

Modulul 2. Caracteristici de dezvoltare ale adolescenților și identificarea comportamentelor de bullying

Acest modul explorează relația complexă dintre dezvoltarea adolescenților și comportamentele de bullying în mediile liceale. Conceput pentru educatori, oferă perspective asupra dezvoltării psihologice, emoționale și sociale a adolescenților și modul în care acești factori influențează dinamica de bullying. Documentul echipează profesorii cu abilități practice pentru a recunoaște atât semnele evidente, cât și pe cele subtile de bullying, pentru a înțelege profilurile psihologice ale victimelor și agresorilor și pentru a implementa strategii eficiente de intervenție.



**Co-funded by
the European Union**

Dezvoltarea adolescenților și relația cu bullying-ul

Adolescența reprezintă o perioadă critică de dezvoltare, caracterizată prin schimbări semnificative în dezvoltarea creierului, funcționarea cognitivă și dinamica socială.

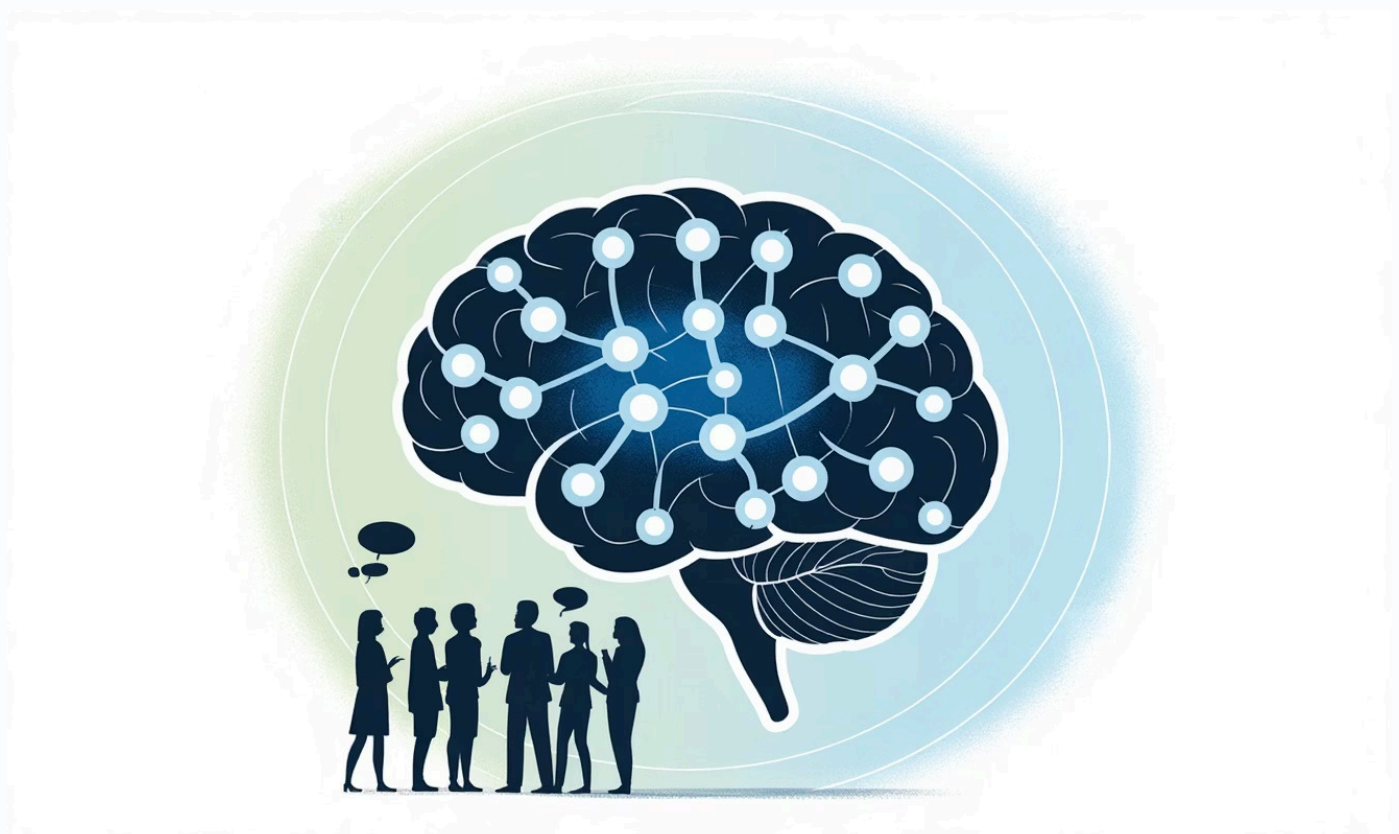
Aceste transformări influențează profund modul în care adolescenții se percep pe ei înșiși și pe ceilalți, afectând simultan tendințele lor comportamentale, inclusiv vulnerabilitatea la bullying și propensiunea de a exercita bullying asupra altora.

Înțelegerea acestor factori de dezvoltare oferă educatorilor informații valoroase despre cauzele și simptomele bullying-ului, permițând o intervenție mai eficientă.

Dezvoltarea cognitivă

Adolescenții experimentează abilități cognitive îmbunătățite, inclusiv gândire critică, reglare emoțională și abilități de rezolvare a problemelor. Dezvoltarea continuă a cortexului prefrontal, responsabil pentru luarea deciziilor și controlul impulsurilor, contribuie la aceste progrese. Cu toate acestea, aceste abilități rămân incomplete, făcând adolescenții mai susceptibili la comportamente impulsive, în special în rândul colegilor (Crone & Dahl, 2012).

Pe măsură ce adolescenții caută să-și stabilească identitatea, influența grupului de semeni devine crucială în modelarea percepției de sine. Comparația socială și nevoia de aprobare din partea colegilor pot declanșa comportamente agresive sau sentimente de inadecvare, ambele putând preceda comportamentele de bullying. Conform teoriei lui Erikson, eșecul în dezvoltarea unui simț al sinelui poate duce la confuzie de rol, manifestându-se potențial ca agresiune față de ceilalți (Erikson, 1968).



Dezvoltarea adolescenților și relația cu bullying-ul (Continuare)

Dezvoltarea și reglarea emoțională

Creierul adolescentului experimentează o reactivitate emoțională accentuată datorită modificărilor din sistemul limbic. Cercetările indică faptul că o reglare emoțională slabă se corelează cu o probabilitate crescută de a deveni fie un agresor, fie o victimă a bullying-ului (Garner, 2017). Adolescenții care se luptă să-și controleze emoțiile sunt mai predispuși la comportamente impulsive, inclusiv agresiune și bullying (Murray-Close et al., 2007).

Această perioadă este caracterizată de o sensibilitate crescută atât la stimuli pozitivi, cât și negativi, ducând la o volatilitate emoțională. Pe măsură ce adolescenții navighează prin acest peisaj emoțional complex, ei devin mai vulnerabili la sentimentele de respingere și excludere socială, ceea ce poate intensifica conflictele interpersonale (Steinberg, 2014). Acești factori ajută la explicarea motivului pentru care adolescenții victime ale bullying-ului experimentează adesea rate mai mari de anxietate, depresie și izolare socială.

Dezvoltarea socială

În timpul adolescenței, apartenența socială devine primordială, grupurile de semeni exercitând o influență puternică asupra comportamentului. Popularitatea și statutul social apar ca surse de putere, putând duce la comportamente de bullying pe măsură ce unii adolescenți încearcă să-și afirme dominația sau să-și mențină poziția în ierarhiile sociale (Bukowski & Sippola, 2001; Crone & Steinbeis, 2017).

Adolescenții formează adesea clișee, iar cei care sunt marginalizați sau percepuți ca fiind diferiți pot deveni ținte ale bullying-ului (Espelage & Swearer, 2003). Elevii populari folosesc uneori bullying-ul pentru a menține dominanța socială, în timp ce cei din grupurile marginalizate se confruntă cu un risc mai mare de victimizare. Dinamica socială, cum ar fi excluderea, răspândirea zvonurilor și umilirea publică, reprezintă tactici comune în bullying-ul relațional, care rămâne adesea invizibil pentru adulți datorită funcționării sale sub coduri sociale implicite.

Diferențe între conflictele normale și bullying

În timp ce conflictul reprezintă o componentă naturală a interacțiunilor sociale ale adolescenților, educatorii trebuie să facă distincția între neînțelegerile normale și comportamentele de bullying pentru a răspunde în mod adecvat.

Conflicte normale

- Putere egală între părți, cu o poziție socială sau emoțională relativ echilibrată
- Incidente spontane, mai degrabă decât tipare de comportament stabilite
- Fără intenție deliberată de a face rău; conflictele apar din neînțelegeri sau interpretări greșite
- Rezolvare posibilă prin comunicare, negociere și compromis

Exemplu: Lisa și Maria sunt prietene apropiate care nu sunt de acord cu privire la ce activitate extrașcolară să se alăture. Ele se ceartă despre care activitate este mai bună și devin temporar supărate una pe alta. După ce se calmează, decid să-și urmeze interesele separate, menținându-și prietenia. Acest conflict implică putere egală, dezacord situațional și poate fi rezolvat prin comunicare fără a provoca daune de durată.

Comportamente de bullying

- Dezechilibru clar de putere (social, emoțional sau fizic)
- Intenție deliberată de a provoca daune emoționale, fizice sau sociale
- Tipar de comportament repetat, mai degrabă decât incidente izolate
- Victima se simte neputincioasă să rezolve situația; agresorul nu manifestă interes pentru rezolvare

Exemplu: Alex răspândește în mod repetat zvonuri false despre Ben, susținând că acesta trișează la examene. Acest lucru îl face pe Ben să devină izolat social, colegii refuzând să lucreze cu el sau să stea cu el la prânz. În ciuda încercărilor lui Ben de a-și curăța numele, Alex continuă să răspândească zvonuri, provocând suferință și excludere continuă. Acest lucru reprezintă bullying din cauza acțiunii deliberate, repetate, cu intenția de a face rău, a dezechilibrului clar de putere și a comportamentului persistent care provoacă daune emoționale.

Diferențe între conflictele normale și bullying

Răspunsurile profesorilor la diferite situații



Pentru conflicte normale

- Încurajați comunicarea deschisă și ascultarea activă între elevi
- Predați abilități de rezolvare a conflictelor, inclusiv negocierea și compromisul
- Mediați discuțiile pentru a vă asigura că ambele părți se simt ascultate
- Promovați empatia ajutând elevii să înțeleagă diferite perspective



Pentru situații de bullying

- Intervenți imediat pentru a opri bullying-ul și a separa persoanele implicate
- Abordați dezechilibrele de putere sprijinind victimele și aplicând consecințe
- Monitorizați situația în timp pentru a preveni reaparitia
- Implicați părinții, consilierii și administratorii atunci când este necesar

Activitate la clasă: identificarea scenariilor de bullying

Următoarele scenarii oferă exemple practice pentru a ajuta educatorii să facă distincția între conflictele normale și situațiile de bullying. Pentru fiecare scenariu, luați în considerare caracteristicile cheie care definesc interacțiunea și răspunsurile adecvate ale profesorului.



Scenariul 1: conflict normal

Emma și Jake doresc amândoi rolul de lider într-un proiect de grup. Au idei diferite despre structura proiectului și se ceartă aprins, amândoi ridicând tonul. Dezacordul se concentrează pe sarcină. Când profesorul intervine, îi ajută pe elevi să găsească un compromis în care Emma se ocupă de cercetare, în timp ce Jake coordonează prezentarea. Ulterior, ambii elevi revin la lucrul colaborativ fără tensiuni persistente.

Indicatori cheie: Dinamică de putere egală, dezacord centrat pe sarcină, incident unic, rezolvare obținută prin compromis.

Acțiunea profesorului: Medierea discuției, ajutarea elevilor să găsească un compromis care să valorifice punctele forte ale ambilor elevi și monitorizarea pentru a asigura menținerea rezoluției.



Scenariul 2: situație de bullying

În timpul pauzei, Sam îi adresează în mod repetat lui James nume derogatorii precum „ratat” și „slăbănog” în fața colegilor de clasă. Sam își bate joc de aspectul și abilitățile atletice ale lui James aproape zilnic. James încearcă inițial să ignore comentariile, dar devine din ce în ce mai retras și în cele din urmă încetează să mai participe la activitățile din pauză. Începe să evite complet pauzele, stând în clasă sau prefăcându-se bolnav. Sam continuă hărțuirea fără remușcări, lăsându-l pe James să se simtă umilit și neputincios.

Indicatori cheie: Dezechilibru de putere, intenția de a provoca rău, comportament repetat, suferința crescândă a victimei, lipsa rezoluției.

Acțiunea profesorului: Intervenție imediată, separarea elevilor, oferirea de sprijin lui James, implementarea consecințelor pentru Sam, monitorizarea atentă



Scenariul 3: conflict normal

În timpul orei de matematică, Sarah și Lucas nu sunt de acord cu soluția unei probleme. Ambii sunt încrezători în metodele lor și insistă că au dreptate. Dezacordul escaladează într-o scurtă ceartă care perturbă lecția. După oră, ambii elevi realizează că au reacționat exagerat, își cer scuze unul altuia și rezolvă problema fără resentimente persistente între ei.

Indicatori cheie: Dinamică de putere egală, dezacord academic, incident unic, recunoaștere reciprocă a reacției exagerate, rezolvare prin scuze.

Acțiunea profesorului: Abordarea perturbării din clasă, facilitarea reflecției post-lecție, recunoașterea maturității lor în rezolvarea conflictului și utilizarea incidentului ca moment de învățare despre dezacordul constructiv.

Rolul genului și al stereotipurilor în comportamentul de bullying

Comportamentul de bullying reflectă și consolidează frecvent normele și așteptările sociale de gen. Băieții și fetele se angajează adesea în diferite forme de bullying bazate pe stereotipuri culturale despre masculinitate și feminitate, ceea ce influențează atât exprimarea comportamentelor de bullying, cât și modul în care aceste comportamente sunt percepute și abordate de adulți.

Băieții și bullying-ul fizic

Băieții sunt mai predispuși să se angajeze în bullying fizic, cum ar fi lovirea, împingerea sau alte forme de agresiune deschisă. Aceste comportamente se aliniază cu viziunile tradiționale asupra masculinității, care subliniază adesea forța fizică și dominanța. Băieții pot folosi bullying-ul pentru a-și afirma puterea, a-și dovedi duritatea sau a câștiga statut social în grupul lor de egali (Olweus, 1993).

Exemplu: Un grup de băieți ia la țintă un băiat mai mic în timpul pauzei, împingându-l în mod repetat în dulapuri și batjocorindu-i aspectul fizic. Comportamentul agresiv este menit să demonstreze dominanță în fața colegilor.

Băieții sunt adesea socializați să fie duri și competitivi, ceea ce poate duce la forme mai deschise de agresiune. Cei care nu se conformează normelor masculine, cum ar fi băieții percepuți ca fiind mai slabi sau mai emoționali, pot fi mai vulnerabili la bullying (Espelage & Swearer, 2003).

Impactul asupra victimelor: Băieții care se confruntă cu bullying pot avea dificultăți în a cere ajutor de teama de a fi percepuți ca slabi sau ne-bărbătești. Această reticență poate duce la suferință emoțională internalizată și un risc crescut de depresie.

Fetele și bullying-ul relațional

Fetele se angajează mai frecvent în bullying relațional, care implică manipularea relațiilor sociale pentru a le face rău altora. Această formă de bullying include răspândirea de zvonuri, excluderea altora din grupurile sociale sau dăunarea reputației. Bullying-ul relațional se aliniază cu așteptările sociale ca fetele să fie mai orientate social și mai motivate emoțional (Crothers & Levinson, 2004).

Exemplu: Un grup de fete răspândește zvonuri false despre o altă fată, ducând la ostracizarea ei socială. Scopul este de a izola ținta fără agresiune fizică directă.

Fetele participă adesea la forme mai subtile de bullying, cum ar fi bârfa sau excluderea, care se aliniază cu așteptările sociale ca fetele să fie mai puțin agresive fizic. Aceste comportamente pot fi la fel de dăunătoare ca bullying-ul fizic, dar sunt, de obicei, mai greu de detectat (Crick & Grotpeter, 1995).

Impactul asupra victimelor: Victimele bullying-ului relațional experimentează frecvent suferință emoțională pe termen lung, inclusiv anxietate și depresie. Deoarece bullying-ul relațional este mai puțin vizibil, victimele se simt adesea izolate și nesusținute.

Demolarea stereotipurilor de gen în bullying – strategii pentru profesori



Încurajați empatia și exprimarea emoțională

Învățarea atât a băieților, cât și a fetelor să-și exprime emoțiile în moduri sănătoase poate reduce comportamentele agresive cauzate de frustrare sau nevoi emoționale nesatisfăcute. Prin normalizarea exprimării emoționale între sexe, profesorii pot contribui la destrămarea stereotipurilor care duc la bullying.

Activitate la clasă: Mima emoțiilor

Elevii mimează diverse emoții (furie, tristețe, entuziasm, frustrare) în grupuri mici, fără a folosi cuvinte. După ghicirea emoțiilor, elevii discută cum se simt emoțiile și cum pot fi exprimate constructiv. Activitatea subliniază modul în care empatia ajută la prevenirea conflictelor și a bullying-ului prin înțelegerea emoțiilor celorlalți.



Recunoașteți toate formele de bullying

Învățați elevii să recunoască că bullying-ul ia multe forme, inclusiv agresiunea fizică, verbală, relațională și cyberbullying-ul, subliniind că toate formele sunt dăunătoare, indiferent de genul care se angajează de obicei în ele.

Activitate la clasă: Exercițiu de reflecție asupra bullying-ului

Elevii scriu anonim despre experiențele de bullying la care au fost martori sau pe care le-au trăit, concentrându-se pe sentimente și tipul de bullying. Profesorul citește exemple selectate, clasificându-le în bullying fizic, verbal, relațional și cyberbullying.



Contestați stereotipurile de gen

Contestați activ stereotipurile care promovează comportamente agresive la băieți sau încurajează comportamente pasiv-agresive la fete. Ajutați elevii să recunoască modul în care aceste stereotipuri le limitează exprimarea și pot duce la comportamente dăunătoare.

Activitate la clasă: Schimbarea rolurilor

Elevii generează idei despre stereotipurile de gen comune, apoi se împart în grupuri pentru a examina efectele negative ale stereotipurilor asupra băieților (de exemplu, „Băieții nu plâng”) și fetelor (de exemplu, „Fetele ar trebui să fie tăcute”). Elevii joacă pe roluri scenarii care încalcă aceste stereotipuri, cum ar fi băieții care își exprimă vulnerabilitatea sau fetele care se apără cu asertivitate. Urmează o discuție despre cum influențează stereotipurile bullying-ul și cum pot fi ele contestate.



Promovați sprijinul între egali

Încurajați elevii să acționeze ca martori proactivi, apărându-i pe colegii care sunt supuși bullying-ului, indiferent de gen. Creați sisteme în care elevii să se simtă împuterniciți să se sprijine reciproc.

Activitate la clasă: Ridicați-vă, vorbiți deschis

Creați un program de sprijin între egali în care elevii învață să recunoască comportamentele de bullying și să intervină în siguranță. Elevii joacă pe roluri scenarii de bullying și practică diferite metode de intervenție (confruntarea agresorilor, raportarea incidentelor, sprijinirea victimelor). Urmează o discuție despre abordările eficiente și construirea unei comunități școlare de susținere.

Aspecte socio-culturale și bullying-ul

Factorii culturali, inclusiv diversitatea etnică, valorile societale și contextul istoric, influențează semnificativ comportamentele de bullying.

Diversitatea etnică și bullying-ul

Diversitatea etnică în școli influențează comportamentul de bullying în moduri complexe. În clasele etnic diverse, bullying-ul poate fie să crească din cauza conflictelor intergrupuri, fie să scadă pe măsură ce elevii învață să interacționeze cu oameni din medii diferite. Basilici et al. (2022) au constatat că în America de Nord, diversitatea etnică a servit adesea ca factor de protecție împotriva bullying-ului, reducând dezechilibrele de putere care alimentează astfel de comportamente.

Cu toate acestea, în Europa, unde statutul de imigrant se corelează mai strâns cu etnia, diversitatea etnică a apărut mai frecvent ca factor de risc pentru bullying, în special în rândul elevilor mai tineri. Bullying-ul etnic vizează în mod specific indivizi pe baza originii lor etnice sau culturale, putând implica insulte rasiale, excludere sau alte comportamente discriminatorii. Această formă de bullying afectează profund sănătatea mintală și sentimentul de identitate al victimelor.

Sisteme educaționale și bullying-ul

Diferențele dintre sistemele educaționale contribuie semnificativ la prevalența bullying-ului. Țările cu structuri școlare mai ierarhice sau cu o supraveghere mai redusă în timpul pauzelor raportează adesea rate mai mari de bullying. Akiba et al. (2002) au descoperit că sistemele educaționale care creează decalaje substanțiale de performanță între elevi se confruntă frecvent cu o incidență mai mare a bullying-ului.

Aceste constatări subliniază modul în care structurile instituționale pot fie atenua, fie exacerba comportamentele de bullying. Abordările educaționale care pun accent pe cooperare mai degrabă decât pe concurență, oferă o supraveghere adecvată și promovează în mod activ medii incluzive tind să înregistreze rate mai scăzute de bullying.



Strategii pentru abordarea aspectelor socio-culturale legate de bullying

Promovarea unor medii de clasă incluzive

Profesorii pot preveni bullying-ul etnic prin crearea unor culturi de clasă care celebrează diversitatea. Aceasta include încurajarea elevilor să învețe despre originile culturale ale celorlalți și promovarea activă a respectului pentru diferențe. Activitățile care facilitează schimbul cultural și discuțiile deschise despre diversitate ajută la reducerea prejudecăților și la construirea empatiei între elevi.

Exemplu de activitate: Organizați o „Zi Culturală” în care elevii prezintă aspecte ale patrimoniului lor cultural, inclusiv mâncare, muzică, tradiții și obiceiuri. Această experiență interactivă îi ajută pe elevi să aprecieze diversitatea și reduce probabilitatea bullying-ului bazat pe diferențe culturale. Evenimentul poate include expoziții, spectacole și oportunități pentru elevi de a împărtăși povești personale despre identitățile lor culturale.

Prin normalizarea diferențelor culturale și evidențierea valorii perspectivelor diverse, profesorii creează medii în care bullying-ul etnic devine mai puțin acceptabil social. Această abordare abordează cauzele profunde ale bullying-ului etnic prin contestarea stereotipurilor și construirea înțelegerii interculturale.

Instruirea elevilor să recunoască și să raporteze hărțuirea bazată pe etnie

Programele anti-bullying eficiente trebuie să abordeze în mod specific bullying-ul etnic, învățându-i pe elevi să recunoască comportamentul discriminatoriu și stabilind mecanisme clare de raportare. Atunci când elevii înțeleg ce constituie bullying-ul etnic și știu cum să-l raporteze, ei devin participanți activi la crearea unor medii școlare mai sigure.

Exemplu de activitate: Uniți împotriva urii

- **Obiectiv:** Ajutarea elevilor să înțeleagă bullying-ul etnic și abilitarea lor de a-l recunoaște și raporta în siguranță
- **Proces:** Explicați că bullying-ul etnic vizează pe cineva pe baza etniei, naționalității sau a originii culturale
- **Activitate:** Grupurile analizează fișe de scenarii care descriu atât bullying-ul etnic, cât și cel general, identificând tipurile de bullying și răspunsurile adecvate
- **Discuție:** Grupurile își împărtășesc analizele, concentrându-se pe importanța abordării bullying-ului etnic și pe modul de creare a unor medii incluzive

Această activitate îi ajută pe elevi să distingă între diferitele forme de bullying, subliniind în același timp prejudiciul particular cauzat de hărțuirea bazată pe etnie. Prin practicarea strategiilor de identificare și răspuns, elevii își dezvoltă abilitățile necesare pentru a interveni eficient atunci când sunt martori la bullying-ul etnic.

Conectați familiile cu sisteme de sprijin socio-economic

Factorii socio-economici se intersectează adesea cu mediile etnice și culturale pentru a crea vulnerabilități suplimentare la bullying. Profesorii pot juca un rol crucial în identificarea momentelor în care familiile ar putea beneficia de programe de sprijin locale sau naționale și în îndrumarea acestora către resurse adecvate. Această abordare holistică recunoaște că abordarea bullying-ului necesită uneori abordarea provocărilor socio-economice subiacente.

Identificați nevoile

Observați studenții pentru semne care pot indica provocări socio-economice, cum ar fi foamea constantă, îmbrăcămintea inadecuată sau incapacitatea de a participa la activitățile școlare din cauza constrângerilor financiare.

Abordați cu sensibilitate

Atunci când contactați familiile, comunicați cu empatie și respect, concentrându-vă pe resursele disponibile, mai degrabă decât pe deficiențele percepute. Mențineți confidențialitatea pe tot parcursul procesului.

Cercetați resursele disponibile

Mențineți o bază de date actualizată cu resurse comunitare, inclusiv programe de asistență alimentară, servicii de sănătate, sprijin pentru locuințe și subvenții educaționale pentru care familiile ar putea fi eligibile.

Facilitați conexiunile

Ajutați familiile să navigheze procesele de aplicare, furnizați documentația necesară din partea școlii atunci când este cazul și urmăriți pentru a vă asigura că au accesat cu succes serviciile necesare.

Recunoașterea semnelor de bullying: indicatori vizibili și subtili

Semne emoționale la victime

- Schimbări bruște de dispoziție sau volatilitate emoțională
- Anxietate crescută, în special înainte de școală sau evenimente sociale
- Expresii de tristețe, lipsă de speranță sau inutilitate
- Pierderea interesului pentru activități anterior plăcute
- Furie sau iritabilitate neexplicată

Semne comportamentale la agresori

- Agresivitate sau dominanță crescută față de semenii
- Nevoia de control în situații sociale
- Lipsa de empatie față de sentimentele altora
- Învinuirea victimelor că i-au provocat
- Istoric de probleme disciplinare



Semne sociale la victime

- Pierderea bruscă a prietenilor sau evitarea situațiilor sociale
- Retincentă de a participa la activități de grup
- Izolare în timpul prânzului sau al orelor libere
- Căutarea companiei adulților în loc de interacțiunea cu semenii
- Excluderea sau respingerea de către semenii

Semne academice la victime

- Scăderea notelor sau a performanței școlare
- Scăderea participării la discuțiile din clasă
- Dificultate de concentrare în timpul lecțiilor
- Creșterea absenteismului sau a întârzierilor
- Evitarea anumitor cursuri sau activități

Semne fizice și materiale

Indicatori fizici

- Leziuni, vânătăi sau zgârieturi inexplicabile
- Obiecte rupte, deteriorate sau lipsă
- Plângeri frecvente de dureri de cap, dureri de stomac sau alte afecțiuni fizice
- Schimbări în obiceiurile alimentare (săritul meselor sau mâncatul în exces)
- Tulburări de somn, inclusiv coșmaruri sau insomnie

Semne materiale subtile

- Obiecte personale sau rechizite școlare lipsă sau deteriorate
- Bani de prânz sau bunuri "pierdute"
- Solicitări bruște de bani suplimentari fără o explicație rezonabilă
- Bunuri în mod repetat "rătăcite" sau "uite"
- Retinerea de a aduce obiecte valoroase la școală

Dinamica clasei care poate indica bullying

Pe lângă semnele individuale, anumite dinamici din clasă pot semnaliza că are loc bullying:

- **Dezechilibre de putere:** Dominanța constantă a anumitor elevi asupra altora în interacțiunile sociale
- **Râs la momente nepotrivite:** Elevii râd când un alt elev vorbește sau participă
- **Comportamente de excludere:** Elevii sunt lăsați în mod constant în afara activităților de grup sau stau singuri
- **Tensiune între anumiți elevi:** Disconfort vizibil atunci când anumiți elevi interacționează
- **Schimbări bruște în grupările sociale:** Elevi anterior prietenoși care se evită brusc

Profesorii ar trebui să fie deosebit de atenți la aceste semne la elevii care pot fi mai vulnerabili la bullying, inclusiv la cei percepuți ca fiind diferiți din cauza aspectului, abilităților, statutului socio-economic sau mediului cultural. Recunoașterea timpurie a acestor indicatori permite o intervenție rapidă înainte ca bullying-ul să escaladeze și să provoace daune mai semnificative.



Implementarea strategiilor eficiente de prevenire și intervenție în bullying



Strategii de prevenire bazate pe dovezi

Elaborarea unor politici clare anti-bullying

Stabilirea unor politici cuprinzătoare care definesc clar toate formele de bullying, detaliază procedurile de raportare și specifică consecințele.

Aceste politici ar trebui elaborate cu contribuția elevilor, personalului și părinților pentru a asigura o acceptare largă și ar trebui comunicate în mod regulat întregii comunități școlare.

Dezvoltarea abilităților socio-emoționale

Integrarea învățării socio-emoționale în curriculum pentru a ajuta elevii să dezvolte empatie, reglare emoțională, rezolvarea conflictelor și abilități de relaționare sănătoasă.

Aceste competențe fundamentale reduc bullying-ul prin abordarea factorilor sociali și emoționali subiacenți care contribuie la comportamentele agresive.

Crearea unor medii incluzive

Promovarea activă a respectului pentru diversitate prin celebrarea diferențelor, contestarea stereotipurilor și asigurarea că toți elevii se simt apreciați.

Clasele incluzive reduc dezechilibrele de putere care adesea alimentează bullying-ul și ajută elevii să dezvolte apreciere pentru diverse perspective și experiențe.

Împuternicirea spectatorilor

Antrenarea elevilor să recunoască bullying-ul și să intervină în siguranță atunci când sunt martori.

Cercetările arată că intervenția colegilor este foarte eficientă în oprirea episoadelor de bullying, astfel încât dotarea elevilor cu strategii specifice pentru sprijinirea victimelor poate reduce semnificativ incidentele de bullying.

Abordări eficiente de intervenție

3-5

Minute

Fereastra critică pentru o intervenție eficientă atunci când se observă bullying-ul. Răspunsul imediat previne escaladarea și transmite un mesaj clar că bullying-ul este inacceptabil.

57%

Reducere

Scăderea medie a incidentelor de bullying atunci când școlile implementează programe cuprinzătoare de prevenire care abordează mai multe niveluri ale mediului școlar.

2x

Mai eficiente

Intervențiile care abordează atât victimele, cât și agresorii sunt de două ori mai eficiente decât cele care se concentrează exclusiv pe pedepsirea agresorilor sau pe protejarea victimelor.