

Modulul 1. Înțelegerea bullying-ului în școli

Acest modul explorează problema complexă a bullying-ului în mediul educațional, oferind educatorilor cunoștințe. De la definirea diferitelor tipuri de bullying la înțelegerea prevalenței și impactului său, acest document echipează profesorii cu instrumentele necesare pentru a identifica, interveni și preveni comportamentele de bullying. Prin abordări bazate pe dovezi, studii de caz și întrebări de reflecție, vom examina rolurile agresorilor, victimelor și ale martorilor, demontând totodată miturile comune care împiedică intervenția eficientă.



**Co-funded by
the European Union**

Ce este bullying-ul?

Bullying-ul în școli este o problemă larg răspândită care afectează milioane de elevi la nivel global, cu efecte profunde și de lungă durată. Conform UNESCO (2019), bullying-ul este definit ca "un comportament nedorit, agresiv, între copii de vârstă școlară, care implică un dezechilibru real sau perceput de putere." Acest comportament se repetă, sau are potențialul de a se repeta, în timp.

1 Agresiune

Intenția de a provoca rău unui alt elev.

2 Repetiție

Comportamentul se repetă în timp, nu este doar un incident singular.

3 Dezechilibru de putere

Agresorul deține mai multă putere, fie fizică, socială sau emoțională.

Aceste trei componente cheie, identificate de cercetătorul pionier Olweus (1993), sunt esențiale pentru înțelegerea și identificarea situațiilor reale de bullying versus conflictele izolate. Recunoașterea acestor elemente îi ajută pe educatori să distingă bullying-ul de alte forme de conflict între egali și să dezvolte intervenții adecvate.

Tipuri de bullying: fizic și verbal

Bullying-ul fizic

Bullying-ul fizic implică rănirea corpului sau a bunurilor unei persoane. Acesta include lovirea, împingerea, îmbrâncirea sau deteriorarea bunurilor. Conform UNESCO (2019), această formă este mai comună în rândul copiilor mai mici, dar scade pe măsură ce elevii înaintază în vârstă.

- Împingerea repetată a unui coleg în dulapuri
- Împiedicarea elevilor pe holuri, cauzând leziuni
- Intimidare în grup cu împingeri și luarea bunurilor

Bullying-ul verbal

Bullying-ul verbal folosește cuvinte pentru a răni sau denigra pe cineva prin insulte, tachinări, amenințări sau comentarii nepotrivite. OMS indică faptul că aceasta este una dintre cele mai prevalente forme atât în școlile primare, cât și în cele secundare.

- Numirea elevilor cu nume derogatorii, afectând stima de sine
- Tachinarea colegilor cu privire la performanța academică
- Facerea de remarci derogatorii despre mediul cultural

Tipuri de bullying: Relațional și cibernetic

Bullying relațional (social)

Bullying-ul relațional implică afectarea reputației sau a relațiilor cuiva prin răspândirea de zvonuri, excludere socială sau umilire publică. Acesta tinde să fie mai ascuns decât bullying-ul fizic sau verbal, fiind mai dificil de detectat și este mai frecvent în rândul elevilor (Crothers & Levinson, 2004).

- Excluderea deliberată de la evenimente sociale
- Răspândirea de zvonuri false care afectează reputația
- Manipularea prietenilor pentru a izola victimele

Cyberbullying

Cyberbullying-ul are loc prin intermediul dispozitivelor digitale, prin mesaje text, rețele sociale sau alte canale online. Centrul Comun de Cercetare al Uniunii Europene (2020) raportează că peste 20% dintre elevi la nivel global l-au experimentat, iar prevalența sa este în creștere datorită conectivității digitale sporite.

- Mesaje de amenințare sau fotografii jenante partajate online
- Crearea de profile false pentru a se impersona și a umili
- Trimiterea de mesaje hărțuitoare cu amenințări de violență



Prevalența globală a bullying-ului



Impact la nivel mondial

Bullying-ul afectează elevi din aproape fiecare țară din lume, cu rate variate pe regiuni. Conform raportului cuprinzător UNESCO, care analizează date din 144 de țări, aproximativ 1 din 3 elevi la nivel global a experimentat o formă de bullying.



Studii europene

Sondajul HBSC **2021/2022** a constatat că aproximativ 11% dintre adolescenții europeni au raportat că au fost supuși bullying-ului de cel puțin două sau trei ori pe lună, cu rate variind de la 2% la peste 30% în funcție de regiune. **Cyberbullying-ul** a apărut ca o problemă critică, Centrul Comun de Cercetare al UE constatând că peste 20% dintre elevi au fost victime cel puțin o dată.



Statistici Macedonia

În **Macedonia**, cazurile înregistrate de violență între egali în școli au crescut dramatic de la 27 în 2021 la 102 în 2023, cu o creștere cea mai notabilă în școlile secundare și în regiuni precum Skopje și Tetovo. Între 2012 și jumătatea anului 2023, Ministerul a înregistrat un total de 1.189 incidente, atingând un vârf în 2013, scăzând în anii COVID și crescând din nou până în 2023.



Factori socioeconomici

Factorii socioeconomici influențează, de asemenea, prevalența bullying-ului. Elevii din familii cu venituri mici sunt, în general, mai predispuși să fie supuși bullying-ului decât colegii din medii mai înstărite, deși comportamentele de bullying nu sunt limitate la un singur grup socioeconomic.

Înțelegerea rolurilor în bullying

Agresorul (the Bully)

Persoana care inițiază comportamentul dăunător, adesea căutând să stabilească putere sau dominanță asupra altora. Agresorii vizează în mod constant victimele prin agresiune verbală, fizică sau socială, consolidându-și puterea percepută prin umilire publică.



Victima (the Victim)

Persoana care primește comportamentul de bullying. Victimele se simt adesea neputincioase, izolate și le este frică să raporteze incidentele de teama represaliilor sau de a fi etichetate ca „pârâcioase”. Hărțuirea continuă le afectează viața socială și performanța academică.

Observatorii (the Bystanders)

Cei care asistă la incidentele de bullying, dar este posibil să nu intervină. Observatorii pot fi pasivi (păstrând tăcerea), întărind (râzând sau încurajând) sau activi (apărând victima și raportând incidentul).

Rolul observatorilor este critic, deoarece reacția lor poate descuraja sau încuraja agresorul.

Observatorii activi care intervin pot ajuta la detensionarea situațiilor și pot oferi sprijin crucial victimelor, în timp ce observatorii pasivi sau întărind pot contribui, fără să vrea, la problemă.



Efectele bullying-ului asupra victimelor

Efecte pe termen scurt

- Anxietate, depresie și stimă de sine scăzută
- Probleme psihosomatice (dureri de cap, tulburări de somn, dureri de stomac)
- Dificultăți academice, probleme de concentrare și absențe școlare
- Retrageră socială și izolare de colegi

Potrivit lui Gini și Pozzoli (2009), victimele raportează niveluri crescute de probleme psihosomatice care se dezvoltă rapid după începerea bullying-ului și interferează cu funcționarea zilnică.

Efecte pe termen lung

- Risc crescut de tulburări de anxietate, depresie și gânduri suicidare
- Dificultăți în ajustarea socială și formarea de relații
- Stimă de sine scăzută persistentă și probleme de încredere
- Probabilitate mai mare de eșec academic

Copeland et al. (2013) au descoperit că persoanele supuse bullying-ului în copilărie au avut rate mai mari de anxietate, depresie și tendințe suicidare la vârsta adultă.



Efecte asupra agresorilor și a martorilor



Efecte asupra agresorilor

- Pe termen scurt: Comportamente agresive, tendințe antisociale, creștere temporară a statutului social
- Pe termen lung: Risc mai mare de delincvență și comportament criminal (Ttofi et al., 2011)
- Provocări în relațiile personale și stabilitatea locului de muncă (Farrington et al., 1998)
- Potențial de depresie și abuz de substanțe mai târziu în viață

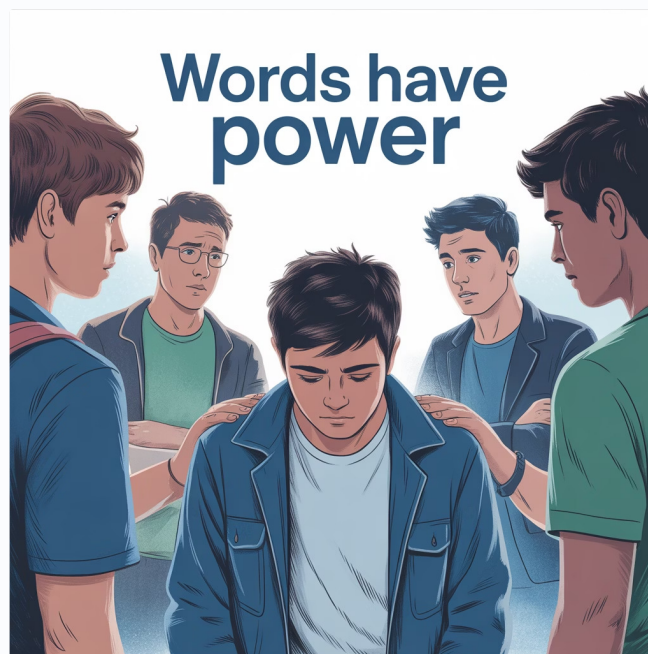


Efecte asupra martorilor

- Sentiment de vinovăție, anxietate și neajutorare
- Teama de a deveni următoarea țintă
- Risc mai mare de stres și simptome de anxietate (Rivers et al., 2009)
- Potențială desensibilizare la violență și agresiune în timp
- Probabilitate redusă de a interveni în viitoarele acte greșite

Cercetările arată că efectele negative ale bullying-ului se extind dincolo de victimă.

Agresorii se pot confrunta cu provocări semnificative la vârsta adultă, în timp ce martorii pot experimenta suferință psihologică din cauza faptului că sunt martori la incidente de bullying.



Mituri comune despre bullying

"Bullying-ul este o parte naturală a creșterii"

Realitate: Nu există nimic „natural” în legătură cu bullying-ul. Potrivit Asociației Americane de Psihologie și UNESCO (2020), bullying-ul poate duce la dificultăți emoționale, psihologice și academice pe termen lung. Considerarea acestuia ca fiind „normal” diminuează experiențele victimelor și descurajează intervenția.

"Cuvintele nu te vor răni niciodată"

Realitate: Bullying-ul verbal poate lăsa cicatrici emoționale profunde. Cercetările arată că poate duce la consecințe psihologice pe termen lung, inclusiv stimă de sine redusă și risc crescut de tulburări de sănătate mintală precum anxietatea și depresia.

"Bullying-ul îi face pe copii mai rezistenți"

Realitate: Bullying-ul nu construiește reziliența; distruge încrederea și stima de sine. Victimele raportează frecvent sentimente crescute de anxietate, frică și vulnerabilitate, ceea ce le scade încrederea și capacitatea de a face față situațiilor sociale (Psy-ed, 2023).

Percepție greșită

- "A spune unui profesor este a pâri"
- "Este doar tachinare"
- "Bullying-ul este ușor de recunoscut"
- "Copiii care sunt hărțuiți le vor spune întotdeauna unui adult"

Realitate

- Există o diferență crucială între a pâri (pentru a băga pe cineva în bucluc) și a spune (pentru a proteja pe cineva de rău)
- Tachinarea devine bullying atunci când este repetitivă, răuvoitoare și intenționează să rănească
- Multe forme de bullying, în special cele relaționale, sunt ascunse și dificil de identificat
- Doar aproximativ 33% dintre elevii hărțuiți raportează incidentele adulților, adesea de teamă de represalii

Mituri comune despre bullying

"Băieții fac bullying, fetele nu"

Realitate: Fetele fac și ele bullying, dar adesea se angajează în tipuri diferite, cum ar fi agresiunea relațională, mai degrabă decât violența fizică. Această percepție greșită subestimează prevalența și impactul negativ al bullying-ului în rândul fetelor.

"Cyberbullying-ul este mai puțin dăunător decât bullying-ul față în față"

Realitate: Cyberbullying-ul poate fi chiar mai dăunător, deoarece are loc 24/7, urmărește victimele acasă, iar conținutul dăunător poate fi distribuit pe scară largă și rapid, lăsând victimele să se simtă constant vulnerabile.

"Ignorarea bullying-ului îl va face să dispară"

Realitate: Ignorarea bullying-ului, de obicei, îl înrăutățește. Atunci când nu este abordat, acesta poate escalada cu consecințe mai grave. Tăcerea permite adesea agresorilor să continue, sugerând că acțiunile lor sunt acceptabile.

Rolul profesorului în identificarea bullying-ului

Profesorii joacă un rol crucial în prevenirea, identificarea și intervenția în situațiile de bullying. Primul pas este identificarea precisă a tuturor formelor de bullying, de la agresiunea fizică evidentă la bullying-ul relațional sau cibernetic, mai subtil.



Indicatori de bullying fizic

- Leziuni vizibile sau vânătăi inexplicabile
- Obiecte personale deteriorate sau lipsă
- Elevi care manifestă teamă față de anumiți colegi
- Retință de a participa la activități fizice



Indicatori de bullying verbal

- Schimbări de dispoziție după discuții verbale
- Auzirea repetată de insulte sau apelative jignitoare
- Elevi care devin retrași după interacțiuni
- Retință de a vorbi în clasă



Indicatori de bullying relațional

- Excludere socială în timpul activităților de grup
- Evitarea anumitor cercuri sociale
- Răspândirea de zvonuri despre anumiți elevi
- Pierderea bruscă a prietenilor



Indicatori de cyberbullying

- Stres emoțional crescut după utilizarea dispozitivelor
- Retință de a utiliza dispozitive digitale sau rețele sociale
- Anxietate la primirea notificărilor
- Retrageră din activitățile online



Rolul profesorului în intervenție

Studiile indică faptul că cele mai de succes intervenții sunt imediate, directe și vizează oprirea comportamentului de bullying, susținând în același timp victima. Profesorii trebuie să ia măsuri decisive atunci când are loc un act de bullying.

Intervenție imediată

Emite avertismente clare și ferme atunci când are loc bullying, specificând comportamentul și încălcarea regulamentului școlar.

Exemplu: "Acest comportament este împotriva regulilor școlii noastre și trebuie să înceteze imediat."

Susține victima

Oferă suport emoțional ascultând, recunoscând sentimentele și asigurându-te că situația va fi abordată. Stabilește verificări zilnice sau săptămânale pentru a ajuta victima să se simtă în siguranță și susținută.

Documentație

Ține un "registru de bullying" sau un jurnal de incidente notând tipul de bullying, elevii implicați și pașii întreprinși. Completează un raport de situație de bullying după fiecare incident și împărtășește-l cu consilierii școlari și directorii.

Implică observatorii

Recompensează comportamentul pozitiv al celor care au luat atitudine împotriva bullying-ului. Pentru observatorii pasivi, explică-le cum ar fi putut acționa diferit, ajutându-i să înțeleagă rolul lor în prevenție.

Colaborează cu părinții

Programează întâlniri cu părinții victimelor și ai agresorilor. Împărtășește planurile de intervenție, discută implementarea acasă și oferă resurse precum servicii de consiliere și grupuri de sprijin.

Creșterea supravegherii în zonele fierbinți de bullying, cum ar fi holurile, cantinele sau locurile de joacă, poate preveni incidente ulterioare.

Documentația este crucială pentru identificarea tiparelor de comportament și escaladarea problemelor atunci când este necesar.

Studiu de caz: Experiența Mariei

Situația de bullying

Maria, o adolescentă de 15 ani odinioară sociabilă, a devenit ținta cyberbullying-ului și a hărțuirii verbale în liceu. Ceea ce a început ca mici tachinări a escaladat când colegii de clasă au creat conturi anonime pe rețelele sociale pentru a o batjocori public, postând fotografii editate cu descrieri jignitoare și răspândind zvonuri false. La școală, același grup a hărțuit-o verbal în timpul pauzelor, numind-o „perdantă” și „urâtă” în fața celorlalți.

Consecințele pentru Maria

Maria a dezvoltat anxietate legată de școală, notele i-au scăzut și s-a retras din activitățile de care se bucura odinioară. Stima de sine i-a scăzut drastic, a devenit izolată și avea dificultăți de somn. A început chiar să-și pună la îndoială valoarea și a avut gânduri trecătoare de autovătămare.

Intervenția școlii

Școala a implementat o abordare în două direcții:

- Discuții la clasă despre bullying ca parte a unui program mai amplu de învățare socio-emoțională
- Un program de mediere între egali, unde elevii au fost instruiți să medieze conflictele

De-a lungul timpului, aceste eforturi au dat rezultate. Colegii de clasă ai Mariei au devenit mai conștienți de consecințele acțiunilor lor, iar unii și-au cerut scuze. Școala a implementat, de asemenea, politici mai stricte privind utilizarea rețelelor sociale și a abordat imediat hărțuirea online.

Întrebări de reflecție

Reflecții asupra studiului de caz

- Ce semne de bullying a manifestat Maria și cum pot profesorii să identifice semne similare la elevii care s-ar putea să nu raporteze că sunt hărțuiți?
- Cât de eficientă a fost intervenția școlii? Ce alte abordări ar fi putut ajuta?
- Cum pot școlile să construiască medii în care elevii să se simtă în siguranță să raporteze incidentele de bullying?
- Ce sprijin pe termen lung ar putea avea nevoie Maria chiar și după încetarea bullying-ului?