

Modulul 8. Sisteme de sprijin colegial

Acest modul explorează cum să se stabilească sisteme eficiente de sprijin colegial pentru a combate bullying-ul în școli. Prin programe structurate precum mentoratul colegial, sistemele de prieteni, medierea colegială și inițiativele ambasadiorilor anti-bullying, elevii pot fi împuterniciți să creeze medii de învățare mai sigure și mai incluzive.



**Co-funded by
the European Union**

Înțelegerea mentoratului colegial

Mentoringul colegial implică inițiative structurate în care elevi mai mari sau mai experimentați își asumă rolul de mentori, construind relații de susținere și devenind modele pozitive pentru elevi mai tineri sau mai puțin experimentați care au nevoie de îndrumare și sfaturi. Acest sistem de sprijin colegial este deosebit de eficient în reducerea bullying-ului, deoarece mentorii îi ghidează pe mentori către luarea deciziilor responsabile și respectul față de ceilalți, întărind o cultură școlară bazată pe empatie, incluziune și sprijin reciproc (Houlston et al, 2009).

Un număr tot mai mare de cercetări arată că mentoratul colegial se extinde dincolo de rezultatele academice, spre o creștere psihologică pozitivă. Cowie (2014) a constatat că sprijinul colegial a fost valoros pentru intervenția în cazurile de bullying; adoptarea sprijinului colegial în școli creează oportunități pentru copii și tineri de a fi proactivi în combaterea bullying-ului atunci când îl observă.

Inspira speranță

Mentorii colegiali își propun să inspire speranță, ajutând elevii să realizeze că pot depăși provocările și prospera în mediul școlar.

Oferă îndrumare

Mentorii îi însoțesc pe ceilalți pe măsură ce navighează prin provocările recuperării după bullying, oferind îndrumare și înțelegere pe tot parcursul procesului.

Risipesc concepțiile greșite

Mentorii colegiali lucrează pentru a risipi miturile și concepțiile greșite despre impactul de a fi țintă sau implicat în bullying și promovează o cultură a acceptării și rezilienței.

Încurajează auto-împuternicirea

Mentoringul colegial încurajează auto-împuternicirea prin împărtășirea strategiilor și resurselor care promovează gestionarea și vindecarea după incidentele de bullying.

Sprijină stabilirea obiectivelor

Mentorii îi sprijină pe ceilalți în identificarea obiectivelor personale, speranțelor și aspirațiilor și ajută la crearea unei căi către atingerea acestor obiective într-un mediu școlar pozitiv și de susținere.

Această relație de mentorat ajută la construirea unei fundații de încredere și conexiune, esențială pentru a promova o atmosferă mai sigură și mai incluzivă pentru toți elevii (Terrion et al, 2007). Într-un studiu care a evaluat eficacitatea sprijinului colegial, mentorizații au raportat că acesta a influențat semnificativ sentimentul lor de apartenență și dezvoltarea personală, un mentorizat menționând: "Să pot vorbi cu cineva care a trecut prin toate astea și care este dispus să spună cât de nervos a fost [...] asta m-a ajutat mult pentru că nu m-am simțit diferit și atât de îngrijorat" (Stapley et al, 2022).

Sistemul „buddy”: o abordare simplă, dar eficientă

Similar cu mentoratul colegial, sistemul „buddy” este un sistem simplu de asociere în care doi elevi sunt parteneri pentru a se susține reciproc. Se concentrează pe ajutarea elevilor nou-veniți care au nevoie de sprijin emoțional și asistență pentru a se adapta la un nou mediu. Sistemul „buddy” oferă sprijin prietenos și informal cu scopul principal de a se asigura că elevii nu se simt izolați și au un coleg de încredere la care să apeleze. Este de obicei pe termen scurt sau mediu și mai relaxat și mai puțin structurat decât mentoratul colegial (O'Donnell et al, 1979).

Ce face un „buddy”?

- Ajută elevii noi să se integreze în mediul școlii, reducând sentimentele de insecuritate și vulnerabilitate care i-ar putea face ținte pentru bullying
- Oferă confort și prietenie elevilor care ar putea fi ținte ale bullying-ului, ajutându-i să se simtă apreciați și mai puțin izolați
- Recunoaște semnele de bullying și știe cum să le raporteze profesorilor sau personalului
- Merge cu partenerul lor la și de la ore sau petrece timp cu ei în timpul pauzelor sau la prânz pentru a descuraja potențialii agresori să țintească pe cineva care pare singur (McCaleb et al, 2023)



Beneficiile sistemelor „buddy”

- Creșterea stimei de sine și a încrederii
- Un sentiment mai mare de apartenență
- Îmbunătățirea sprijinului social și a funcționării
- Îmbunătățiri relaționale
- Tranziție mai ușoară în viața școlară

Sistemul „buddy” creează o conexiune imediată pentru elevii vulnerabili, în special pentru cei care sunt noi într-o școală sau care altfel ar putea fi izolați. Prin asocierea elevilor, sistemul creează o protecție naturală împotriva bullying-ului, încurajând în același timp prietenia și integrarea. După cum a menționat un elev în studiul lui Stapley din 2022: „Doar micile sfaturi și chestii pe care mi le dădea mentorul meu. Adică, pentru că sunt cele mai mici lucruri care ajută, care mă ajută să trec peste cele mai mari probleme pe care le am.”

Stabilirea de sisteme eficiente de mentorat și de tip 'buddy' colegial

Crearea unor programe de sprijin colegial de succes necesită o planificare atentă, instrucțiuni clare și o supraveghere continuă. Următorii pași oferă un cadru pentru stabilirea unor sisteme eficiente de mentorat și de tip 'buddy' în școli:

Stabilește obiective clare

Stabilește că scopul este de a reduce incidentele de bullying, de a promova un mediu școlar de susținere și de a-i împuternici pe elevi să abordeze conflictele în mod constructiv. Clarifică faptul că programul ar trebui să ducă la o empatie crescută, abilități de rezolvare a conflictelor și o cultură școlară pozitivă.

Identifică mentorii

Alege mentori/buddies care sunt empatici, responsabili și respectați de către colegii lor. Asigură un amestec de mentori din medii diferite pentru a se raporta la o gamă mai largă de elevi.

Potrivește mentorii și elevii mentorați

Asociază mentori/buddies și elevii mentorați pe baza intereselor comune, grupelor de vârstă sau nevoilor, pentru a construi încredere. Menține confidențialitatea informațiilor și preocupărilor elevilor pe parcursul procesului de potrivire.

Oferă instruire și resurse

Instruiește mentorii/buddies să recunoască diferite forme de bullying (fizic, verbal și cyberbullying). Predă ascultarea activă, empatia și feedback-ul constructiv. Echipază mentorii cu instrumente pentru mediere și de-escaladare.

Stabilește instrucțiuni clare

Creează un ghid care să descrie ce se așteaptă de la mentori/buddies, inclusiv să asculte fără a judeca și să-i îndrume pe elevii mentorați către resurse utile. Subliniază limitele pentru a preveni implicarea excesivă a mentorilor/buddies în situații complexe.

Facilitează sesiuni regulate de verificare

Planifică sesiuni regulate individuale sau de grup pentru mentori/buddies și elevii mentorați. Creează forumuri pentru mentori pentru a împărtăși experiențe și a cere sfaturi. Asigură-te că un consilier sau un profesor supraveghează sesiunile pentru a oferi sprijin suplimentar.

Evaluează și rafinează

Utilizează sondaje și verificări informale pentru a colecta feedback de la mentori/buddies și elevii mentorați. Măsoară schimbările în incidentele de bullying raportate și în bunăstarea elevilor. Rafinează programul pe baza feedback-ului și a rezultatelor (Cornelius et al, 2016).

Medierea colegială: rezolvarea conflictelor constructiv

Conflictele sunt o parte obișnuită a vieții școlare, de la dezacorduri privind locurile de la prânz sau jocurile din pauză, până la decizii despre muncă și joacă. Cu toate acestea, elevii primesc adesea puține îndrumări despre rezolvarea conflictelor într-un mod constructiv. Să le spui să nu se certe, fără a le oferi alternative, rareori previne disputele (Johnson et al, 1992).

Medierea colegială este un proces structurat în care o terță parte neutră și imparțială, mediatorul, ajută două sau mai multe persoane aflate în conflict să lucreze împreună pentru a negocia o rezolvare constructivă și pașnică a dezacordului lor (Bickmore, 2002).

Suportul este oferit de elevi instruiți. În timpul instruirii, mediatorii colegiali sunt învățați să înțeleagă perspectivele altora, să comunice eficient și să aplice tehnici de rezolvare a problemelor (Messing, 1993).

1

Înțelegerea conflictelor

Elevii învață să distingă între ceea ce constituie un conflict și ceea ce nu. Ei explorează modul în care conflictele, atunci când sunt gestionate constructiv, pot duce la rezultate pozitive.

2

Învățarea abilităților de negociere

Elevii învață să-și exprime dorințele, să descrie sentimentele, să explice motivele, să preia perspectiva celuilalt, să propună soluții și să convină asupra acțiunilor.

3

Dezvoltarea abilităților de mediere

Elevii învață să pună capăt ostilităților, să asigure angajamentul față de mediere, să ghideze negocierea și să formalizeze acordurile între părțile aflate în dispută.

4

Implementarea programului

Elevii alternează ca mediatori oficiali, purtând semne distinctive și fiind disponibili să medieze conflictele în întreaga școală.

Ambasadori anti-bullying: campioni elevi pentru schimbare

Un ambasador anti-bullying este un elev care supraveghează situațiile de bullying, oferă sprijin celor agresați și servește ca o ureche de încredere pentru oricine dorește să vorbească despre preocupările sale, oferind un spațiu sigur în afara adulților.



Empatie

Abilitatea de a înțelege și împărtăși sentimentele altora, ceea ce le permite să recunoască semnele de bullying și să-i sprijine pe cei afectați.



Comunicare

A fi capabil să asculți activ, să oferi sprijin emoțional și să comunici clar, fără judecată.



Răbdare

Demonstrând răbdare în oferirea de sprijin victimelor bullying-ului și acordându-le timp să-și exprime sentimentele și preocupările.



Responsabilitate

Conștientizarea rolului lor și angajamentul de a crea un mediu școlar sigur și pozitiv pentru toți elevii.



Liderism

Inspirând pe alții, motivând și încurajând colegii să contribuie la eforturile de prevenire a bullying-ului.



Curaj

Având curajul de a interveni atunci când se observă bullying și de a se pronunța împotriva comportamentelor negative.

Instruirea elevilor pentru a deveni ambasadori anti-bullying implică o serie de pași:

1. **Introducerea conceptului:** începeți cu o discuție în clasă despre bullying, ce este și de ce este dăunător. Folosiți clipuri video, povești sau scenarii de joc de rol pentru a ilustra diferite tipuri de bullying (verbal, fizic, relațional).
2. **Dezvoltarea empatiei:** implicați elevii în activități precum "plimbă-te o milă în pantofii lor", unde aceștia joacă rolul victimei bullying-ului. Citiți cărți sau povești despre personaje care se confruntă cu bullying, urmate de discuții despre sentimente și impact.
3. **Dezvoltarea abilităților de comunicare:** creați scenarii în care are loc bullying-ul și exersați cum să răspundeți. Jucați de rol situații în care un elev este agresat și un alt elev intervine pentru a-l sprijini.
4. **Cultivarea încrederii și a curajului:** creați scenarii în care elevii trebuie să exerseze intervenția într-un mediu controlat. Activități precum prezentările scurte le pot consolida încrederea în a lua atitudine împotriva bullying-ului.

Împuternicirea elevilor: construirea încrederii pentru a interveni în siguranță

Elevii martori sunt una dintre cele mai eficiente, dar subutilizate resurse în lupta împotriva bullying-ului în școală. Elevii martori, sau cei care asistă la bullying, joacă un rol important în determinarea rezultatului incidentelor de bullying (Doane et al., 2019). Potrivit cercetărilor, atunci când elevii martori reacționează, apariția și impactul bullying-ului sunt reduse semnificativ (Mazzone, 2020).

Cu toate acestea, mulți spectatori ezită să intervină, temându-se de represalii din partea agresorului, de marginalizare socială sau de a deveni ei înșiși subiectul altor acte de bullying (Ahmed, 2008). Această ezitare de a interveni limitează semnificativ eficacitatea măsurilor anti-bullying.

Factori cheie care cresc intervenția elevilor martori

- **Conexiunea cu școala:** elevii care se simt puternic conectați la școala și la colegii lor sunt mai înclinați să intervină în situațiile de bullying, deoarece consideră bullying-ul o amenințare la adresa idealurilor comune ale comunității lor.
- **Gestionarea rușinii:** elevii care își recunosc responsabilitatea personală și se simt vinovați că nu au intervenit sunt mai înclinați să ia măsuri atunci când văd bullying (Ahmed, 2008).
- **Curajul moral:** elevii martori cu convingeri morale puternice, cum ar fi empatia și justiția, sunt mai înclinați să intervină în situațiile de bullying (Dal Cason et al., 2020).

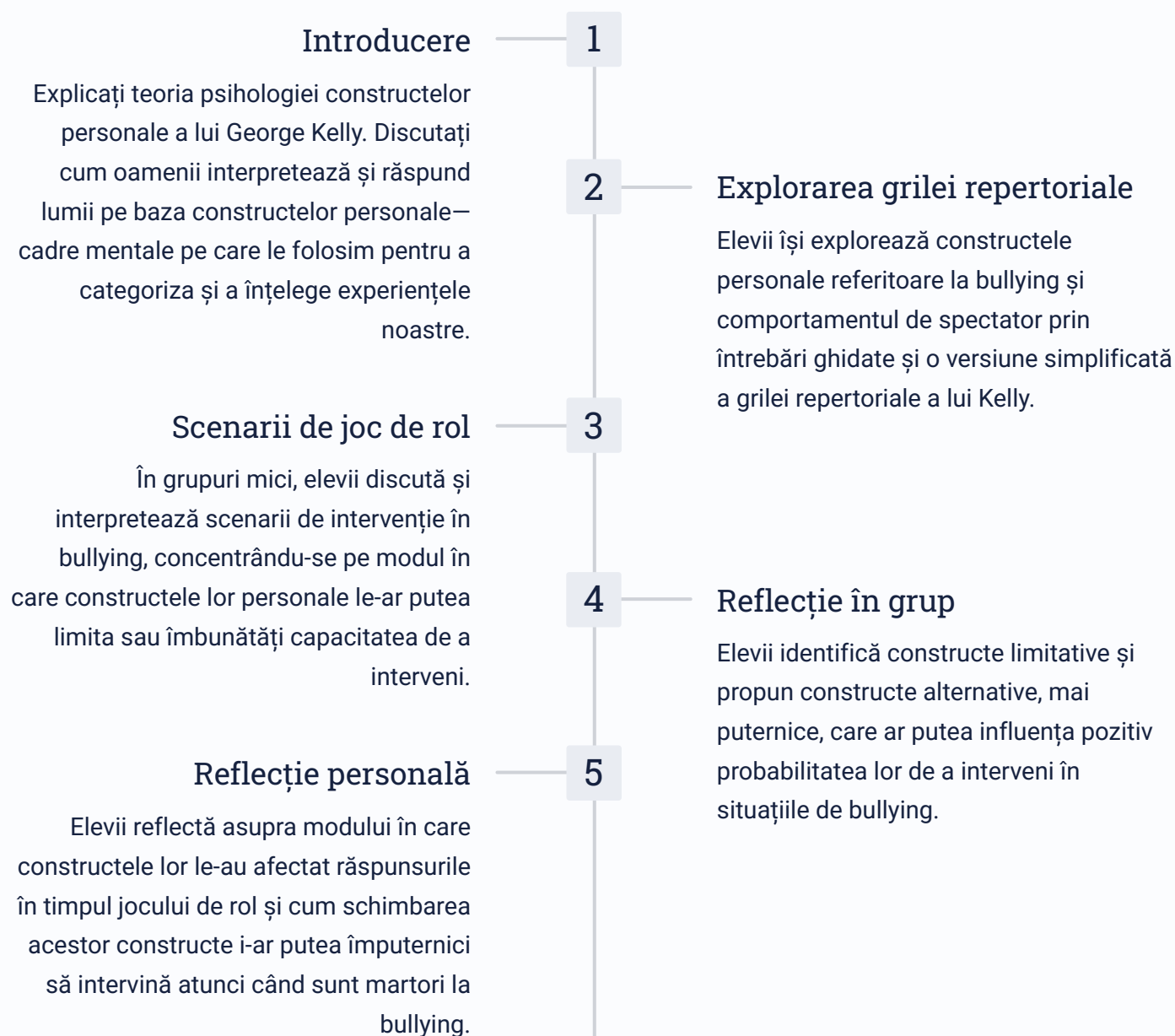


Elevii martori care se angajează în deplasarea rușinii, cum ar fi învinovățirea altora sau ignorarea problemei, sunt mai puțin susceptibili să acționeze (Ahmed, 2008). În mod similar, cei care nu se simt obligați moral să intervină sau care nu văd o amenințare directă la propriul statut social, sunt mai puțin înclinați să ia măsuri.

Activitatea de psihologie a constructelor personale: implementare detaliată

Această activitate complexă îi ajută pe elevi să înțeleagă cum constructele lor personale influențează comportamentul lor ca spectatori în situațiile de bullying.

Examinând și contestând aceste constructe, elevii pot dezvolta strategii de intervenție mai eficiente.



Introducere exemplu în psihologia constructelor personale

"Astăzi, vom vorbi despre ceva cu adevărat interesant numit Psihologia Constructelor Personale, care a fost dezvoltată de un psiholog pe nume George Kelly. Teoria sa ne ajută să înțelegem cum noi, ca indivizi, dăm sens lumii și situațiilor pe care le întâlnim. În esență, toți avem cadre mentale—ceea ce Kelly a numit constructe personale—care modelează modul în care ne vedem pe noi înșine, pe ceilalți și evenimentele care se petrec în jurul nostru. Aceste constructe sunt ca niște lentile invizibile prin care interpretăm și răspundem vieții.

Să ne gândim la asta în contextul bullying-ului. Imaginează-ți că ești martorul unui act de bullying. Modul în care interpretezi acea situație—fie că crezi că este responsabilitatea ta să intervină, fie că crezi că agresorul este „rău” sau doar „caută atenție”, fie că crezi că victima are nevoie de ajutorul tău—depinde de constructele personale pe care le-ai dezvoltat. Aceste constructe sunt modelate de experiențele tale trecute, de mediul în care trăiești și chiar de emoțiile tale.

Iată partea interesantă: constructele personale nu sunt fixe. Ele se pot schimba, pot crește și evolua pe măsură ce dobândim noi experiențe sau ne provocăm convingerile existente. De exemplu, dacă te gândești: „Dacă intervin, oamenii vor crede că sunt slab”, acesta este un construct personal. Dar ce se întâmplă dacă schimbi acest construct în: „Dacă intervin, voi ajuta pe cineva care are nevoie și voi demonstra putere”? Această schimbare poate schimba complet modul în care reacționezi într-o situație de bullying."



Cultivarea unui sentiment de responsabilitate comună și comunitate

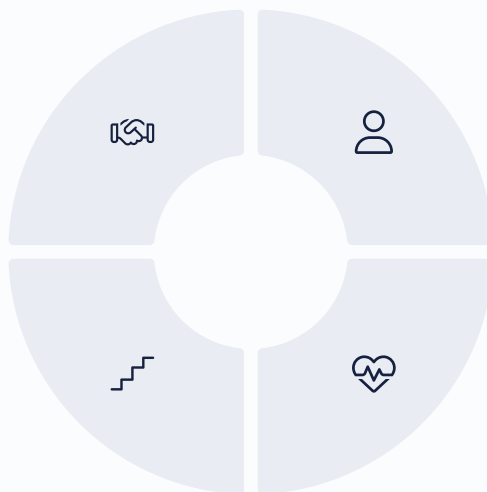
Conform constructivismului, responsabilitatea comună și construirea comunității apar organic pe măsură ce elevii învață să navigheze și să-și influențeze mediul social, mai degrabă decât să fie impuse de profesori. Profesorii pot servi drept facilitatori, ajutând elevii să co-creeze o atmosferă puternică în clasă. Prin prezentarea bullying-ului ca o problemă de grup, mai degrabă decât o problemă individuală, copiii încep să se perceapă ca actori activi în construirea unui mediu de învățare suportiv și respectuos (Forsbergg, 2024).

Stabilirea normelor colective

Normele și așteptările sunt co-create cu elevii, mai degrabă decât impuse doar de profesor. O discuție în clasă la începutul anului, în care elevii sunt invitați să-și împărtășească opiniile despre respect, incluziune și bunătate, poate servi drept fundație pentru dezvoltarea unui acord colectiv privind comportamentul.

Împuternicirea graduală

Profesorii facilitează împuternicirea, ghidând mai întâi copiii prin activități mici care construiesc încrederea în confruntarea cu bullying-ului, apoi se retrag treptat pentru a le permite elevilor să își asume o responsabilitate mai mare pentru menținerea mediului lor de clasă.



Rețele de sprijin colegial

Profesorii pot construi rețele de sprijin colegial care încurajează copiii să se opună bullying-ului împreună. În loc să se bazeze doar pe profesori pentru a implementa măsuri anti-bullying, elevii sunt încurajați să se considere parteneri activi în crearea unei atmosfere sigure.

Reflecție și empatie

Elevii învață despre consecințele emoționale și sociale ale bullying-ului prin discuții structurate, jocuri de rol și reflecții ghidate, ajutându-i să dezvolte o empatie mai profundă pentru cei afectați de bullying.

Elevii folosesc discursul pentru a negocia și a rafina convingerile despre ce comportamente sunt acceptabile și ce acțiuni nu vor fi tolerate (Shah, 2019). Deoarece elevii sunt participanți activi la co-construirea normelor clasei, aceștia pot internaliza idealuri comune. De asemenea, promovează responsabilitatea, deoarece elevii sunt mai înclinați să urmeze și să respecte normele pe care le-au ajutat să le stabilească.

În situațiile de bullying, elevii care au contribuit la construirea normelor comunitare sunt mai predispuși să se simtă obligați să intervină sau să caute ajutor. Ei recunosc că protejarea colegilor lor face parte din

Evaluarea și îmbunătățirea eficacității programelor de sprijin colegial

Sprijinul colegial este crucial în educație, deoarece oferă elevilor un suport emoțional și social valoros. Elevii se simt încurajați să-și împărtășească problemele și să primească sprijin de la colegi în moduri care ar putea să nu fie posibile prin alte mijloace. Acest tip de sprijin îi poate ajuta pe elevi să facă față provocărilor academice și personale, să dezvolte abilități de rezolvare a problemelor și să învețe să aibă grijă de ceilalți.

Evoluția continuă a programelor de sprijin colegial este la fel de importantă ca și implementarea lor inițială. Îmbunătățirea continuă a acestor programe poate implica evaluarea periodică a impactului lor asupra elevilor, adaptarea metodelor și strategiilor pentru a satisface nevoile actuale ale elevilor și îmbunătățirea formării și sprijinului oferit mentorilor (Mead et al, 2006; Cowie et al, 2000).

1

Evaluarea impactului

Colectați în mod regulat feedback de la elevi, profesori și părinți pentru a evalua eficacitatea programului în reducerea incidentelor de bullying și îmbunătățirea climatului școlar.

2

Adaptarea strategiilor

Modificați activitățile de sprijin colegial pentru a aborda modelele în evoluție de bullying, inclusiv formarea mentorilor pentru a recunoaște și a gestiona noi forme de bullying, cum ar fi cyberbullying-ul.

3

Dezvoltare continuă

Fiți la curent cu cele mai bune practici pentru prevenirea bullying-ului prin oportunități de dezvoltare profesională pentru a ghida eficient elevii și mentorii.

Metode de evaluare pentru programele de sprijin colegial

Metodă	Descriere	Beneficii
Sondaje	Chestionare anonime pentru elevi, mentori și profesori	Oferă date cantitative privind eficacitatea programului
Grupuri de discuții	Discuții în grupuri mici cu participanții la program	Oferă informații calitative aprofundate
Urmărirea incidentelor	Monitorizarea rapoartelor de bullying înainte și după implementare	Oferă metrice concrete privind impactul programului
Observație	Observarea structurată a interacțiunilor elevilor	Dezvăluie efectele programului în timp real
Feedback mentori	Verificări regulate cu mentorii elevi	Identifică provocările de implementare

Activitatea "Râul experienței": explorarea sprijinului colegial

O tehnică constructivistă ce permite explorarea experiențelor personale cu scopul de a stimula reflecția asupra influenței evenimentelor și persoanelor din trecut asupra experienței curente este "râul experienței" (Pope & Denicolo, 2001). Această activitate îi ajută pe elevi să reflecte asupra experiențelor personale de sprijin colegial, stimulând conștientizarea modului în care evenimente și relații din trecut influențează percepțiile și comportamentele într-un context de sprijin colegial.

Materiale necesare:

- Foi albe de hârtie
- Pixuri, creioane sau markere colorate

Instrucțiuni:

1. **Introducere:** Explicați că râul reprezintă fluxul vieții fiecărui participant, cu forma și caracteristicile sale simbolizând dinamica vieții, evenimentele cheie și persoanele influente. Scopul este de a explora modul în care evenimentele și relațiile din trecut, în special cele care implică sprijin, le-au influențat alegerile personale.
2. **Desenarea râului:** Rugați elevii să deseneze un râu pe foaia lor, reprezentând experiențele lor în școală, cu accent pe momentele de sprijin colegial. Încurajați-i să descrie dinamic fluxul râului:

Elevii ar trebui să utilizeze simboluri, expresii sau scurte declarații pentru a nota evenimente cheie, schimbări de dinamică și persoanele care au jucat roluri semnificative.

- Meandre pentru schimbări graduale sau perioade de reflecție
 - Vârtejuri pentru momente dificile sau confuze
 - Secțiuni înguste pentru stres sau izolare
 - Secțiuni mai largi pentru perioade de conexiune și sprijin
1. **Reflecție și împărtășire:** În grupuri mici, elevii împărtășesc o parte a râului lor care reflectă un moment semnificativ legat de oferirea sau primirea de sprijin. Membrii grupului pun întrebări reflexive bazate pe Psihologia Constructelor Personale, cum ar fi:
 - "Ce îți spune această parte a râului despre experiențele tale cu sprijinul?"
 - "Cum s-ar putea lega abordarea ta actuală de a-i ajuta pe alții de aceste evenimente?"
 - "Cum ar arăta opusul acestei experiențe pentru tine?"
 - "Ce relevă aceste râuri despre dinamica sprijinului colegial în comunitatea noastră?"
 - "Cum putem valorifica aceste perspective pentru a îmbunătăți programul nostru de sprijin colegial?"

Rezumați reflecțiile și încurajați elevii să ia în considerare modul în care experiențele lor individuale ar putea contribui la un sistem de sprijin colegial mai puternic și mai empatic. Sugerați că perspectivele dobândite ar putea informa îmbunătățiri practice sau inițiative în cadrul programului de sprijin colegial al școlii.

Rolul martorilor oculari în prevenirea bullying-ului

Martorii oculari joacă un rol crucial în determinarea rezultatului incidentelor de bullying. Cercetările arată în mod constant că atunci când martorii oculari intervin activ, atât apariția, cât și impactul bullying-ului sunt reduse semnificativ (Mazzone, 2020). În ciuda acestui potențial, mulți martori oculari ezită să acționeze din cauza fricii de represalii, marginalizare socială sau de a deveni ei înșiși ținte.

Factori psihologici care influențează comportamentul martorilor oculari

Cercetările lui Ahmed (2008) relevă mai multe elemente cheie care sporesc probabilitatea intervenției martorilor oculari:

- **Conectarea la școală:** Elevii cu un puternic sentiment de apartenență la comunitatea școlii sunt mai predispuși să intervină, deoarece percep bullying-ul ca o amenințare la adresa valorilor și mediului lor comune.
- **Gestionarea rușinii:** Elevii care își asumă responsabilitatea personală și experimentează o vinovăție adecvată pentru că nu au intervenit sunt mai motivați să acționeze atunci când sunt martori la bullying.
- **Curajul moral:** Dal Cason et al. (2020) au descoperit că martorii oculari cu convingeri morale puternice legate de empatie și justiție sunt mai predispuși să intervină în situațiile de bullying.

Dimpotrivă, martorii oculari care se angajează în deplasarea rușinii—dând vina pe alții sau ignorând problema—sunt mai puțin probabil să intervină. Similar, cei care nu se simt obligați moral să acționeze sau care nu percep nicio amenințare directă la statutul lor social tind să rămână observatori pasivi.

Programele anti-bullying eficiente trebuie să abordeze acești factori psihologici prin promovarea conectării la școală, încurajarea unei gestionări sănătoase a rușinii și cultivarea curajului moral în rândul elevilor. Prin înțelegerea și abordarea dinamicii complexe a comportamentului martorilor oculari, școlile își pot îmbunătăți semnificativ eficacitatea eforturilor de prevenire a bullying-ului.

Abilități de negociere integrativă pentru mediatori colegiali

Medierea colegială eficientă se bazează pe dezvoltarea unor abilități puternice de negociere integrativă. Aceste abilități le permit să-i ajute pe dispuțanți să găsească soluții reciproc avantajoase, mai degrabă decât rezultate competitive de tip câștig-pierdere. Următoarea abordare structurată îi învață pe elevi cum să faciliteze rezolvarea constructivă a conflictelor:

Exprimarea dorințelor

Elevii învață să-și exprime clar nevoile folosind abilități eficiente de comunicare și să încadreze conflictul ca o problemă mutuală specifică și gestionabilă.

Exemplu: „Vreau să folosesc cartea acum.”

Descrierea sentimentelor

Elevii exersează identificarea și articularea precisă a emoțiilor lor într-un mod non-acuzator.

Exemplu: „Sunt frustrat.”

Explicarea motivelor

Elevii împărtășesc rațiunea din spatele nevoilor și emoțiilor lor într-un mod constructiv, care îi ajută pe ceilalți să înțeleagă perspectiva lor.

Exemplu: „Folosești cartea de o oră. Dacă nu o iau curând, raportul meu nu va fi terminat la timp. Este frustrant să aștept atât de mult.”

Asumarea perspectivei

Elevii rezumă înțelegerea lor cu privire la dorințele, sentimentele și motivele celeilalte persoane pentru a demonstra ascultare activă și empatie.

Exemplu: „Înțelegerea mea este că ai nevoie de carte pentru a-ți termina tema, care trebuie predată tot astăzi.”

Propunerea soluțiilor

Elevii sugerează opțiuni creative care să aducă beneficii ambelor părți, generând multiple posibilități înainte de a decide.

Exemplu: „Planul A este să o folosești încă 15 minute, apoi o iau eu. Planul B este să împărțim cartea la masă. Planul C este să cerem o prelungire.”

Atingerea acordului

Elevii finalizează acordul cu consimțământul reciproc, cum ar fi o strângere de mână sau un angajament verbal.

Exemplu: „Hai să mergem pe Planul B!”

Implementarea programului Peacemaker

Odată ce elevii și-au finalizat pregătirea în abilitățile de rezolvare a conflictelor și mediere, Programul Peacemaker poate fi implementat ca o abordare structurată pentru rezolvarea conflictelor condusă de elevi în școli. Acest program creează o modalitate sistematică pentru elevi de a-și aplica abilitățile în situații din lumea reală, asigurând în același timp o supraveghere adecvată și căi de escaladare atunci când este necesar.

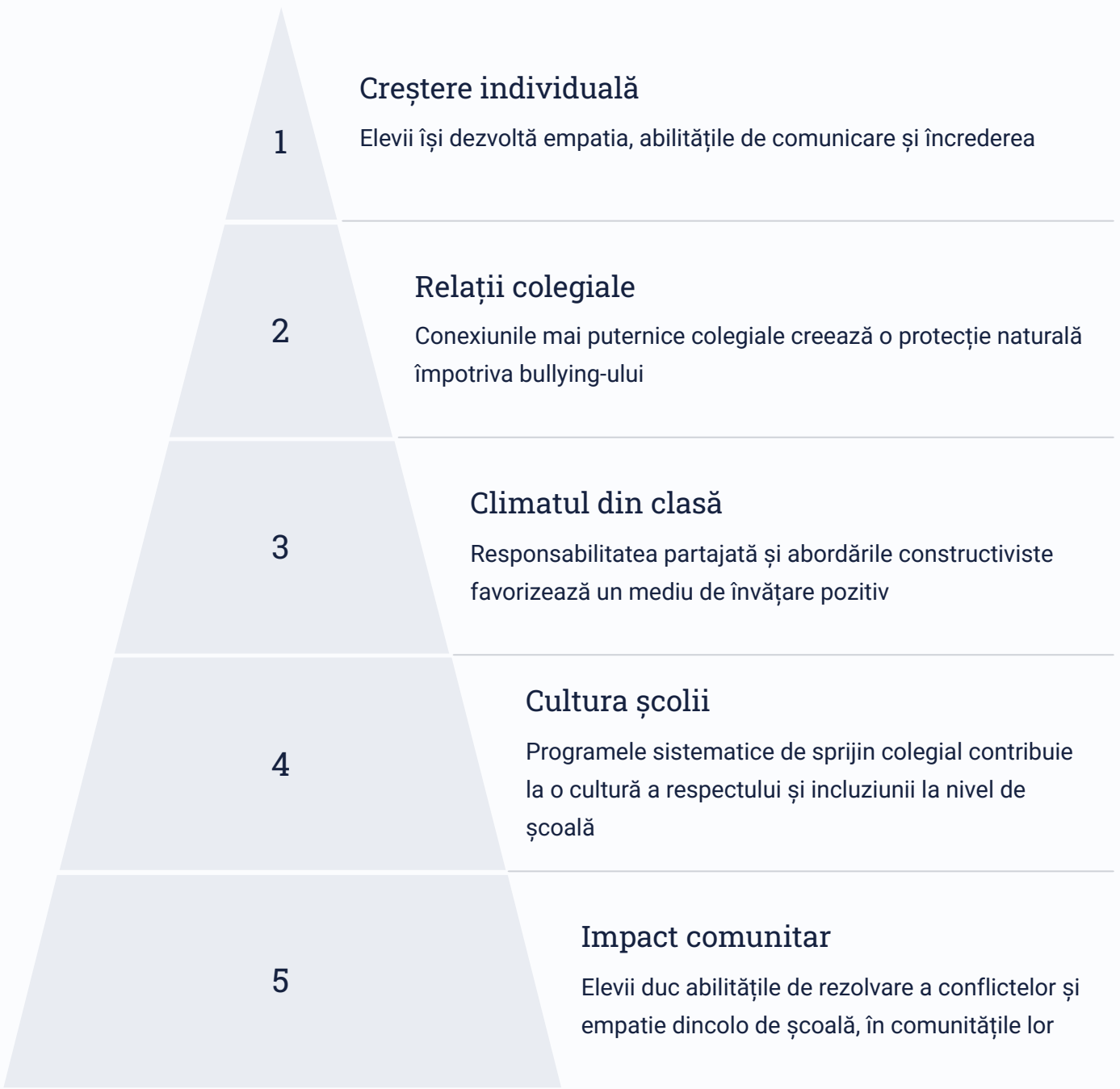
Componente cheie ale programului Peacemaker:

1. **Selecția zilnică a mediatorilor:** În fiecare zi, doi elevi sunt selectați pentru a acționa ca mediatori oficiali. Această rotație asigură că toți elevii pregătiți au ocazia de a-și exercita abilitățile și de a contribui la comunitatea școlii.
2. **Identificare vizuală:** Mediatorii poartă tricouri, insigne sau alte semne de identificare care îi fac ușor de recunoscut de către ceilalți elevi. Acest indiciu vizual îi ajută pe elevi să știe cui să se adreseze atunci când apar conflicte.
3. **Monitorizare activă:** Mediatorii patrulează în zone cheie precum terenul de joacă și cantina unde conflictele apar frecvent. Prezența lor vizibilă servește atât ca un factor de descurajare a potențialelor conflicte, cât și ca o resursă imediată atunci când apar probleme.
4. **Disponibilitate:** Mediatorii se pun la dispoziție pentru a ajuta la rezolvarea conflictelor din clasă și din școală pe tot parcursul zilei. Ei pot avea ore și locații desemnate unde alți elevi îi pot găsi pentru asistență.
5. **Rotație incluzivă:** Rolul de mediator rotește între toți elevii pregătiți pentru a asigura participarea egală. Această abordare ajută la construirea unei culturi la nivel de școală a responsabilității pentru rezolvarea conflictelor.
6. **Calea de escaladare:** Dacă medierea colegială este nereușită, se stabilește o cale clară de escaladare. Conflictul trece progresiv la profesor și, dacă este necesar, la directorul școlii pentru rezolvare. Acest lucru asigură că niciun conflict nu rămâne nerezolvat.
7. **Instruire continuă:** Elevii continuă să primească instruire pe tot parcursul anului școlar pentru a-și perfecționa și îmbunătăți abilitățile de negociere și mediere. Sesiunile regulate de reîmprospătare ajută la menținerea și îmbunătățirea calității medierii.
8. **Documentare:** Mediatorii documentează rezoluțiile folosind un raport de mediere, pe care ambele părți îl semnează. Acest lucru creează responsabilitate și oferă o înregistrare pentru monitorizare.
9. **Monitorizare:** Mediatorii verifică cu părțile implicate pentru a se asigura că acordurile sunt respectate și pentru a aborda orice noi probleme care ar fi putut apărea.

Programul Peacemaker îi împuternicește pe elevi să-și asume responsabilitatea pentru rezolvarea conflictelor în comunitatea școlii, oferind în același timp structura și sprijinul necesare pentru a asigura eficacitatea. Prin implicarea tuturor elevilor în rotație, programul ajută la construirea unei culturi școlare în care rezolvarea pașnică a conflictelor devine norma, mai degrabă decât excepția (Johnson & Johnson, 2001).

Concluzie: construirea de sisteme durabile de sprijin colegial

Sistemele eficiente de sprijin colegial reprezintă o abordare puternică pentru a aborda bullying-ul în școli, împuternicind elevii să devină participanți activi în crearea unor medii de învățare sigure și incluzive. De-a lungul acestui document, am explorat diverse strategii de sprijin colegial, inclusiv mentoratul colegial, sistemele de „buddy”, medierea colegială și programele de ambasadori anti-bullying, fiecare oferind beneficii unice, având în același timp scopul comun de a reduce bullying-ul prin responsabilizarea elevilor.



Prin implementarea unor sisteme de sprijin colegial bine concepute, școlile pot valorifica influența naturală a relațiilor colegiale pentru a crea o schimbare puternică. Atunci când elevii își asumă responsabilitatea de a crea un climat școlar pozitiv, impactul se extinde dincolo de reducerea incidentelor de bullying, cultivând o cultură autentică a empatiei, respectului și sprijinului reciproc, care beneficiază toți membrii comunității școlare.