvoltarea empatiei.** Adesea, copiii nu înțeleg gravitatea, conotațiile, suferința și implicațiile emoționale negative ale victimei directe a bullying-ului și chiar ale spectatorilor acestora. Ei dau adesea situației de bullying o conotație amuzantă, incapabile să se transpună în locul victimei și să-i înțeleagă suferința. Un adult își amintește cu tristețe de câteva episoade de bullying umilitor la care unii dintre colegii săi au fost supuși de către alți copii, fără ca el să intervină, ba chiar să se distreze mai mult din cauza suferinței colegilor hărțuiți. „Nu știu cum aș putea să arăt, să accept sau chiar să mă distrez din cauza suferinței și umilinței colegilor mei. Astăzi, mi se pare de neimaginat!”

- **Exercitarea, stimularea și dezvoltarea abilităților emoționale și sociale în școli și familii.** După cum am arătat mai sus, unii copii nu înțeleg sau nu știu cum să răspundă sau cum să intervină într-o situație de agresiune. În mare măsură, profesorii, școlile și familiile joacă un rol foarte important în a-i ajuta pe copii să-și înțeleagă rolurile în situații de agresiune. Învățarea socială, prin oferirea de modele, atât în școală, cât și în familie, de altfel, școala, profesorii și poziția familiei și abordarea hărțuirii pot transmite numeroase mesaje înalțătoare elevilor, poate deschide perspective și căi de schimbare a înțelegerii fenomenului de bullying, a atitudinii față de acesta, a conștientizării efectelor sale nocive. Comportamentele și atitudinile din școală, cele ale profesorilor față de elevi, dar și față de colegii lor pot fi edificatoare pentru cei care observă, elevi și profesori deopotrivă. De asemenea, familia, părinții trebuie sfătuiți cu privire la comportamentul, limbajul și atitudinile în prezența copiilor. Hărțuirea, tachinarea, bârfa, critica, defăimarea, violența verbală și comportamentală, atitudinile false, ipocrite și dăunătoare sunt adesea învățate din famili. De fapt, este întotdeauna adevărat în educație că schimbarea comportamentelor și atitudinilor copiilor noștri trebuie să înceapă cu schimbarea noastră, a adulților - profesori și părinți.

Un spectator care devine un ajutor/salvator, înțelege de obicei asta:

- Trebuie să luăm în serios bullying-ul.
- Trebuie să-i tratezi pe ceilalți cu respect și bunățate.



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Toți oamenii sunt egali.</li><li>• Este important să acționați când vedeți că cineva este ținta bullying-ului.</li><li>• A nu lua nici o măsură atunci când asistați la bullying înseamnă că sunteți de acord cu ceea ce se întâmplă.</li><li>• Poți oricând să apelezi la un adult de încredere pentru ajutor.</li><li>• Dacă așteptați ca altcineva să acționeze, acest lucru s-ar putea să nu se întâmple.</li></ul>
<b>Durată</b>	<i>35 minute</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p>Toată clasa</p> <p>Acest exercițiu explorează comportamentul celor din jur care vin în ajutor și ce calități și înțelegere sunt necesare pentru a deveni un ajutor.</p> <p><i>Exercițiu:</i></p> <p><i>1. Citiți partea teoretică de mai sus, care conține informații despre tema unității și poate fi un punct de plecare în această activitate.</i></p> <p><i>2. Scrieți o poveste despre bullying care se încheie cu un comportament dezirabil din partea celor din jur.</i></p> <p><i>3. Gândește-te la comportamentul pe care l-ai ales pentru a încheia povestea și desenează un tabel cu două coloane. În prima coloană scrieți 3-5 calități care credeți că au transformat privitorii/spectatorii din povestea dvs. într-un sprijin/ajutor, iar în coloana a doua, 3-5 lucruri pe care credeți că le-au înțeles privitorii/spectatorii din povestea dvs. pentru a fi de ajutor. (s).</i></p> <p><i>4. Luați o foaie de hârtie și creați un poster care să reprezinte calitățile și înțelegerea celor din jur care se transformă în ajutoare, în situații de bullying. Posterul poate conține atât desene, cât și cuvinte.</i></p>
<b>Cuvinte cheie</b>	Spectator/Privitor la bullying, Ajutor, Empatie, Prosocial, Abilități sociale



<b>Metoda de evaluare</b>	<p>Întrebări de reflecție</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <i>Cum pot profesorii să-i ajute pe adolescenți să dezvolte calitățile și înțelegerea necesare pentru a acționa corect atunci când sunt martori la bullying?</i></li><li>2. <i>Cum pot familiile să-i ajute pe adolescenți să dezvolte calitățile și înțelegerea necesare pentru a acționa corect atunci când sunt martori la bullying?</i></li></ol>
<b>Surse / lecturi suplimentare / resurse</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Bystanders to Bullying   StopBullying.gov Retrieved October 11, 2021 from stopbullying.gov website</li><li>● HELPER   Meaning &amp; Definition for UK English   Lexico.com Retrieved October 11, 2021 from Definitions, Meanings, &amp; Spanish Translations   Lexico.com website</li><li>● empathy – APA Dictionary of Psychology Retrieved October 11, 2021 from APA Dictionary of Psychology Website</li><li>● prosocial – APA Dictionary of Psychology Retrieved October 11, 2021 from APA Dictionary of Psychology Website</li><li>● social skills – APA Dictionary of Psychology Retrieved October 11, 2021 from APA Dictionary of Psychology Website</li><li>● Teaching Kids Not to Bully (for Parents) - Nemours Kidshealth</li><li>● <a href="https://fastresearchessays.com/characteristics-of-the-effective-helper/">https://fastresearchessays.com/characteristics-of-the-effective-helper/</a></li><li>● Gordon, S. (2020, December 1). "6 Ways Bullying Impacts Bystanders". Retrieved April 15, 2021 from verywellfamily Website: 6 Ways Bullying Impacts Bystanders (verywellfamily.com)</li><li>● <a href="https://www.stopbullying.gov/resources/research-resources/social-emotional-learning-bullying-prevention">https://www.stopbullying.gov/resources/research-resources/social-emotional-learning-bullying-prevention</a></li><li>● Harwood, R., Miller, S. A., Vasta, R., "Relațiile dintre copii. Acceptarea de către alți copii - Cercetare și societate: Hărțuirea și victimizarea la școală", în Psihologia copilului, Editura Polirom, 2010, Iași</li></ul>



## Unitatea 8: Forme și metode de intervenție și mediere pentru cadrele didactice în cazuri de bullying

<b>Descrierea conținutului</b>	Etapele de intervenție într-o situație de bullying
<b>Rezultatele învățării</b>	<p><b>Cunoștințe:</b> Enumerați fazele de intervenție într-o situație de bullying.</p> <p><b>Abilități:</b> Descrieți fazele de intervenție într-o situație de bullying.</p> <p><b>Competențe:</b> Să creeze scenarii de intervenție adecvate pentru fiecare fază de intervenție, într-o situație diferită de hărțuire.</p>
<b>Materiale și echipamente</b>	<p><i>Vă rugăm să indicați ce material veți folosi</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Hârtie</li><li>● Pixuri</li><li>● Test</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p>Recomandarea pentru profesorii Centrului pentru Copiii și Familii în Sistemul de Justiție al Clinicii London Family Court este să aibă o intervenție bazată pe următoarele faze atunci când se confruntă cu o situație de bullying la școală:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Opriți imediat hărțuirea.</li><li>2. Discutați separat cu agresorul și victima și încercați să înțelegeți ce s-a întâmplat, care sunt nevoile lor etc. Dacă există mai mult de un agresor, discutați cu fiecare separat. Este posibil ca agresorii să nege sau să minimizeze acțiunile lor.</li><li>3. Când discutați cu agresorul, concentrați-vă pe reiterarea comportamentului de așteptat în clasă, amintindu-i cu calm despre regulile școlii și ale clasei. Discutați sancțiunile care vor fi impuse pentru comportamentul de agresiune în viitor.</li><li>4. Victima trebuie să fie asigurată că va face tot posibilul pentru a preveni o recidivă.</li></ol>



	<p>5. Poți discuta în clasă cu alți elevi și fă-i conștienți de consecințele comportamentului de agresiune. Reiterează politica școlii de toleranță zero față de agresiune.</p> <p>6. Discutați cu părinții victimei și ai agresorului, cât mai curând posibil. Dacă este posibil, implicați părinții în conceperea unui plan de acțiune.</p> <p>7. Continuați să monitorizați comportamentul agresorului și siguranța victimei.</p> <p>8. Discutați cu consilierii, administratorii, profesorii și membrii personalului despre problemă și pentru a obține o mai bună înțelegere a acesteia.</p> <p>9. Dacă situația nu se schimbă, mutați agresorul -- nu victima -- din clasă.</p>
<b>Durăță</b>	<i>20 minute</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><i>Auto-reflecție</i></p> <p><i>Acest exercițiu este axat pe principalele faze de intervenție în caz de bullying și oferă profesorilor recomandări privind modul de reacție și acțiunile adecvate pentru rezolvarea eficientă a problemei.</i></p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Citiți fazele unei intervenții adecvate în caz de bullying.</li> <li>2. Luați un pix și o hârtie și pentru fiecare fază a intervenției scrieți un scurt scenariu (dialog, reacții, idei). Care ar fi exemplul tău pentru fiecare pas al intervenției?</li> <li>3. La final, răspunde la testul scurt.</li> </ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Agresor, victimă, intervenție, discuție, prevenire</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	Test scurt
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<a href="https://www.educationworld.com/a_issues/issues/issues103.shtml">https://www.educationworld.com/a_issues/issues/issues103.shtml</a>

### Test scurt:

Este ADEVĂRAT sau FALS?

1. Imediat după încetarea bullying-ului, trebuie să discutați cu părinții victimei și ai agresorului.

**A F**

2. Trebuie să discutați împreună cu victima și cu agresorul. **A F**



3. Puteți implica colegii, administratorii și membrii personalului școlii, discutând cu ei despre problemă și pentru a obține o mai bună înțelegere a acesteia. **A F**

4. Este important să avem o discuție în clasă despre bullying, consecințele acestui comportament și să subliniem politica școlii, de a nu-l permite. **A F**

5. Părinții nu ar trebui să fie implicați în cazul de hărțuire. **A F**

<b>Descrierea conținutului</b>	<b>Metode de intervenție și consiliere bazate pe compasiune și dialog non-violent</b>
<b>Rezultatele învățării</b>	<p><b>Cunoștințe:</b> Să aplice comunicarea asertivă și non-violentă a elevilor în relațiile dintre ei.</p> <p><b>Abilități:</b> Să aplice metode de intervenție și consiliere în caz de bullying, bazate pe compasiune și dialog non-violent.</p> <p><b>Competențe:</b> Oferiți intervenție și consiliere în situații de bullying.</p>
<b>Materiale și echipamente</b>	<p><i>Vă rugăm să indicați ce material veți folosi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Prezentare de caz</i></li> <li>● <i>Echipament de înregistrare</i></li> <li>● <i>Pixuri</i></li> <li>● <i>Hârtie</i></li> </ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lección teoretice</b>	<p>Compasiunea este capacitatea de a înțelege modul în care o persoană și ceilalți simt, pentru a ajuta la atenuarea suferinței lor. Fiind plin de compasiune, te poți înțelege mai bine pe tine și pe ceilalți și astfel, se reduc conflictele și crește starea de bine. Una dintre cele mai eficiente modalități de a stimula compasiunea este practicarea comunicării non-violente.</p> <p>Etapele procesului de comunicare non-violentă</p> <p><b>1. OBSERVAȚI</b></p> <p>Descrieți ceea ce sa întâmplat (ce a făcut sau a spus cineva) în fapte și nu interpretând sau judecând evenimentele. Gândește-te la tine, dacă ai fi o cameră de înregistrare, nu ai spune că o situație este bună sau rea, urâtă sau frumoasă. De exemplu: „X scrie pe Facebook despre Y care este urât și a început un val de comentarii cu înjurături pe Y”. Când împărtășiți observații, evitați cuvinte precum des, rar, niciodată, întotdeauna etc.</p> <p>Exemplu: – Interpretare/ judecată: „Întotdeauna îți batjocorești colegii și de aceea ei nu te susțin.”</p>



– Observație: „Colegii tăi nu vor să lucreze cu tine, pentru că la trei dintre ei le spui că sunt proști.”

Întrebări:

Ce s-a întâmplat?

Ce a făcut sau a spus cineva în mod specific?

## 2. EXPRIMAREA SENTIMENTELOR DVS

Împărtășindu-vă sentimentele folosind comunicarea non-violentă, înseamnă că trebuie să denumiți emoțiile pe care le experimentați sau starea dvs. și nu să interpretați comportamentul altcuiva și să vă descrieți ceea ce gândiți.

Exemplu:

– Interpretare/gânduri care exprimă sentimente false: „Mă simt umilit”, „Simt că nu mă ascuți niciodată”, „Ma simt de parcă mă crezi prost”.

– Sentimente: „Mă simt frustrat și nervos”, „Sunt iritat”.

Întrebări:

Ce simți? Ce simte celălalt?

## 3. NEVOI

Pentru a înțelege mai bine o situație sau ce s-a întâmplat este important să întrebați pe cineva motivele și nevoile din spatele unei activități sau al unei reacții. Este important să facem distincția între strategii și nevoi: o strategie poate satisface multe nevoi diferite, în timp ce o nevoie poate fi satisfăcută printr-un milion de strategii diferite.

Nevoile reprezintă energia noastră interioară care ne „determină” la acțiune. Dacă sunt îndeplinite, ne simțim bine; dacă nu sunt, ne îndrumă către acțiuni care sperăm că au potențialul de a le îndeplini.

Nevoile sunt universale, toată lumea are aceleși nevoi, indiferent de vârstă, cultură sau sex. Strategiile sunt mai specifice, purtând informații: „ce, cine, când sau unde”.

Exemplu:

– Nevoie: autenticitate

– Strategii pentru satisfacerea nevoii de autenticitate: să-i spun celeilalte persoane ce nu-mi place în loc să mă prefac că totul este în regulă, să părăsesc întâlnirile care nu mă servesc etc.

Întrebări:

Ce nevoi (ale tale sau ale altcuiva) sunt satisfăcute sau nu?

Ce este important? Ce prețuiesc?

## 4. CERERI

Ultimul pas este să-ți exprimi în mod clar și concret cererile, adică să ceri cuiva să facă ceva sau să „descii” cum ai vrea să îți fie satisfăcute nevoile. Este important să fie o



	<p>cerere, nu o <i>obligație-cerere</i> și să te concentrezi pe ceea ce vrei și nu pe ceea ce nu vrei.</p> <p>Exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– O cerere vagă: „Mă poți respecta mai mult?”</li> <li>– O cerere clară și specifică: „Poți te rog să te uiți la mine și să mă saluti când mă vei întâlni?”</li> <li>– O cerere care spune ceea ce nu vrei: „Poți să nu te mai plimbi în jurul mesei?”</li> <li>– O cerere clară și specifică: „Poți să te așezi pentru că am ceva important de spus?”</li> <li>– O cerere: „Nu mă ascuți niciodată! Spune-mi ce am spus?”</li> <li>– O cerere clară și concretă: „Poți să-mi spui cum ai înțeles ce am spus?”</li> </ul> <p>Întrebări:</p> <p>Este ceva ce ai vrea să întrebi pe cineva acum? Poate vrei să te întrebi?</p>
<b>Durăță</b>	<i>50 minute</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><i>Scrierea unui dialog/scenariu</i></p> <p><i>Acest exercițiu va prezenta participanților conceptul de comunicare non-violentă și caracteristicile consilierii bazate pe acesta.</i></p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Citiți caracteristicile și etapele comunicării non-violente, conform îndrumărilor teoretice (5 minute).</li> <li>2. Citiți situația cazului real de pe fișă.</li> <li>3. Creați două dialoguri/scenarii în care discutați cu agresorul: unul în care veți folosi compasiunea și comunicarea non-violentă (vezi și fișa) și unul într-un mod non-empatic (25 de minute).</li> <li>4. Gândește-te la ele, iar pentru fiecare dintre ele notează de la 1 la 5 (1 – cel mai puțin eficient, 5 – cel mai eficient) pentru fiecare aspect al comunicării: relație, scop de comunicare, informație, soluție, emoții (5 minute).</li> <li>5. Creează un podcast scurt de 3 – 4 minute în care te poți concentra pe aspectele pe care le consideri cele mai importante legate de compasiune și comunicare non-violentă (15 minute).</li> <li>6. Puteți folosi podcastul în clasă pentru a discuta cu elevii despre intimidare și comunicare.</li> </ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Comunicare asertivă, comunicare non-violentă, compasiune, prevenirea bullying-ului</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	Proiect individual - înregistrarea unui podcast
<b>Surse / lectură / resurse suplimentare</b>	<p><a href="https://www.edutopia.org/article/modeling-assertiveness-students">https://www.edutopia.org/article/modeling-assertiveness-students</a></p> <p><a href="https://positivepsychology.com/non-violent-communication/">https://positivepsychology.com/non-violent-communication/</a></p> <p><a href="https://www.nonviolentcommunication.com/learn-nonviolent-communication/4-part-nvc/">https://www.nonviolentcommunication.com/learn-nonviolent-communication/4-part-nvc/</a></p> <p><a href="https://www.empathiceurope.com/the-four-nvc-steps-in-practice/">https://www.empathiceurope.com/the-four-nvc-steps-in-practice/</a></p> <p><a href="https://thriveglobal.com/stories/4-steps-to-nurture-compassion-through-nonviolent-communication/">https://thriveglobal.com/stories/4-steps-to-nurture-compassion-through-nonviolent-communication/</a></p>





<https://www.shepellfgi.com/Bullying/StoriesofBullying/US/83>

## FIȘA DE LUCRU

### Caz de bullying real

„Le simt ochii ațintiți asupra mea când merg spre clasă. Toată lumea cred că a văzut imaginile până acum și, din moment ce par reale, nimeni nu crede că sunt realizate digital. Îi aud pe oameni șoptind și chicotind ori de câte ori intru într-o cameră. Mesajele mă batjocoresc în fiecare zi și cred că știu cine le trimite, dar fără dovezi mă simt neajutorat. Cel mai recent sms spune că ar trebui să mă aștept la mai mult, dacă nu fac orice îmi spun ei să fac. Mi-e frică să le spun părinților mei pentru că ar putea crede că pozele sunt reale și mi-e rușine să afle ce cred ceilalți copiii despre mine.” (Povestea lui Hannah, preluată de la: <https://www.shepellfgi.com/Bullying/StoriesofBullying/US/83>).

### FIȘĂ DE LUCRU:

**Modelul de comunicare nonviolentă (NVC) dezvoltat de Marshall Rosenberg, PhD.**



## How You Can Use the NVC Process



Clearly expressing  
how **I am**  
without blaming  
or criticizing

Empathically receiving  
how **you are**  
without hearing  
blame or criticism

### OBSERVATIONS

1. What I observe (*see, hear, remember, imagine, free from my evaluations*) that does or does not contribute to my well-being:

"When I (see, hear) . . . "

1. What you observe (*see, hear, remember, imagine, free from your evaluations*) that does or does not contribute to your well-being:

"When you see/hear . . . "

*(Sometimes unspoken when offering empathy)*

### FEELINGS

2. How I feel (*emotion or sensation rather than thought*) in relation to what I observe:

"I feel . . . "

2. How you feel (*emotion or sensation rather than thought*) in relation to what you observe:

"You feel . . . "

### NEEDS

3. What I need or value (*rather than a preference, or a specific action*) that causes my feelings:

". . . because I need/value . . . "

3. What you need or value (*rather than a preference, or a specific action*) that causes your feelings:

". . . because you need/value . . . "

Clearly requesting that  
which would enrich **my**  
life without demanding

Empathically receiving that  
which would enrich **your** life  
without hearing any demand

### REQUESTS

4. The concrete actions I would like taken:

"Would you be willing to . . . ?"

4. The concrete actions you would like taken:

"Would you like . . . ?"

*(Sometimes unspoken when offering empathy)*





<b>Descrierea conținutului</b>	Strategii de mediere între victima bullying-ului și agresor/agresori
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Descrieți strategiile de mediere între victima bullying-ului și agresor/agresori.  <b>Abilități:</b> Selectați dintre strategiile de mediere între victima bullying-ului și agresor/agresori.  <b>Competențe:</b> Efectuați medierea între victima bullying-ului și agresor/agresori.
<b>Materiale și echipamente</b>	<i>Vă rog indicați ce materiale veți folosi</i> <ul style="list-style-type: none"><li>● Hârtie</li><li>● Pixuri</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>



<b>Lecții teoretice</b>	<p>Principalele strategii în mediere:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Crearea unui context de încredere și nejudcată, fiind un spațiu privat și având suficient timp pentru tot procesul.</li><li>2. După ce ați discutat separat cu victima și cu agresorul, explicați de ce este importantă medierea. Continuați și stabiliți o întâlnire de mediere NUMAI dacă victima se simte confortabil și este de acord cu asta. La începutul întâlnirii, explicați ambelor părți (victima-agresor) de ce este necesară această discuție/mediere, scopul, beneficiile și regulile acesteia.</li><li>3. Ascultarea ambelor părți cu atenție și fără întrerupere. Este important să cunoaștem atât poveștile, cât și perspectivele.</li><li>4. Definirea problemei: reiterați regulile și politicile școlare dacă este necesar, explorați valorile, ipotezele, prejudecățile. Încercați să găsiți o definiție comună a problemei, prin redefinirea modului în care gândeste agresorul sau/și victima.</li><li>5. Cereți de soluții de la ambele părți, concentrându-se pe modul în care văd o soluție pentru ei înșiși; definiți împreună soluții bazate pe un teren comun. Repetați consecințele pentru agresor împreună cu motivele și comportamentele viitoare așteptate pe baza soluțiilor găsite.</li><li>6. Tragerea concluziilor: confirmați un acord de acțiuni și notați-l, dacă este posibil.</li></ol> <p>Este important ca profesorul care joacă rolul de mediator să folosească următoarele abilități:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Un limbaj corporal și tonul vocii imparțial</li><li>- Ascultare activă</li><li>- Abordare fără judecată</li><li>- Recunoașterea sentimentelor și emoțiilor</li><li>- Întrebări deschise pentru a conduce discuția mai departe</li><li>- Reîncadrarea pozitivă a informațiilor.</li></ul>
<b>Durată</b>	<i>50 minute</i>



<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><i>Autoreflexie</i></p> <p><i>Discuție</i></p> <p><i>Acest exercițiu va aborda strategiile și abilitățile de mediere de care are nevoie profesorul pentru a rezolva în mod eficient un conflict de bullying.</i></p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Citiți strategiile în mediere (5 minute).</li><li>2. Gândiți-vă la o situație reală de bullying și la acțiunile dvs. Ați încercat să mediați conflictul? Cum s-a terminat problema? Scrieți aspectele importante și reflecțiile dvs. pe o hârtie (15 minute).</li><li>3. Rescrie cazul într-o perspectivă nouă dacă ai folosi strategiile de mediere. Cum se vor schimba rezultatele? Ce ai face diferit (15 minute).</li><li>4. Discutați strategiile și ideile dvs. cu un coleg, un administrator, un consilier sau alt personal școlar care v-ar putea ajuta în cazuri de bullying (10 minute).</li><li>5. Notează orice alte idei pe care le primești și crezi că sunt relevante (5 minute)</li></ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Meditație, strategii, victimă, agresor</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	Discuții
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<a href="http://www.vadr.asn.au/mediation_in_schools.pdf">http://www.vadr.asn.au/mediation_in_schools.pdf</a> <a href="https://www.beyondintractability.org/userguide/thirdside/mediation-strategies-tactics">https://www.beyondintractability.org/userguide/thirdside/mediation-strategies-tactics</a>



## Unitatea 9: Comunicare asertivă și non-violentă pentru rezolvarea conflictelor dintre liceeni.

<b>Descrierea conținutului</b>	Tipuri de conflicte între elevii clasei: conflicte de sarcini, conflicte relaționale, conflicte de valori.
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să descrie tipurile de conflicte dintre elevii clasei. <b>Abilități:</b> Să identifice tipul de conflict între elevii clasei. <b>Competențe:</b> Să facă față diferitelor tipuri de conflicte între elevii clasei.
<b>Materiale și echipamente</b>	Vă rugăm să indicați ce materiale veți folosi <ul style="list-style-type: none"><li>● Echipament de înregistrare</li><li>● Hârtie de flipchart</li><li>● Materiale de reciclare pentru colaj (reviste vechi, materiale textile, materiale plastice, etc), foarfece</li><li>● Lipici</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p>Conflictele din clasă se pot transforma în bullying, de aceea este important să cunoaștem posibilele motive ale apariției sale și cum poate fi gestionat.</p> <p>Tipuri de conflicte în clasă:</p> <p>1. <b>Conflictele de sarcini</b>, sunt dezacorduri bazate pe perspective diferite legate de conținutul și/sau rezultatele unei sarcini, atribuirii de sarcini, procedurile, modul de lucru, resursele necesare, așteptările sarcinii și interpretarea faptelor.</p> <p>Exemple: Când elevii au un proiect în echipă și unul dintre elevi este mai atent și mai dornic decât alții să facă sarcinile. Primul elev ar putea fi nemulțumit la un moment dat de comportamentul celuiilalt.</p> <p>Pentru a rezolva acest tip de conflict, este important ca profesorul să descopere ce s-a întâmplat, să asculte ambele părți și să le ceară să găsească o soluție în mod colaborativ. Dezvoltând împreună soluții, este mai probabil ca aceștia să respecte acordul și să se înțeleagă mai bine în viitor.</p> <p>2. <b>Conflictele relaționale</b> derivă din diferențe legate de caracteristicile și stilurile personale, trăsăturile și atitudinile de personalitate, moduri de gândire, comportamente și perspective. Este cel mai frecvent tip de conflict. Unele comportamente obișnuite pentru acest tip de conflict în clasă sunt: ignorarea sau întreruperea altora, efectuarea de remarci denigratoare la adresa colegilor, subminarea colegilor, insultarea și țipătul la alți etc.</p>



	<p>Exemplu: Un elev îl insultă pe celălalt la ora de istorie. Conflictul de sarcini poate fi un catalizator pentru un conflict de relație.</p> <p>Pentru a rezolva conflictul de relație, profesorul se poate concentra pe ascultarea ambelor puncte de vedere, cerând părților să fie empaticе și interesate să se înțeleagă. Profesorul poate, de asemenea, să exploreze și să sublinieze aspecte comune ale ambelor persoane (caracteristici, hobby-uri, puncte forte, preferințe etc.).</p> <p><b>3. Conflictele de valori</b> rezidă în opinii diferite în politică, religie, educație, etică și alte convingeri profunde și viziuni asupra lumii. Acest tip de conflict apare mai des la elevii mai mari, decât la elevii cu vârste mici.</p> <p>Exemplu: Doi elevi se ceartă pentru că unul dintre ei l-a copiat pe celălalt în timpul unui test.</p> <p>Diferențele care au dus la conflict sunt bazate pe credințe și nu pe fapte, astfel convingerea părților cu argumente și fapte logice poate funcționa în unele cazuri, dar nu este cea mai eficientă strategie. Pentru rezolvarea unui conflict de valori, ca profesor, puteți face apel la respect, empatie, toleranță și să-i învățați pe elevi să fie flexibili și să accepte păreri și opinii diferite. Profesorul poate folosi povestirea pentru a construi empatii.</p>
<b>Durată</b>	40 minute
<b>Descrierea activității</b>	<p>Povestirea Reprezentare grafică prin metoda colajului Acest exercițiu îi va provoca pe participanți să dezvolte povești pentru a descrie și diferenția tipurile de conflicte din clasă. De asemenea, își vor îmbunătăți creativitatea reprezentând aceste povești prin metoda colajului.</p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Citiți despre cele trei tipuri de conflicte și cereți participanților exemple din experiența lor cu elevii (5 minute).</li><li>2. Pentru fiecare tip de conflict trebuie să te gândești la o năvelă (2-3 minute) și să reprezinti fiecare poveste prin metoda colajului așa cum vrei tu (30 minute). Dacă doriți, puteți folosi echipamentul pentru a înregistra poveștile. În povești, trebuie să te concentrezi pe caracteristicile fiecărui tip de conflict, precum și pe strategiile de rezolvat.</li><li>3. Puteți folosi aceste materiale pentru a începe discuții despre conflicte și bullying și conflicte, cu elevii dvs.</li><li>4. Completați chestionarul scurt (5 minute).</li></ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	relație, sarcină, valori, conflict, povestire, metoda colajului
<b>Metoda de evaluare</b>	Test scurt
<b>Surse /</b>	<a href="https://www.pon.harvard.edu/daily/conflict-resolution/types-conflict/">https://www.pon.harvard.edu/daily/conflict-resolution/types-conflict/</a>



**lecturi/resurse  
suplimentare**

<https://www.vantageleadership.com/our-blog/not-all-conflicts-are-equal-3-types-of-conflict/>

**Test scurt:**

1. Vă rugăm să dați un exemplu de situație pentru a ilustra conflictul sarcinilor din clasă:
  
2. Când elevii ignoră unul dintre colegii lor pentru că este sărac, este un:
  - a) conflict de sarcini
  - b) conflict de valori
  - c) conflict relațional.
  
3. Vă rugăm să dați două exemple de intervenție când doi elevi au înțeles diferit sarcina pe care o au de îndeplinit și încep o ceartă:
  
4. Vă rugăm să dați un exemplu din experiența dumneavoastră care ilustrează conflictul relațional:

Descrierea conținutului	Caracteristici ale comunicării asertive și non-violente într-un context de bullying
Rezultatele învățării	<p><b>Cunoștințe:</b> Să enumere caracteristicile comunicării asertive și non-violente într-un context de bullying.</p> <p><b>Abilități:</b> Să descrie caracteristicile comunicării asertive și non-violente într-un context de bullying.</p> <p><b>Competențe:</b> Să furnizeze o comunicare asertivă și non-violentă într-un context de bullying.</p>
Materiale și echipamente	<p><i>Vă rugăm să indicați ce material veți folosi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Echipament de înregistrare</li> </ul>
Cadru de lucru	<i>Instruire individuală</i>





**Lecții  
teoretice**

A fi asertiv înseamnă să iei în considerare nevoile, sentimentele și drepturile tale, precum și ale celorlalți și să exprimi ceea ce îți dorești într-un mod calm și clar, fără a fi agresiv sau pasiv.

Pentru a înțelege mai bine, iată care sunt caracteristicile celor trei comportamente:

<b>Pasiv</b>	<b>Asertiv</b>	<b>Agresiv</b>
Gândește-te că nevoile tale nu contează deloc	Recunoașterea faptului că nevoile tale contează la fel de mult ca oricine altcineva	Gândind că doar nevoile tale contează
Cedați	Compromis	A lua
Nu vorbesc, nu se aud	Vorbind și ascultând	Vorbind peste oameni
Încercarea de a păstra pacea	Asigurați-vă că lucrurile sunt corecte - pentru dvs. și pentru ceilalți	Ai grijă de tine
Permițând să fii hărțuit	Să te ridici pentru tine	Intimidarea altora
Să nu spui ceea ce crezi sau să nu spui nimic	Exprimați-vă punctul de vedere clar și cu încredere	Poate duce la țipete, agresiune sau violență
Dăunează relațiilor – alții te respectă mai puțin	Îmbunătățește relațiile – alți oameni știu unde se află	Dăunează relațiilor – altor oameni nu le place agresivitatea
Îți afectează stima de sine	Îți construiește stima de sine	Îți afectează stima de sine

\* Tabel preluat din *Psychology Tools*

În calitate de profesor, este important să folosiți comunicarea asertivă într-un context de agresiune, să înțelegeți ce s-a întâmplat, precum și să subliniați că nu o tolerați fără a insulta sau răni elevul agresiv.

Alte principii și caracteristici ale comunicării asertive sunt:

1. Să aveți contact vizual direct cu ceilalți.
2. Folosiți o postură a corpului încrezătoare, dar arătându-ți disponibilitatea de a asculta.
3. Folosește un ton calm, dar puternic al vocii. Cu toate acestea, încearcă să nu ridici prea mult vocea pentru a nu fi perceput ca fiind agresiv.
4. Folosiți un limbaj pozitiv, care să nu învinovățească și să nu fie amenințător. Folosiți cererile pozitive, decât pe cele negative.



	<p>5. Exprimați-vă opiniile și ceea ce solicitați, într-un mod clar.</p> <p>O tehnică de comunicare asertivă este utilizarea afirmațiilor „Eu”:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Este important să vă referiți la faptele și nu la judecățile dvs. despre situație (similar ca în comunicarea non-violentă).</li> <li>2. Vorbește despre sentimentele, comportamentele sau rezultatele tale.</li> <li>3. Faceți o solicitare, nu o cerere.</li> </ol> <p>„Când tu [comportamentul lor], apoi [rezultatele comportamentului lor] și eu simt [cum simți tu]. Te rog [ce vrei să faci]”</p> <p>Exemplu: Când ții la colegi, încalci regulile de la curs și mă simt furioasă. Mi-ar plăcea dacă ai înceta să faci asta.</p>
<b>Durată</b>	20 minute
<b>Descrierea activității</b>	<p><i>Joc de rol</i></p> <p><i>Prin acest exercițiu, participanții vor înțelege principiile și caracteristicile comunicării asertive și non-violente jucând rolurile de profesor, elev (agresor sau victimă) și observator într-un context de agresiune.</i></p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Citiți despre caracteristicile comunicării asertive și non-violente (vezi și Unitatea 8) și cum să o utilizați într-un context de bullying (5 minute).</li> <li>2. Faceți acest exercițiu împreună cu doi colegi. Vei juca rolul profesorului iar ceilalți doi vor fi observatorul și elevul (agresor sau victimă) într-un caz de agresiune pe care l-ați stabilit împreună. Trebuie să aplicați principiile și caracteristicile comunicării asertive și non-violente în dialog.</li> <li>3. Joaca rolul și înregistrează dialogul (5 minute).</li> <li>4. Discutați cu colegii dvs. despre ceea ce au observat, ce le-a plăcut și ce nu le-a plăcut, cât de dificil sau ușor ți-a fost să aplicați principiile și caracteristicile comunicării asertive și non-violente, cum le poți folosi mai bine, în ce măsură consideră că aceste principii pot fi aplicate în cazurile de bullying etc. (10 minute).</li> </ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Comunicare asertivă, declarația Eu, comportament pasiv, comportament agresiv, comportament asertiv</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	<i>Auto-evaluare</i> <i>Evaluarea de la egal la egal</i>
<b>Surse / lecturi suplimentare /resurse</b>	<a href="https://www.psychologytools.com/resource/assertive-communication/">https://www.psychologytools.com/resource/assertive-communication/</a> <a href="https://positivepsychology.com/assertive-communication/">https://positivepsychology.com/assertive-communication/</a>



<b>Descrierea conținutului</b>	<b>Comunicarea asertivă și non-violentă a profesorilor în raport cu clasa în care a avut loc un caz de bullying</b>
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să aplice comunicarea asertivă și non-violentă a profesorilor în raport cu clasa în care a avut loc un caz de bullying.  <b>Abilități:</b> Să evalueze comunicarea asertivă și non-violentă a profesorilor în raport cu clasa în care a avut loc un caz de bullying.  <b>Competențe:</b> Să colaboreze cu clasa folosind comunicarea asertivă și non-violentă după o situație de bullying.
<b>Materiale și echipamente</b>	<i>Vă rugăm să indicați ce materiale veți folosi</i> <ul style="list-style-type: none"><li>• Hârtie</li><li>• Pixuri</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p>Pentru a îmbunătăți înțelegerea unui caz de bullying și pentru a încuraja dialogul și discuțiile, este important să puneți întrebări deschise și să ascultați activ elevii.</p> <p>Întrebările deschise invită elevii să dialogheze, să împărtășească fapte, sentimente și gânduri. Acestea sunt întrebări ale căror răspunsuri nu se limitează la un cuvânt, „da” sau „nu”. De obicei, încep cu: cum, cine, ce, de ce, unde etc. sau puteți folosi „descrie” sau „spune-mi”.</p> <p>Folosește aceste întrebări pentru a afla mai multe și pentru a încuraja dialogul, decât pentru a învinovăți sau critica agresorul.</p> <p>Exemple: Ce părere aveți despre asta? Unde s-a întâmplat acest eveniment? De ce nu ai reacționat?</p> <p>Prin ascultarea activă, poți înțelege mai bine ceea ce se spune, pentru că oferi toată atenția ta celui care vorbește. Unul dintre principiile ascultării active este să fii neutru, să nu judeci și să fii deschis pentru a afla mai multe. Alte principii sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Să ai răbdare în timp ce ascuți și să nu întrerupi vorbitorul.</li><li>- Să ai contact vizual cu vorbitorul și lăsați limbajul corpului să vă arate dorința de a afla mai multe.</li><li>- Să arătați că sunteți interesat punând întrebări deschise pentru a clarifica tot ce aveți nevoie.</li><li>- Să evitați schimbarea bruscă a subiectului.</li><li>- Să parafrazeze ceea ce s-a spus, fără sfaturi sau opinii nesolicitate: „Dacă am înțeles bine, ceea ce spui este....”</li></ul>



<b>Durață</b>	30 minute
<b>Descrierea activității</b>	<p><i>Auto-reflecție</i></p> <p><i>Acest exercițiu se concentrează pe utilizarea abilităților de ascultare activă și de a pune întrebări pentru a înțelege mai bine o situație de bullying.</i></p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Citiți partea teoretică despre ascultarea activă și întrebări deschise (5 minute).</li><li>2. Ești profesor și a avut loc un caz de bullying. Cunoști victima, agresorii și pe unii dintre spectatori, dar nu știi detaliile. Scopul tău este să găsești detaliile și să înțelegi ce s-a întâmplat folosind ascultarea activă și punând întrebări deschise și comunicarea asertivă și non-violentă. Puteți vorbi separat cu victima, agresorul și/sau spectatorul, dar este important să aveți și o discuție în clasă.</li><li>3. Notează toate întrebările pe care le vei pune în discuțiile tale cu victima, agresorul, spectatorul/privitorul și în clasă pentru a afla mai multe despre bullying (15 minute)</li><li>4. Gândeți-vă la alte cazuri de bullying care au avut loc: ce ați face diferit acum? Ce alte strategii poți folosi? Cum vei folosi ascultarea activă și întrebările deschise de acum înainte? (10 minute).</li></ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Ascultare activă, întrebări deschise, disponibilitate, parafrizare, dialog</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	Autoevaluare Întrebări de reflecție
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<a href="https://www.mindtools.com/pages/article/newTMC_88.htm">https://www.mindtools.com/pages/article/newTMC_88.htm</a> <a href="https://www.verywellmind.com/what-is-active-listening-3024343">https://www.verywellmind.com/what-is-active-listening-3024343</a> <a href="https://www.mindtools.com/CommSkill/ActiveListening.htm">https://www.mindtools.com/CommSkill/ActiveListening.htm</a> <a href="https://www.noplace4hate.org/real-bullying-stories/">https://www.noplace4hate.org/real-bullying-stories/</a>
<b>Descrierea conținutului</b>	Comunicarea asertivă și non-violentă a elevilor în relațiile dintre ei pentru prevenirea bullying-ului
<b>Rezultatele învățării</b>	<p><b>Cunoștințe:</b> Să aplice comunicarea asertivă și non-violentă a elevilor în relațiile dintre ei.</p> <p><b>Abilități:</b> Să poată evalua comunicarea asertivă și non-violentă a elevilor în relațiile dintre ei.</p> <p><b>Competențe:</b> Să ghideze comunicarea asertivă și non-violentă a elevilor în relațiile dintre ei.</p>
<b>Materiale și echipamente</b>	<p><i>Vă rog indicați ce materiale veți folosi</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Fotografii</li><li>● Echipament de înregistrare</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	Activitățile de colaborare, precum <i>proiecte foto-voce</i> sau <i>jocurile de rol</i> legate de subiectul bullying, pot contribui la prevenirea acestuia. În plus, învățarea elevilor cum să comunice eficient prin utilizarea comunicării asertive și non-violente unii cu alții va diminua posibilitatea apariției bullying-ului.



	<p>Profesorii pot explica caracteristicile comunicării non-violente (vezi activitățile anterioare), precum și tehnica enunțului „eu” a comunicării asertive. De asemenea, este important pentru ei să-și amintească că asertivitatea înseamnă și:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. A spune „nu” când vor să spună „nu”, într-un mod frumos: De exemplu, când colegii fac o invitație și vor să refuze, pot spune „Nu, mulțumesc” sau „Mulțumesc că m-ai întrebat, dar nu mă interesează.”</li><li>2. Să stabilească limite și să spună când le este incomod să facă ceva.</li><li>3. Să-și exprime clar nevoile.</li><li>4. Să nu tolereze un răspuns agresiv și să încerce să închizi calm conversația. Ei pot spune: „Cred că mi-am comunicat gândurile în mod clar, așa că nu mai sunt multe despre ce să vorbim.”</li><li>5. A cere ceva timp de gândire când nu știu ce să răspundă. Un exemplu despre cum să spun acest lucru este: „Nu sunt sigur cum să răspund la asta chiar acum. Pot să îți răspund mai târziu?”</li></ol>
<b>Durată</b>	<i>30 minute</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><i>Metoda foto-voce</i></p> <p><i>Acest exercițiu va introduce metoda foto-vocei care poate fi folosită în a-i învăța pe elevi cum să comunice eficient și să utilizeze comunicarea asertivă și non-violentă în relațiile dintre ei, prevenind astfel conflictele și bullying-ul. Înainte de această activitate, profesorii pot discuta cu elevii despre principiile și caracteristicile comunicării asertive și non-violente și cum pot face acest lucru.</i></p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Citiți partea teoretică (5 minute).</li><li>2. Faceți 3 fotografii pentru a ilustra conceptul de „bullying” și aspectele acestuia. Puteți face fotografii obiectelor, oamenilor, a tot ceea ce considerați relevant pentru diferite aspecte legate de bullying. După aceea, pentru fiecare fotografie, trebuie să înregistrați un scurt text care explică ce reprezintă aceasta (10 minute).</li><li>3. Prezentați această foto-voce în sala de clasă și discutați cu elevii despre hărțuire.</li><li>4. O altă variantă a acestei activități este de a implica elevii în realizarea de fotografii și de a crea o expoziție foto-voce. Apoi puteți discuta cu ei în cadrul expoziției.</li><li>5. După ce ați discutat cu elevii, gândiți-vă cum a fost această activitate: cum s-au simțit elevii? Ce părere au ei despre fotografiile? S-au recunoscut în aceste experiențe? Ce soluții văd în contexte diferite? Notează concluziile (15 minute).</li></ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Comunicare asertivă, comunicare non-violentă, foto-voce, prevenirea bullying-ului</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	Proiect individual Autoevaluare
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<a href="https://www.edutopia.org/article/modeling-assertiveness-students">https://www.edutopia.org/article/modeling-assertiveness-students</a>



## Unitatea 10: Cyberbullying, o formă comună și frecventă de agresiune și hărțuire în rândul elevilor

<b>Descrierea conținutului</b>	Definiția cyberbullying-ului
<b>Rezultatele învățării</b>	<p><b>Cunoștințe:</b> Să identifice ce este cyberbullying</p> <p><b>Abilități:</b> Să descrie cadrul cyberbullying-ului</p> <p><b>Competențe:</b> Să colaboreze în a defini tipuri de cyberbullying</p>
<b>Materialle și echipamente</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Foi de lucru,</li> <li>• Markere,</li> <li>• Post-it</li> </ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecțiile teoretice</b>	<p>Profesorii trebuie să fie capabili să identifice hărțuirea cibernetică/cyberbullying-ul, să implementeze strategii de management eficiente care să se alinieze cu politicile școlare, precum și să se angajeze în programa proactivă pentru prevenire. Creșterea pe scară largă a diferitelor tipuri de media online și a altor tehnologii de comunicare bazate pe Internet a provocat lupte reale în identificarea limitelor libertății de exprimare. Produsele periculoase ale atmosferei actuale sunt cyberbullying-ul și știrile false, care au transformat internetul într-o armă cibernetică.</p> <p>Cyberbullying este actul de a răni sau prejudicia/agresa pe cineva în mod deliberat și repetitiv prin intermediul dispozitivelor digitale precum: telefoane mobile, platforme online, inclusiv rețelele sociale, e-mailuri, fotografii, mesaje text etc. Cyberbullying (Hărțuirea cibernetică) are loc online, iar persoana este anonimă. Cyberbullying-ul ia mai multe forme și utilizează mai multe tactici; exemplele includ comunicări care urmăresc să intimideze, să controleze, să manipuleze, să denigreze, să discrediteze în mod fals sau să umilească destinatarul. Acțiunile sunt deliberate, repetate frecvent și constituie un comportament ostil menit să dăuneze altuia. Centrul Național de Prevenire a Bullying-ului Pacer (2019) a definit cyberbullying ca utilizarea tehnologiei digitale care implică transmiterea de date care seamănă cu hărțuirea, zvonuri dăunătoare, postări de informații personale, materiale înjositoare etc. Exemplele de hărțuire digitală au inclus: o postare care conține comentarii răutăcioase sau jignitoare sau poze, care îndeamnă copiii să se sinucidă sau să se prezinte drept altcineva, pentru a extrage informații personale cu scopul de a fi folosite împotriva victimei<sup>3</sup>.</p> <p>„Știrile false” sunt definite ca: „zvonuri”, „post-adevăăruri”, „minciuni”, etc. Aceste „minciuni” se găsesc cel mai adesea pe site-uri web și sunt distribuite prin canalele de social media, pentru a obține profit sau influență socială. Pentru a nu deveni o</p>

<sup>3</sup> <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1283097.pdf>



	<p>victimă a hărțuirii cibernetice, cu împreună trebuie să fim atenți la modul în care putem identifica știrile false:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fii conștienți de: „Acest lucru nu poate fi adevărat”. Dacă te face să simți emoții negative, povestea ar putea fi exagerată sau chiar falsă. Partajarea i-ar putea afecta pe ceilalți (gândește-te înainte de a o transmite mai departe).</li> <li>• Fii suspicios: cele mai de încredere informații provin din surse de încredere precum: .com, .co, .net, .gov. Nu aveți încredere în conținutul cu aspect ciudat, fără legătură sau fără poza de profil. Nu crede doar pentru că ai auzit-o de la cineva, găsește sursa de încredere.</li> <li>• Fii curios: despre cine dă informațiile. Dacă toate faptele au sens. Dacă povestea este nouă sau veche. Ai încredere într-un adult și arată-i postarea.</li> </ul>
<b>Durată</b>	30 minute
<b>Descrierea activității</b>	<p><i>Exercițiu individual</i></p> <p>Acest exercițiu explorează cadrul cyberbullying-ului.</p> <p>Scopul principal al exercițiului este de a identifica ce este cyberbullying-ul și cum pot duce știrile false la cyberbullying.</p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Creați două scenarii de cyberbullying și știri false.</li> <li>2. Treceți peste scenariile de bullying și identificați cadrul cyberbullying-ului.</li> <li>3. Scrieți ideile despre cadrul cyberbullying-ului și despre modul în care știrile false pot duce la cyberbullying.</li> <li>4. Scrieți pe post-it cuvintele care constituie cadrul cyberbullying-ului.</li> <li>5. Dacă este posibil, confruntă-te cu o altă persoană și vezi dacă este de acord cu ceea ce ai ales.</li> <li>6. Citiți teoria pentru a afla dacă cadrul cyberbullying-ului pe care l-ați descris este complet</li> </ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>cyberbullying, cadrul cyberbullying-ului, știri false, agresiune, hărțuire</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	<i>De reflectat</i> <i>Are cineva dreptul să hărțuiască/să agreseze pe altcineva? De ce sau de ce nu?</i>
<b>Surse / lecturi/ resurse suplimentare</b>	<p>Gerwig-Parker, L., Tromski-Klinshirn, D., Kolssak, R., Miller, J. (2020) “Cyberbullying and Ohio Schools: A Social Justice Framework to Understand and Create Change”, Wright State University, Leadership and Research in Education: 1. The Journal of the Ohio Council of Professors of Educational Administration, Volema 5. Retrieved November 21, 2021, from the website: <a href="https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1283097.pdf">https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1283097.pdf</a></p>



<p>2. Redmond, P., Lock, J., Smart, V. (2020) “Developing a cyberbullying conceptual framework for educators”. Retrieved November 21 2021, from the website: <a href="https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0160791X17302828">https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0160791X17302828</a></p> <p>3. “Stop and spot the fake news - fake news guide”, Diana Awards. Retrieved November 21 2021, from the website: <a href="https://assets.websitefiles.com/5e84a95e66db51c43172d808/5ec3db1c0d2f9b056c7082c8_TDA_ABRE20_0415_Fake_news_guide.pdf">https://assets.websitefiles.com/5e84a95e66db51c43172d808/5ec3db1c0d2f9b056c7082c8_TDA_ABRE20_0415_Fake_news_guide.pdf</a></p> <p>4. “How to spot and stop fake news”. Retrieved November 21 2021, from the website: <a href="https://www.antibullyingpro.com/resources/how-to-spot-and-stop-fake-news">https://www.antibullyingpro.com/resources/how-to-spot-and-stop-fake-news</a></p>
---

<b>Descrierea conținutului</b>	Cauzele fundamentale ale cyberbullying-ului
<b>Rezultatele învățării</b>	<p><b>Cunoștințe:</b> Să identifice cauzele cyberbullying-ului</p> <p><b>Abilități:</b> Să explice cauzele cyberbullying-ului</p> <p><b>Competențe:</b> Să fie responsabil pentru atitudinea sa față de cyberbullying</p>
<b>Materiale și echipamente</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Foi de lucru</li> <li>• Post-ituri</li> <li>• Markere</li> </ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p>Cauzele cyberbullying-ului:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Internetul este un spațiu mare și liber.</li> <li>• Relațiile sociale par să se stabilească mai ușor.</li> <li>• Identitatea agresorului este adesea anonimă.</li> <li>• Se simt neputincioși în propriile vieți.</li> <li>• Agresorul este victimă a agresiunii altcuiva.</li> <li>• Gelozie sau frustrare.</li> <li>• Lipsa de înțelegere și empatie.</li> <li>• În căutarea atenției.</li> <li>• Comportamentul agresiv este recompensat.</li> <li>• Incapacitatea de a-și controla emoțiile.</li> <li>• Răzbunare pe alți colegi.</li> <li>• În scopuri de divertisment.</li> </ul> <p>“Rezultate academice mici, relație emoțională negativă cu părinții, comportament problematic legat de școală, comportament disocial legat de internet, furie, frustrare, respingere socială, sindromul „răzbunarea tocișului” în combinație cu... • a) ...ego-ul imatur al copilul și multiplele dispozitive tehnologice de comunicare (camere web, mms, jocuri electronice etc) • ...b) anonimatul pe care îl oferă Rețeaua (de ex. crearea de mai multe identități și conturi false)”<sup>4</sup></p>

<sup>4</sup> <https://slidetodoc.com/victimization-of-children-by-cyberbullies-and-online-groomers-2/>





<b>Durață</b>	<i>30 minute</i>
<b>Descrierea activității</b>	<i>Exercițiu individual</i>  1. Citiți scenariile. 2. Definiți clar problema. 3. Definiți cauzele cyberbullying-ului. 4. Creați soluții posibile. 5. Scrieți problema, cauzele cyberbullying-ului și posibilele soluții pe post-it.
<b>Cuvinte cheie</b>	
<b>Metoda de evaluare</b>	<i>Autoevaluare</i>
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	“Cyberbullying infographic”. Retrieved November 21 2021, from the website: <a href="https://venngage.net/p/163264/cyber-bulling-infographic">https://venngage.net/p/163264/cyber-bulling-infographic</a> Spyropoulos, C. “Victimisation of children by cyberbullies and online groomers: minor netizens facing the Web’s reality”. Retrieved November 21 2021, from the website: <a href="https://slidetodoc.com/victimization-of-children-by-cyberbullies-and-online-groomers-2/">https://slidetodoc.com/victimization-of-children-by-cyberbullies-and-online-groomers-2/</a>

## Fișe de lucru

### Scenarii de hărțuire cibernetică

1. Unii cittați de pe twitter mi-au spus niște lucruri foarte dureroase. Mai ales despre a fi creștin. Nu vreau să intru în asta mai mult decât atât.
2. Unele fete din clasa fiicei mele au lansat un zvon că fiica mea este lesbiană, care s-a răspândit în toată școala, nemulțumite doar cu acest lucru au început să-i trimită mesaje cu toate aceste comentariile despre ea. Am vorbit cu mama celei care a lansat zvonul și am rugat-o să o facă să se oprească. Ei bine, mare greșeală... ea a postat comentarii pe Facebook, jignind-o și batjocorind-o pe fiica mea.
3. Oamenii își bat mereu joc de mine din cauza greutateii mele. Ei spun că sunt simpatic, dar nu pot să-i cred. Anul trecut am fost agresat de un elev de clasa a VIII-a de la școala mea. Oamenii îmi trimiteau mesaje spunându-mi că sunt o rușine și că nu ar trebui să fiu pe lumea asta. Cel mai bun prieten al meu mi-a spus același lucru după ce ne-am certat...



4. Coechipierii, fără să știe victima, i-au accesat telefonul și au făcut remarci jenante pe pagina sa de Facebook, care au fost atribuite victimei. Se pare că victima mărturisea că este homosexual.

<b>Unitatea 11: Strategii și soluții pentru prevenirea bullying-ului</b>	
<b>Descrierea conținutului</b>	Cum să preveniți bullying-ul și importanța de a acționa
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să definească practici pentru o politică comună de prevenire a bullying-ului <b>Abilități:</b> Să evalueze și să compare diferite strategii și soluții <b>Competențe:</b> Să evalueze strategiile și soluțiile
<b>Materiale și echipamente</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fișe de lucru</li><li>• Markere</li><li>• Hârtie</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	Strategii de prevenire: <ul style="list-style-type: none"><li>• Nu există doar o singură persoană responsabilă de bullying, colaborarea dintre toate părțile implicate poate asigura reconcilierea, îmbunătățirea comportamentului sau încetarea bullying-ului.</li><li>• Jucători cheie: părinți sau îngrijitori.</li><li>• Claritatea și consecvența procedurilor și intervenției școlare fac diferența.</li><li>• Elevii trebuie să fie susținuți să își asume responsabilitatea pentru schimbarea și menținerea comportamentului lor și influențarea comportamentelor altora.</li><li>• Intervenție timpurie la primul semn de agresiune.</li><li>• Creșteți supravegherea activă a adulților în „punctele fierbinți” unde apare bullying-ul.</li><li>• Intervenți imediat, consecvent, echitabil și adecvat atunci când apare un comportament de bullying.</li></ul>



	<p>Conform constatărilor EU Kids Online, majoritatea celor care agrează (60%) – online sau offline – au fost ei înșiși hărțuiți de către alții, iar 40% dintre cei care agrează online au fost hărțuiți online. Deoarece comportamentul de bullying este un fenomen alimentat de puterea socială și susținut de norma socială, o parte importantă a combaterii bullying-ului va fi schimbarea răspunsurilor celor din jur. Evaluările globale ale comportamentelor de la egal la egal au indicat că colegii întăresc comportamentul de bullying în 81% din episoadele de hărțuire. Mai mult, 85% dintre copii și tineri vor fi victime trecătoare a bullying-ului.</p>
<b>Durață</b>	<i>50 minute</i>
<b>Descrierea activității</b>	<p>Lucru individual</p> <p>Acest exercițiu explorează strategiile și soluțiile de prevenire a bullying-ului.</p> <p>Scopul principal al exercițiului este de a evalua și compara diferite strategii și soluții de prevenire a bullying-ului.</p> <p>Exercițiu:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Citiți cele 4 scenarii de bullying.</li><li>2. Treceți peste scenariile de bullying și evaluați și comparați diferitele strategii și soluții pentru a preveni bullying-ul.</li><li>3. Dacă este posibil, confruntă-te cu o altă persoană și vezi dacă este de acord cu ceea ce ai ales.</li><li>4. Citiți teoria pentru a afla dacă există alte strategii la care nu v-ați gândit.</li></ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>bullying, prevenirea bullying-ului, strategii, soluții</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	<p>Reflecție</p> <p>În opinia dumneavoastră, schimbarea răspunsului celor din jur este o strategie eficientă pentru prevenirea bullying-ului.</p> <p>Încercați să identificați un argument relevant pentru subiect.</p>
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<p>Lee, C. (2004) "Preventing Bullying in Schools: A Guide for Teachers and Other Professionals", Paul Chapman Publishing, New Delhi</p>



## FIȘA DE LUCRU 1

**Recitiți scenariile de hărțuire și evaluați și comparați diferite strategii și soluții pentru a preveni bullying-ul.**

### Scenarii de Bullying:

1. Cineva a încărcat niște poze indecente cu mine într-un grup, dar eu am preferat să nu mă cert cu nimeni, așa că n-am spus nimic.
2. Sunt în clasa a șasea și port ochelari. Un băiat din clasa mea mă poreclește spunând că am patru ochi, extraterestru și nu numai, doar pentru că port ochelari. Acest lucru mă supără pentru că nu este vina mea că trebuie să port ochelari.
3. Am un prieten jamaican în clasa mea. Trei băieți din aceeași clasă îi spun mereu că este negru și ar trebui să se întoarcă acasă, departe de noi. Îmi dau seama că fac un lucru rău, dar mi-e frică să intervin pentru că băieții ăia sunt foarte răutăcioși.
4. Fiica mea a fost recent agresată de așa-zișii ei „prieteni” atât de rău, încât a trebuit să o retragem din școală și să o înscriem la o școală privată, care permite să facem cursurile de acasă, deoarece avem o distanță foarte mare de parcurs. Am abordat conducerea școlii, dar nu au făcut nimic. Ei s-au arătat îngrijorați, dar nu au acționat doar pe baza informațiilor primite. Bullying-ul nu s-a oprit la școală, a continuat pe Facebook. Fetele au crezut că este amuzant și au făcut să pară că fiica mea a spus lucruri urâte despre ele. Partea îngrozitoare a fost că, în timp ce făceau asta, se purtau ca și cum ar fi fost prietenele ei și stăteau la noi acasă. Au recunoscut că au planificat totul.



<b>Descrierea conținutului</b>	Soluții teoretice
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să potrivească soluțiile la diferite tipuri de bullying <b>Abilități:</b> Să scrie despre diferite soluții teoretice <b>Competențe:</b> Să fii responsabil pentru activitatea ta online pentru a preveni cyberbullying-ul
<b>Materiale și echipamente</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hârtie</li><li>• Markere</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p>Educația pentru prevenirea bullying-ului își propune să-i învețe pe elevi gestionarea conflictelor cognitive și emoționale. Pentru a preveni bullyingul, conștientizarea și implicarea adulților sunt două premise esențiale. Cu toate acestea, conștientizarea agresorilor și a victimelor este o problema provocatoare și importantă. Povestirea este propusă pentru a putea evalua agresorii și victimele acestora. Povestirea este de obicei folosită în predare pentru a motiva elevii să realizeze conceptele abstracte prin intermediul poveștilor. Povestirea este o abordare bună pentru a situa elevii într-un scenariu specific facilitând evaluarea și îndrumarea elevilor pentru a rezolva conflictele.<sup>5</sup></p> <p>Ne stocăm experiențele de viață, atitudinile, valorile și credințele sub formă de povești, nu în liste detașate cu fapte și cifre. Într-adevăr, Sabrin (1986) propune că, „ființele umane gândesc, percep, imaginează și fac alegeri morale conform structurii narative” (p. 8). Witherell și Noddings (1991)<sup>6</sup>. Poveștile reflectă convingerile oamenilor despre organizațiile în care lucrează.</p> <p>Boyce (1996) propune șapte motive pentru care o poveste comună este importantă în organizații și, implicit, rolul potențial pe care îl joacă în schimbarea organizațională și a atitudinii. Primul motiv este că a spune povești permite membrilor organizației și clienților să-și exprime experiența. Al doilea motiv este că povestirea poate confirma experiențele și semnificația comună ale indivizilor și grupurilor din cadrul unei organizații. Al treilea și al patrulea sugerează că poveștile sunt, de asemenea, dispozitive de orientare și socializare a membrilor organizației și, mai important, pentru modificarea sau modificarea realității organizaționale. Al cincilea motiv este că a spune povești permite ca scopul organizațional să fie dezvoltat, clarificat și revizuit. Al șaselea motiv susține că povestirea poate pregăti grupuri pentru planificarea și luarea deciziilor în conformitate cu scopul comun și, în</p>

<sup>5</sup> Tsai, M, Tseng, S., Weng, J. (2011) "A Pilot Study of Interactive Storytelling for Bullying Prevention Education". Retrieved November 23, 2021, from the website: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-642-23456-9\\_89](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-642-23456-9_89)

<sup>6</sup> Quong, T, Walker, A. (2017) "Using Stories to Shift Attitudes: The Case of Bullying", Northern Territory Department of Education, Australia, and Chinese University of Hong Kong. Retrieved November 23 2021 from the website: <https://journals.library.ualberta.ca>



	sfârșit, povestirea poate juca un rol major în co-crearea viziunii și a strategiei. <sup>7</sup>
<b>Durață</b>	<i>30 minute</i>
<b>Descrierea activității</b>	<p>Activitate individuală</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Creați-vă propriile povești despre bullying și scrieți-le.</li><li>2. Creați o poveste care are o puternică componentă morală despre bullying.</li><li>3. Creează-ți personajele astfel încât să se lupte să-și atingă obiectivele.</li><li>4. Aveți un dușman și un erou (Poveștile despre bullying au nevoie de o victimă și un bătaș).</li><li>5. Găsiți soluții la diferite tipuri de bullying și scrieți-le pe o foaie de hârtie.</li></ol> <p>Sfaturi: Angajează-te în poveste și față de publicul tău. Utilizați modularea vocii și dramatizați. Spune-ți poveștile cu gesturi, limbajul corpului și mișcare. Creează imagini mentale prin descrieri făcute cu toate simțurile. Folosiți metafore.</p>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>bullying, cyberbullying, povestire, prevenirea bullying-ului</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	<i>Autoevaluare</i>
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<p>Tsai, M, Tseng, S., Weng, J. (2011) "A Pilot Study of Interactive Storytelling for Bullying Prevention Education". Retrieved November 23 2021 from the website: <a href="https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-642-23456-9_89">https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-642-23456-9_89</a></p> <p>Quong, T, Walker, A, (2017) "Using Stories to Shift Attitudes: The Case of Bullying", Northern Territory Department of Education, Australia and Chinese University of Hong Kong. Retrieved November 23 2021 from the website: <a href="https://journals.library.ualberta.ca">https://journals.library.ualberta.ca</a></p> <p>Boyce, ME. (1996). Organisational story and storytelling: a critical review, Journal of Organisational Change Management, 9(5), 5-26.</p>

<sup>7</sup> Boyce, ME. (1996). Organisational story and storytelling: a critical review, Journal of Organisational Change Management, 9(5), 5-26



<b>Descrierea conținutului</b>	<b>Soluții practice pentru bullying</b>
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să dea exemple de cyberbullying <b>Abilități:</b> Să împărtășească propria experiență cu potențial cyberbullying <b>Competențe:</b> Să evalueze diferite soluții pentru cyberbullying
<b>Materiale și echipamente</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Foi de lucru</li><li>• Markere</li><li>• Hârtie</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p><i>Unii oameni folosesc internetul pentru a se reinventa, pentru a se ascunde de ceea ce sunt și pentru a fi o persoană nouă. Ceea ce spun ei în spatele ecranelor poate duce la hărțuire cibernetică. În același timp, ceea ce spun ei online ar putea fi total diferit de ceea ce spun ei în față.</i></p> <p><i>O diferență între formele de bullying online și față în față a fost că internetul a încurajat și permite anonimatul. De multe ori copiii consideră că pe internet porți mască și nu știi niciodată cu cine vorbești.</i></p> <p><i>Hărțuirea cibernetică este o problemă socială în creștere care a devenit prea comună în comunitățile online. Cercetările indică faptul că unul din cinci adolescenți a fost agresat cibernetic<sup>8</sup> în timp ce 59% dintre adolescenți au fost hărțuiți online<sup>9</sup>. Iar ritmul cu care apare bullying-ul online nu pare să fie în scădere. În mijlocul pandemiei de COVID-19, hărțuirea cibernetică a escaladat. În timpul comenzilor de stat acasă, cercetările arată că hărțuirea cibernetică a crescut cu 70%, iar toxicitatea pe platformele de jocuri online a crescut cu 40%<sup>10</sup>. Deoarece prevenirea este cheia pentru a opri sau a reduce hărțuirea cibernetică, puteți găsi mai jos câteva idei despre cum să acționați:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>★ Protejați conturile și dispozitivele.</li></ul> <p><i>Este important ca copiii să folosească parole pentru orice. Parolele sunt una dintre cele mai eficiente moduri de a proteja conturile și dispozitivele.</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>★ Utilizați instrumente și setări de confidențialitate.</li></ul> <p><i>Învățați copiii cum să facă conturile private, împiedicând oamenii să le eticheteze, solicitând altor persoane să obțină permisiunea înainte de a împărtăși ceva despre ele.</i></p>

<sup>8</sup> Cyberbullying Research Center in Partnership With Cartoon Network. Tween cyberbullying in 2020

<sup>9</sup> Pew Research Center. A majority of teens have experienced some form of cyberbullying. Updated Sept. 27, 2018

<sup>10</sup> L1ght. Rising levels of hate speech & online toxicity during this time of crisis



	<p>★ Păstrați lucrurile personale private. Copiii ar trebui să fie atenți la împărtășirea informațiilor precum: adresa lor, numărul de telefon mobil, adresa de e-mail.</p> <p>★ Gestionați partajarea locației. Chiar dacă este grozav să te „check-in” oriunde te duci, acest lucru le permite celorlalți să știe mereu unde ești.</p> <p>★ Învăță copiii să aleagă bine ceea ce postează. Agresorii cibernetici pot lua ceea ce postează copiii și îl pot folosi împotriva lor în orice fel.</p> <p>★ Deconectați-vă când utilizați dispozitive publice. Este important să vă deconectați de la e-mailuri, conturile de rețele sociale atunci când utilizați computerele bibliotecii sau ale școlii.</p> <p>★ Nu răspundeți la bullying cibernetic înapoi. Agresorii Cyber caută un răspuns emoțional, le place să aibă control și să inducă frică celorlalți, dar dacă refuzi să le oferi acea satisfacție, procesul de cyberbullying se termină imediat.</p> <p>★ Raportați agresiunile cibernetice. Copiii trebuie să știe să raporteze întotdeauna agresiunile cibernetice, să blocheze persoana sau contul responsabil pentru hărțuirea cibernetică.<sup>11</sup></p>
<b>Durată</b>	40 minute
<b>Descrierea activității</b>	<p><i>Activitate individuală</i> <i>Scrierea creativă se concentrează pe elemente precum dezvoltarea caracterului, narațiunea și intriga, infuzând structura sa cu imaginație și poveste.</i></p> <p><i>Exercițiu:</i> <i>Citiți partea teoretică!</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><i>Folosește o foaie de hârtie și scrie soluții practice pentru cyberbullying.</i></li> <li><i>Organizați-vă soluțiile folosind o hartă a poveștii: un instrument care vă ajută să înțelegeți elementele importante din ceea ce intenționați să scrieți.</i></li> <li><i>Concentrează-te pe elemente precum caracter, dezvoltare, narațiune și intriga, infuzând structura cu imaginație.</i></li> <li><i>Folosiți un perete de cuvinte cu diferite categorii de listă, cum ar fi cuvintele văzute, auzirea cuvintelor, cuvintele gustate, cuvintele de acțiune, cuvintele simțitoare. Cum se simte, gust, miros, sunet și arată ideea despre cyberbullying despre care încerci să scrii?</i></li> </ol>
<b>Cuvinte cheie</b>	Cyberbullying, Metoda Teatru Forum, scenariu, „spectatori”, participanți activi
<b>Metoda de evaluare</b>	Test
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<p>„Using Forum Theatre in social and educational work”. Retrieved November 26, 2021 from salto-youth.net website: <a href="https://www.salto-youth.net/tools/european-training-calendar/download/salto%5Ctrainingcalendar%5Cmodel%5CDownload-7706/Forum%20TC%20%20Information.pdf">https://www.salto-youth.net/tools/european-training-calendar/download/salto%5Ctrainingcalendar%5Cmodel%5CDownload-7706/Forum%20TC%20%20Information.pdf</a></p> <p>Boal, A. (2006). The aesthetics of the oppressed. Oxford: Routledge. Retrieved November 26, 2021 from researchgate.net website:</p>

<sup>11</sup> <https://www.verywellfamily.com/how-to-prevent-cyberbullying-5113808>





[https://www.researchgate.net/publication/306400812\\_FORUM\\_THEATRE\\_TECHNIQUE\\_ENHANCING\\_LEARNING\\_IN\\_MORAL\\_EDUCATION\\_CLASSROOM](https://www.researchgate.net/publication/306400812_FORUM_THEATRE_TECHNIQUE_ENHANCING_LEARNING_IN_MORAL_EDUCATION_CLASSROOM)  
Osburn, K. M. (2010). Forum Theatre Empowering Students to speak, Act and Know. Unpublished Bachelor's Dissertations, Western Kentucky University. Retrieved November 26, 2021 from researchgate.net website:  
[https://www.researchgate.net/publication/306400812\\_FORUM\\_THEATRE\\_TECHNIQUE\\_ENHANCING\\_LEARNING\\_IN\\_MORAL\\_EDUCATION\\_CLASSROOM](https://www.researchgate.net/publication/306400812_FORUM_THEATRE_TECHNIQUE_ENHANCING_LEARNING_IN_MORAL_EDUCATION_CLASSROOM)  
Hammond, N. (2012). Introducing Forum theatre to elicit and advocate children's views. Educational Psychology in Practice: Theory, research and practice in educational psychology. Retrieved November 26, 2021 from researchgate.netwebsite:[https://www.researchgate.net/publication/306400812\\_FORUM\\_THEATRE\\_TECHNIQUE\\_ENHANCING\\_LEARNING\\_IN\\_MORAL\\_EDUCATION\\_CLASSROOM](https://www.researchgate.net/publication/306400812_FORUM_THEATRE_TECHNIQUE_ENHANCING_LEARNING_IN_MORAL_EDUCATION_CLASSROOM)  
European Schoolnet (2015, October). Bullying in Schools. A Summary of Research to Combat Bullying. Retrieved June 8, 2021, from [http://enable.eun.org/c/document\\_library/get\\_file?uuid=4228f04e-10c8-4efb-903a-0fa3b388ac14&groupId=4467490](http://enable.eun.org/c/document_library/get_file?uuid=4228f04e-10c8-4efb-903a-0fa3b388ac14&groupId=4467490)

## FIȘE DE LUCRU

### TEST

1. Numiți cel puțin trei tipuri de cyberbullying.
2. Care este primul lucru pe care ar trebui să-l faci dacă ești o victimă a cyberbullying-ului?
3. Dacă sunteți agresat online, ar trebui să păstrați mesajele de amenințare, imaginile sau textele care au fost folosite pentru a vă hărțui?



## Răspunsuri cheie la test

1. Numiți cel puțin trei tipuri de cyberbullying: amenințări online, postare de informații personale, fotografii, videoclipuri despre altcineva fără acordul acelei persoane, refuzul de a șterge o postare sau un comentariu după ce ați fost întrebat de acea persoană, comentarii nepoliticoase, postări răutăcioase, mesaje, mesaje text, e-mail sau postare de mesaje sau fotografii nedorite de natură sexuală.

2. Care este primul lucru pe care ar trebui să-l faci dacă ești o victimă a cyberbullying-ului?

Primul lucru pe care ar trebui să-l faceți dacă sunteți o victimă a cyberbullying-ului este să spuneți cuiva în care aveți încredere despre ceea ce se întâmplă și să acționați împreună (un părinte, un profesor, un consilier etc.)

3. Dacă sunteți agresat online, ar trebui să păstrați mesajele de amenințare, imaginile sau textele care au fost folosite pentru a vă hărțui?

Da, desigur. Toate acestea pot fi folosite ca probe împotriva agresorului, arătate părinților, profesorilor, chiar și poliției.



## Unitatea 12: Dezvoltarea empatiei și a compasiunii

<p><b>Descrierea conținutului</b></p>	<p><i>A fi un prieten bun înseamnă adesea să arăți îngrijorare față de o persoană, atunci când persoana iubită are nevoie de ea. Când o persoană dragă întâmpină probleme de sănătate, suferință fizică sau emoțională, scopul nostru ca prieteni este să-l ajutăm. Dar cum se face? Ce alegem: empatie sau compasiune? Cum să-ți exprimi grija pentru a-l ajuta cât mai mult?</i></p> <p><i>În timpul acestui antrenament vei învăța despre puterea educației pentru compasiune, compasiunea pentru tine și cealaltă persoană</i></p>
<p><b>Rezultatele învățării</b></p>	<p><b>Cunoștințe:</b> <i>Să înțeleagă particularitățile educației pentru compasiune.</i></p> <p><b>Abilități:</b> <i>Să poată folosi exerciții de educație a compasiunii.</i></p> <p><b>Competențe:</b> <i>Să aplice exemple de compasiune în situații de zi cu zi</i></p>
<p><b>Materiale și echipamente</b></p>	<p><i>Vă rugăm să indicați ce materiale veți folosi</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pixuri</li> <li>● Hârtie de scris</li> </ul>
<p><b>Cadru de lucru</b></p>	<p><i>Instruire individuală</i></p>
<p><b>Lecții teoretice</b></p>	<p><i>Empatia și compasiunea provin din aceeași dorință - de a relaționa și înțelege mai bine experiențele altora. Ambele sunt benefice pentru indivizi. Dar există o diferență nuanțată între empatie și compasiune în viața de zi cu zi. Există, de asemenea, o diferență între ceea ce înseamnă să fii o persoană empatică și o persoană plină de compasiune.</i></p> <p><i>Înțelegerea acestei diferențe și alegerea în mod deliberat a abordării acesteia este esențială. Poate determina dacă tu și membrii echipei tale (și cei dragi) veți simți emoții pozitive. Cele mai recente cercetări arată că concentrarea pe compasiune și sănătatea mintală duce la un leadership puternic și durabil. De asemenea, duce la o mai mare conștientizare de sine.</i></p> <p><i>Compasiunea și empatia sunt fundamentale diferite, dar strâns legate. Luați în considerare aceste definiții:</i></p> <p><i>Definiția empatiei: empatia este sentimentul nostru de conștientizare față de emoțiile altor oameni și o încercare de a înțelege cum se simt.</i></p> <p><i>Definiția compasiunii: compasiunea este un răspuns emoțional la empatie sau simpatie și creează dorința de a ajuta.</i></p> <p><i>Empatia este o înțelegere a umanității noastre comune. Este capacitatea de a te vedea în pielea altei persoane. Compasiunea adaugă o altă dimensiune a dorinței de a ajuta.</i></p> <p><i>Mulți oameni au spus că înaintea erau empatici, iar acum nu mai sunt. De ce nu? Sunt consumați – obosiți. Aceasta se referă la a oferi atât de mult din sine și a simți atât de multă emoție (inclusiv durere) pe o perioadă lungă de timp, încât persoana se simte acum epuizată, obosită și copleșită și, prin urmare, se oprește printr-un mecanism de autoprotecție. Aceasta este ceva comun terapeuților, consilierilor, îngrijitorilor și alți astfel de oameni care se află în poziții care creează mult stres și necesită multă empatie și compasiune.</i></p> <p><i>Există o concepție greșită că, dacă cineva are și demonstrează empatie față de altul, atunci el sau ea sunt slabi și vulnerabili. Unii oameni joacă jocuri de putere și, prin urmare, refuză să demonstreze empatie. Alții cred că a fi lider înseamnă a fi nemilos, a nu arăta niciodată nici o emoție sau a fi vulnerabil și a nu se lasa copleșit de emoția subordonatului.</i></p>



*Sentimentul de nesiguranță poate împiedica pe cineva să-și exprime empatia față de o altă persoană.*

*Dacă nu ai experimentat empatie în familia ta, va fi mai greu să demonstrezi empatie. Dacă ai fost victima abuzului sau nu ai experimentat atașamente sigure în primii 2 ani de viață, ai putea fi unul dintre cele două extreme - foarte sensibil sau complet închis și vei evita să simți ceva pentru tine sau pentru alții. Dacă părinții tăi au petrecut mult timp cu tine, au discutat despre sentimente și și-au arătat mai multă afecțiune, atunci vei fi mai empatic față de ceilalți.*

**Durață** 30 minute

**Tipul activității și o scurtă descriere a activității**

**1 Parte**

O sarcină individuală care ajută la dezvoltarea empatiei:

1. Cum te-ai simți dacă ai fi... (inventează intenționat personaje diferite cu calități diferite, de exemplu, cel mai înalt bărbat din lume)?
2. Cum s-ar simți vecinul tău dacă te-ar întâlni astăzi și ar simți schimbarea dispoziției tale?
3. De ce străinii nu se salută? Poate a trebuit să treci prin așa ceva? Cum te-ai simțit?
4. Ce faci mai întâi când vrei să ajuți o persoană?
5. De ce este important pentru tine ajutorul altor persoane?

**2 Parte**

Pe o bucată de hârtie, participanții scriu individual de ce comunicarea bazată pe empatie cu ceilalți este importantă pentru ei. Ei își scriu gândurile timp de 3 minute fără oprire (dacă gândurile sunt blocate, ultimul cuvânt se repetă până când apare un nou gând și participantul poate continua să scrie. Este important să nu te oprești din scris pentru o perioadă de 3 minute). După ce au scris textul, participanții îl citesc și lasă în el doar 10 cuvinte cele mai importante, care reflectă cel mai bine dispoziția lor, ștergând întregul



	text. Textul, care a rămas, este citit din nou și acum ar trebui să rămână doar 3 cuvinte cheie, în rest totul este șters. După finalizarea sarcinii, fiecare participant prezintă ce cuvinte sunt cele mai relevante pentru el/ea în ceea ce privește comunicarea bazată pe empatie cu ceilalți și de ce.
<b>Cuvinte cheie</b>	Compasiune, Empatie, Sentimente, Comunicare, Empatie emoțională, Cognitiv, Empatie
<b>Metoda de evaluare</b>	<i>Test scurt</i>
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jimenez J. (2019/09/2). <i>Compassion vs. Empathy. Better Up. Retrieved from <a href="https://www.betterup.com/en-us/resources/blog/compassion-vs-empathy">https://www.betterup.com/en-us/resources/blog/compassion-vs-empathy</a>. 05/06/2021.</i></li> <li>2. Wanis P. <i>7 Ways To Develop Empathy (2017). Better Up. Retrieved from <a href="https://www.patrickwanis.com/7-ways-to-develop-empathy">https://www.patrickwanis.com/7-ways-to-develop-empathy</a> 05/06/2021.</i></li> <li>3. <a href="https://thefleury.life/blog/3631">https://thefleury.life/blog/3631</a></li> <li>4. <a href="https://www.psychologytoday.com/us/basics/empathy">https://www.psychologytoday.com/us/basics/empathy</a></li> <li>5. <a href="https://www.dictionary.com/browse/feeling">https://www.dictionary.com/browse/feeling</a></li> <li>6. <a href="https://www.skillsyouneed.com/ips/what-is-communication.html">https://www.skillsyouneed.com/ips/what-is-communication.html</a></li> <li>7. <a href="https://www.verywellmind.com/what-is-empathy-2795562">https://www.verywellmind.com/what-is-empathy-2795562</a></li> <li>8. <a href="https://www.inc.com/justin-bariso/there-are-actually-3-types-of-empathy-heres-how-they-differ-and-how-you-can-develop-them-all.html">https://www.inc.com/justin-bariso/there-are-actually-3-types-of-empathy-heres-how-they-differ-and-how-you-can-develop-them-all.html</a></li> </ol>

### Test scurt

În timpul acestui test, ar trebui să recunoașteți Empatia și Compasiunea. Citiți fiecare descriere și marcați, aceasta este Empatie sau Compasiune.

	<i>Empatie</i>	<i>Compasiune</i>
Când ești îngrijorat de ceva anume		x
Când recunoști emoțiile celorlalte persoane și le înțelegeți	x	
Ajută la liniștirea și încurajarea oamenilor care au eșuat	X	
Nu există experiențe sau emoții comune		x



## Unitatea 13: Cunoașterea de sine, conștientizarea de sine și cunoașterea altora

<b>Descrierea conținutului</b>	Cum să te cunoști bine? Evaluare pozitivă a ta și a celorlalți
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să poată cunoaște importanța cunoașterii de sine și pe alții  <b>Abilități:</b> Să poată să se evalueze obiectiv pe sine și pe ceilalți  <b>Competențe:</b> Să poată crea condiții prealabile pentru dezvoltarea unei personalități sănătoase din punct de vedere mental și fizic
<b>Materiale și echipamente</b>	Vă rugăm să indicați ce material veți folosi <ul style="list-style-type: none"><li>• Instrumente de scris (pixuri, creioane, hârtie),</li><li>• Materiale reciclate pentru colaj (reviste vechi, materiale textile, materiale plastice, etc) Foaie, lipici</li></ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lección teoretice</b>	<p><i>Ce este Autoevaluarea?</i></p> <p><i>Autoevaluarea este un instrument de evaluare folosit de elevi pentru a notifica calitatea muncii lor, pentru a-și măsura performanța cu scopurile și obiectivele de învățare declarate, pentru a identifica punctele forte și punctele slabe ale muncii lor și pentru a implementa revizuirea în consecință. Practicile de autoevaluare încurajează elevii să-și asume învățarea, să promoveze responsabilitatea, independența și, de asemenea, pot motiva învățarea ulterioară. Este o formă de schimbare culturală care se concentrează pe calitatea învățării, responsabilitatea elevilor și emiterea de judecăți ca o abilitate necesară pentru a pregăti elevii pentru rezolvarea problemelor și învățarea pe tot parcursul vieții. Dezvoltarea abilităților de reflexie oferă elevilor capacitatea de a-și lua în considerare propria performanță și de a-și identifica punctele forte, punctele slabe și domeniile care necesită îmbunătățiri. Elevii pot apoi să folosească aceste cunoștințe pentru a-și influența munca viitoare, fie în cadrul unui program de studiu sau în cadrul unui loc de muncă, folosindu-și punctele forte și/sau îndreptându-și eforturile înspre domeniile pe care le-au recunoscut deja că au nevoie de îmbunătățiri suplimentare. Ați putea considera autoevaluarea ca un exercițiu de predare și învățare, la fel de mult ca o metodă de evaluare, iar includerea acesteia într-un curs oferă studenților dvs. oportunitatea de a dezvolta o abilitate de bază de învățare pe tot parcursul vieții.</i></p> <p><i>De ce să folosiți autoevaluarea?</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Promovează abilitățile de practică reflexivă și de auto-monitorizare.</i></li><li>• <i>Promovează integritatea academică prin auto-raportarea elevilor a progresului învățării.</i></li><li>• <i>Dezvoltă învățarea autodirijată.</i></li><li>• <i>Crește motivația elevilor.</i></li></ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Ajută elevii să dezvolte o serie de abilități personale, transferabile.</i></li> </ul> <p><i>Cum poate fi exersată în sălile de clasă?</i></p> <p><i>Creșterea participării elevilor este elementul de bază al autoevaluării. Prin autoevaluări, elevii își pot identifica propriile abilități lipsă, în cazul în care au lacune în cunoștințele lor, își pot dezvolta obiective realiste și își pot concentra atenția asupra învățării. Câteva exemple utile de autoevaluare sunt:</i></p> <p><i>Pot afirma că aceasta este o practică utilă desfășurată de profesori fie la sfârșitul fiecărei ore, fie la momentul în care o anumită unitate se termină. Elevii enumeră mai multe propoziții prin care explică ce pot face datorită lecției predate de instructorul lor.</i></p> <p><i>Alte exemple sunt recenziile de portofoliu, reflecțiile și auto-înregistrarea.</i></p>
<b>Durață</b>	15 minute
<b>Tipul activității</b>	<p>Puzzle de autoevaluare. Elevul scrie pe foi separate 3 din calitățile sale bune și 3 din calitățile rele, despre care crede că sunt remarcate de oamenii din jurul lui. Apoi îi cere membrilor familiei, fiecare în parte, să scrie pe foile de hârtie 3 calități bune și 3 rele pe care le observă. Elevul compară apoi informațiile din foile sale de hârtie cu cele furnizate de membrii familiei. În funcție de rezultatele obținute, se poate concluziona dacă persoana se evaluează obiectiv sau nu și de ce este așa.</p> 
<b>Cuvinte cheie</b>	Pozitivitate, Evaluare, Autoevaluare
<b>Metoda de evaluare</b>	Finalizarea puzzle-ului
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Self-awareness (2019/12/19). Better Up. Retrieved from (<a href="https://warwick.ac.uk/services/wss/topics/selfawareness/05/06/2021">https://warwick.ac.uk/services/wss/topics/selfawareness/05/06/2021</a>).</li> <li>2. <a href="https://www.eln.co.uk/blog/self-assessment">https://www.eln.co.uk/blog/self-assessment</a></li> <li>3. <a href="https://www.reading.ac.uk/engageinassessment/peer-and-self-assessment/self-assessment/eia-self-assessment.aspx">https://www.reading.ac.uk/engageinassessment/peer-and-self-assessment/self-assessment/eia-self-assessment.aspx</a></li> <li>4. <a href="https://www.successconsciousness.com/blog/positive-attitude/what-is-positivity/">https://www.successconsciousness.com/blog/positive-attitude/what-is-positivity/</a></li> <li>5. <a href="https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/evaluation">https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/evaluation</a></li> <li>6. <a href="https://www.cleverism.com/skills-and-tools/self-assessment/">https://www.cleverism.com/skills-and-tools/self-assessment/</a></li> </ol>





## Unitatea 14: Modalități creative de exprimare a emoțiilor și sentimentelor negative

<b>Descrierea conținutului</b>	Utilizarea metodelor creative în exprimarea emoțiilor și sentimentelor negative
<b>Rezultatele învățării</b>	<p><b>Cunoștințe:</b> Să înțeleagă importanța exprimării emoțiilor și sentimentelor negative</p> <p><b>Abilitatea:</b> Să poată exprima corect emoțiile și sentimentele negative</p> <p><b>Competență:</b> Să aplice metode creative în exprimarea emoțiilor și sentimentelor negative</p>
<b>Materiale și echipamente</b>	<p>Vă rugăm să indicați ce material veți folosi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Instrumente de scris (pixuri și creioane),</li> <li>● Hârtie,</li> <li>● Lipici</li> </ul>
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<p><i>Cu toții trăim emoții de la o vârstă fragedă. Ca adulți care încercăm să străbată în lumea adesea haotică a vieții moderne, gama de emoții pe care le trăim într-o zi se poate schimba dramatic.</i></p> <p><i>Psihologii au explorat mult timp gama emoțiilor umane și definițiile lor. Eckman (1999) a identificat șase emoții de bază inițiale:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Furie</li> <li>• Dezgust</li> <li>• Frica</li> <li>• Fericire</li> <li>• Tristețe</li> <li>• Surpriză</li> </ul> <p><i>Mai târziu a extins acest lucru pentru a include alte unsprezece emoții de bază:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Distracție</li> <li>• Disprețul</li> <li>• Mulțumire</li> <li>• Jenă</li> <li>• Entuziasm</li> <li>• Vina</li> <li>• Mândria</li> <li>• Ușurare/Eliberare</li> <li>• Satisfacția</li> <li>• Plăcerea senzorială</li> <li>• Rușine</li> </ul> <p><i>Pam (2013) definește emoțiile negative „ca o emoție neplăcută sau nefericită care este evocată la indivizi pentru a exprima un efect negativ asupra unui eveniment sau a unei persoane”. Citind lista emoțiilor de bază ale lui Eckman, este destul de ușor să le determinăm pe cele care ar putea fi denumite emoții „negative”.</i></p> <p><i>Deși putem folosi eticheta negativă, cu ceea ce știm despre emoții, este important să recunoaștem că toate emoțiile sunt complet normale de experimentat. Ele fac parte din ADN-ul nostru înrădăcinat. Ceea ce este mai important, este înțelegerea când și de ce pot apărea emoțiile negative și dezvoltarea unor comportamente pozitive pentru a le aborda.</i></p>





	<p><i>Rareori ne oprim să gândim și să fim foarte atenți la ceea ce simțim. Nu luăm în considerare impactul pe care îl are asupra stărilor noastre mentale și fiziologice sau implicațiile pe termen lung pe care le are păstrarea emoțiilor care ar putea fi dăunătoare pentru noi.</i></p> <p><i>Furia, frustrarea, frica și alte „emoții negative” fac toate parte din experiența umană. Toate pot duce la stres și sunt adesea văzute ca emoții care trebuie evitate, ignorate sau respinse în alt mod, dar pot fi sănătoase de experimentat. O abordare mai bună este să le gestionați fără a le nega.</i></p> <p><i>Gestionarea emoțiilor negative înseamnă mai mult să acceptăm faptul că le simțim, să stabilim de ce ne simțim astfel și să ne permitem să primim mesaje pe care ni le trimite înainte de a le elibera și de a merge mai departe. Da, această afirmație poate suna puțin ciudată, dar emoțiile noastre sunt concepute pentru a fi mesageri care să ne spună ceva. Aceste mesaje pot fi foarte valoroase dacă ascultăm.</i></p>
<b>Durată</b>	40 minute.
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<p><i>Haideți să găsim un loc care vă place într-o cameră, așezați-vă. Vă relaxați. Amintește-ți cel mai rău moment din viața ta, amintește-ți ce ai simțit atunci, ce sentimente ai trăit. Încearcă să simți din nou aceleași sentimente. Când simți din nou toate acele sentimente negative, mânie, enervare, ia un creion și desenează toate aceste sentimente pe hârtie, exprimă-le, transferă-le de la tine pe hârtie. Apoi mototolește hârtia, rupe-o. Cum te simți acum? Mai bine?</i></p> <p><i>Acum ar trebui să transformați aceste sentimente rele, în bune. Luați acele bucăți de hârtie mototolită și încercați să simțiți catifelarea și tandrețea lor. Luați altă foaie de hârtie și realizați ceva moale și frumos din aceste bucăți de hârtie mototolită: o pasăre, un fluture, pisoai, flori.</i></p> <p><i>Întrebări de reflecție:</i>  <b>GÂNDEȘTE-TE LA ASTA după sarcină:</b>  1. Cum te simți după acest exercițiu?  2. Sentimentele tale s-au schimbat?</p>
<b>Cuvinte cheie</b>	<i>Sentimente, Emoții, Emoții negative, Expresie</i>
<b>Metoda de evaluare</b>	Întrebări de reflectat
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kos B. (2021). A simple trick to express negative emotions in a mature way. Better Up. Retrieved from <a href="https://agileleanlife.com/how-to-express-negative-emotions/">https://agileleanlife.com/how-to-express-negative-emotions/</a> 05/06/2021.</li> <li>2. <a href="https://positivepsychology.com/negative-emotions/">https://positivepsychology.com/negative-emotions/</a></li> <li>3. <a href="https://www.verywellmind.com/embrace-negative-emotions-4158317">https://www.verywellmind.com/embrace-negative-emotions-4158317</a></li> <li>4. <a href="https://www.dictionary.com/browse/feeling">https://www.dictionary.com/browse/feeling</a></li> <li>5. <a href="https://www.goodtherapy.org/blog/psychpedia/emotion">https://www.goodtherapy.org/blog/psychpedia/emotion</a></li> <li>6. <a href="https://www.dictionary.com/browse/expression">https://www.dictionary.com/browse/expression</a></li> </ol>



## Unitatea 15: Evaluare

<b>Descrierea conținutului</b>	Exemple de bullying și comportament non-bullying Exemple de activități de mediere și intervenție Plan de intervenție
<b>Rezultatele învățării</b>	<b>Cunoștințe:</b> Să facă diferența între descrierile agresive și neagresive ale comportamentului <b>Abilități:</b> Să potrivească exemplele de bullying cu soluțiile învățate în timpul cursului <b>Competențe:</b> Să planifice activități de intervenție și mediere pentru a aborda situațiile de bullying
<b>Materiale și echipamente</b>	Decupaje Adeziv reutilizabil Reviste și ziare Foi de lucru Hârtie Pixuri și creioane
<b>Cadru de lucru</b>	<i>Instruire individuală</i>
<b>Lecții teoretice</b>	<i>Aceasta va fi o evaluare care poate ajuta să vedem ce conținut a fost învățat și care poate fi îmbunătățit</i>
<b>Durată</b>	<i>60 minute</i>
<b>Tipul activității și o scurtă descriere a activității</b>	<i>Studiu de caz, colaj și întrebări pentru aprofundat</i> <ol style="list-style-type: none"><li><i>1. Citiți studiul de caz</i></li><li><i>2. Recreeați scena cu imagini din ziare și reviste vechi</i></li><li><i>3. Răspunți la întrebări</i></li></ol>
<b>Glosar</b>	
<b>Metoda de evaluare</b>	Activitate de identificare Activitate de potrivire Prezentări
<b>Surse / lecturi/resurse suplimentare</b>	



## FOI DE LUCRU

### SCENARIU

Amir este un copil de 16 ani, cu deficiențe de auz încă de la naștere. El este din Egipt și a trebuit să participe din nou la curs din cauza deficienței de auz și pentru că s-a mutat din Egipt în urmă cu câțiva ani. Urmează o școală mixtă și folosește în principal limbajul semnelor pentru a comunica, deși poate citi pe buze. În același timp, din cauza limbajului diferit, se luptă să urmărească lecția și să socializeze cu ceilalți colegi de clasă. Profesorul său de sprijin care este și interpret, participă la unele lecții cu Amir. Părinții săi sunt unul cu deficiență de auz și celălalt nu, care cunoaște limbajul semnelor de bază și se bazează pe citirea buzelor pentru a comunica cu fiul și cu celălalt părinte. Până în clasa a VI-a, Amir a urmat un internat special pentru elevii cu deficiențe de auz, dar familia sa a decis să se mute, așa că a trebuit să treacă la învățământul de masă în timpul liceului. Asta pentru că locuiesc într-un oraș mic și nu există o școală specială în apropiere și pentru că astfel s-ar putea integra mai bine în societate și cultura celor care aud.

Acum Amir a devenit introvertit, timid și i-a fost greu să se adapteze la noua sa școală și, treptat, a devenit izolat social. Și-a făcut câțiva prieteni ocazionali la școală, dar relația lor nu a mers prea departe, ei nu socializează în timpul lor privat, cu excepția lui Sarah, care s-a ocupat de el și învață limbajul semnelor pentru a comunica mai bine cu el. Se întâlnesc uneori după ore și învață împreună. De asemenea, a încercat să organizeze câteva seri cu prietenii ei, dar asta nu a mers prea bine pentru că nu erau conștienți de dificultățile cu care se confrunta Amir.

#### **Ce au observat părinții:**

În ultimele luni, Amir a început să vină târziu acasă. Unul din părinți a devenit îngrijorat că Amir nu vrea să vorbească despre școală și că a început să se izoleze în camera lui. Mai mult, Amir obișnuia să fie destul de deschis cu telefonul mobil și cu computerul, dar în ultimul timp refuză să le dea acces părinților. Amir s-a îmbolnăvit de câteva ori și este foarte obosit pentru că petrece mult timp pe rețelele de socializare mai ales noaptea. În cele din urmă, a cerut mai mulți bani de buzunar și bani pentru a cumpăra materiale pentru un proiect școlar, dar nu a adus acasă niciun material. A venit acasă fără rucsacul de școală și a început să meargă la școală pe jos în loc să ia autobuzul. Mai mult, acum evită unele străzi când merge la școală.

#### **Ceea ce au observat profesorii:**

Amir a început să lipsească de la școală, notele i-au scăzut drastic. El se justifică prin faptul că este bolnav și suferă de migrene. Spune că are dificultăți în a studia și din această cauză nu poate dormi bine noaptea. I-a spus profesorului de sprijin că vrea să se întoarcă la internatul pentru elevii cu deficiențe de auz și că simte că nu îl înțelege nimeni aici.

#### **Ceea ce observă colegii de clasă:**

Amir este mereu singur în pauză, cu excepția cazului în care niște băieți de la clasă se apropie de el. Sarah li se alătură uneori, dar când sosește, băieții pleacă. Au auzit odată că cei trei băieți îl strigau pe Amir și își bateau joc de ceva văzut în niște poze. Ceilalți colegi de clasă nu vor să fie implicați, așa că stau departe de acei băieți, care sunt cunoscuți ca fiind provocatori de probleme. Sarah a raportat odată profesorilor că Amir are niște vânătăi pe braț și că evită contactul fizic cu oricine și cu ea în ultima vreme. Mai mult, o



dată a fost nevoită să intervină, pentru că un coleg de clasă din distracție a încercat să-i lege mâinile lui Amir la spate cu o eșarfă, făcându-l incapabil să semnez.

## ÎNTREBĂRI

- Descrieți pe scurt profilul victimei și ce caracteristici ar putea crește probabilitatea de a fi o țintă a bullying-ului.
- Descrieți pe scurt profilul agresorului și ce caracteristici ar putea crește probabilitatea de a fi actor în bullying(bătăuș).
- Analizați pe scurt situația: bătăuș, țintă, privitori, spectatori, asistent, apărător.
- Ce mediere ar putea folosi profesorul în această situație?
- Unde, cine și cum ar putea ajuta empatia în această situație?
- Unde poate găsi ajutor și sprijin victima care este agresată?
- Ce semne (fizice, emoționale, relaționale) fac ca mediul și oamenii din jurul victimei să recunoască agresiunea
- Ce abilități și bune practici ar putea profesorii să ofere pentru clasa lor pentru a recunoaște și/sau a preveni bullying-ul?
  - Pentru victimă
  - Pentru martori, privitori, ajutoare, apărători
  - Pentru agresor
- Ce ziceți cyberbullying? Putem găsi câteva elemente care să ne facă să credem că ar putea exista cyberbullying în fapt? Dacă da, vă rugăm să detaliați pe scurt care sunt semnalele și care ar putea fi o abordare bună pentru a oferi sprijin.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



DISCLAIMER:

THE EUROPEAN COMMISSION'S SUPPORT FOR THE PRODUCTION OF THIS PUBLICATION DOES NOT CONSTITUTE AN ENDORSEMENT OF THE CONTENTS, WHICH REFLECT THE VIEWS ONLY OF THE AUTHORS, AND THE COMMISSION CANNOT BE HELD RESPONSIBLE FOR ANY USE WHICH MAY BE MADE OF THE INFORMATION CONTAINED THEREIN.