

STOP BULLYING! BLOCK VIOLENȚĂ!

„Fii schimbarea pe care vrei să o vezi în lume.” Mahatma Gandhi

Bullying-ul este definit ca fiind un comportament ostil/de excludere și de luare în derâdere a cuiva, de umilire. Cuvântul „bullying” nu are o traducere exactă în limba română, însă poate fi asociat cu termenii de intimidare, terorizare, brutalizare. Bullying-ul nu presupune existența unui conflict bazat pe o problemă reală, ci pe dorința unor persoane de a-și câștiga puterea și autoritatea, punându-i pe alții într-o lumină proastă. Fenomenul bullying poate fi prezent în orice tip de comunitate, în grupuri sociale, unde persoanele interacționează unele cu altele: la școală, la locul de muncă, în familie, în cartiere, în biserică, în mass-media, chiar între țări etc. Se creează astfel o stare de conflict, care nu poate fi depășită decât dacă se conștientizează existența fenomenului.

Bullying-ul este agresiunea care se caracterizează prin următoarele caracteristici:

- agresiunea este un comportament intenționat; agresorul are intenția să rănească pe cineva;
- se efectuează în mod repetat: aceeași persoană este rănită mereu;
- dezechilibru de forțe: agresorul își alege victima care este percepută ca fiind vulnerabilă, slabă și nu se poate apăra singură.

Rezultatele studiilor arată cu bullying-ul are loc adesea în viața școlară. Elevii sunt mult mai conștienți decât părinții și profesorii, deoarece ei sunt mult mai implicați în incidente (dacă folosim un termen «blând») fie ca agresori, victime, fie amândouă.

Bullying-ul poate avea forme directe (agresiune verbală și fizică) sau indirecte (de exemplu amenințări, insulte, porecle, zvonuri sau încurajarea altora de a nu se juca cu un anumit copil).

Copiii cei mai vulnerabili se confruntă cu un risc crescut de a cădea victimă bullying-ului. Aceștia sunt de obicei copii din comunități marginalizate, copii din familii vulnerabile, copii cu dizabilități.

Tipuri de bullying întâlnite în școală:

- verbale: tachinări, glume nepotrivite , ignorare, izolare, bârfă, amenințări;
- emoțional, non-verbal: intimidare folosind gesturile sau excludere socială;
- fizic: a bloca drumul cuiva, a-l îngheși, a-l împinge, a-l lovi cu piciorul, a pune piedică;
- sexual: hărțuire, atingere, avansuri sexuale, fotografii compromițătoare;
- deposedare de lucruri: a ascunde lucruri, furt, incendiere, vandalism, distrugere;
- electronice (cyberbullying): mesaje insultătoare transmise prin e-mail, telefon, computer.

Victimele agresorilor sunt de cele mai multe ori elevi, care au anumite defecte:

- ❖ supraponderali sau subponderali;
- ❖ au abilități sociale scăzute;
- ❖ au puțini prieteni sau nu au deloc;
- ❖ sunt săraci, au religie diferită, sunt scunzi sau prea înalți, sunt inteligenți, talentați;
- ❖ mai rar-au dizabilități fizice, au părinți divorțați;
- ❖ sunt pur și simplu «diferiți» de ceilalți.

De multe ori, copiii nu spun acasă părinților despre situațiile de bullying, deoarece:

- le este rușine că au fost agresați;
- se tem de răzbunare;
- nu cred că adulții îi pot ajuta;

-au fost abuzați de adulți și cred că este ceva normal să fii abuzat;
-nu vor să fie etichetați ca «turnători.».

Deși mulți dintre elevi pot alege să nu vorbească despre experiențele neplăcute pe care le trăiesc, faptele și comportamentele lor pot exprima ceea ce cuvintele lor nu pot. Copiii care sunt victime ale bullying-ului arată o schimbare în comportament și sunt dominați de emoții.

Semnele de victimizare pe care le-am întâlnit chiar și în școala noastră:

- nu doresc să meargă la școală sau să participe la activități extracurriculare;
- anxietate, teamă, copiii se închid în ei;
- dovezi de stimă de sine scăzută și comentarii negative despre el sau ea;
- interes scăzut pentru școală;
- dureri de cap;
- îmbrăcăminte deteriorată;
- nemulțumiți, puțin interesați de activități;
- probleme cu somnul, coșmaruri;
- își exprimă amenințările prin gestul de a se răni.

Victimele ajung să se izoleze sau să fie intimidat și chiar manipulat ceea ce îl va afecta și social pentru că se vor marginaliza și se vor autoexclue chiar și din situațiile unde nu sunt expuse.

În școli putem preveni bullying-ul prin:

-explicarea efectelor bullying-ului;
-instituirea unor reguli antibullying;
-integrarea fiecărui copil în grup prin activități de cunoaștere;
-anchete sociale ale copiilor.

UNICEF a afirmat că România este pe primul loc în Europa la numărul de elevi cu vârsta între 11-15 ani care agresează alți elevi și nu par afectați de prima măsură, scăderea notei la purtare.

Printre efectele fenomenului « bullying » s-au înregistrat depresii și tulburări de comportament, excludere, gânduri suicidale, frică și anxietate, singurătate.

Există cazuri în care mulți profesori au parte de agresiuni verbale din partea elevilor. Modul în care reacționează profesorii la aceste incidente este extrem de important din două motive:

- Reacția profesorilor se va oglindi în modul în care mulți elevi vor reacționa în astfel de cazuri;
- Dacă profesorul va reacționa agresiv, elevul va urî școala, profesorul, va fi încurajat să continue comportamentul anti-social.

Copiii au nevoie să învețe cum să facă față situațiilor dificile atât la școală, cât și în afara ei. Tocmai de aceea, la orele de dirigenție, doamna dirigintă a organizat cu noi diferite activități pe tema „bullying”: «Alege varianta corectă pentru persoana agresată», «Atelier de creație».

Pe lângă efectele fizice ale bullying-ului, copiii se pot confrunta cu probleme emoționale sau care le afectează sănătatea mintală, inclusiv depresie, anxietate.

Pentru a răspunde la bullying, trebuie ca părintele copilului victimă a bullying-ului să îl asculte pe copil, să vorbească cu profesorii sau cu conducerea școlii.

Ne mulțumim de multe ori să spunem că „așa sunt copiii, răutăcioși, se ceartă, se poreclesc, se ciondănesc”, fără să ne gândim prea mult care sunt consecințele acestor comportamente. *Bullying*-ul este o realitate tot mai prezentă în școli, unde se dau adevăratele lupte pentru a-I înțelege, iar rezultatul este o generație de tineri mai stresați, mai anxioși, uneori chiar mai violenți, mai deprimați, mergând până la tendințe suicidale. Mai mult, cei mai

vulnerabili sunt copiii percepuți ca fiind diferiți, fie din cauza hainelor pe care le poartă, a felului în care arată sau a eventualelor dizabilități.

La rândul lor, dascălii pot apela la metode dintre cele mai diverse pentru a informa adolescenții despre bullying-ul în școli, atrăgând în primul rând atenția asupra unui fapt elementar: agresivitatea este întotdeauna o mască, în spatele căreia stă frica, neacceptarea, slăbiciunea „călăului“ – toate ascunse sub vălul unei aparente puteri.

Jocuri de rol (prin care adolescenții să înțeleagă că agresorul este, în fapt, un individ rănit, dar și să conștientizeze ei înșiși postura în care se expune victima), dezbateri la orele de dirigiență sau întâlniri cu psihologii – sunt doar câteva din modurile prin care se poate gestiona bullying-ul în școli .

Doamna mea dirigintă Domokos-Belciug Marilena, cea care m-a și sfătuit să scriu acest eseu, ne-a implicat în multe activități despre bullying:

Exemplu de activitate:

- «Spectatorul/Martorul»

Cei mai mulți dintre elevi nu sunt nici agresori, nici victime. Ei sunt spectatori.

Unii spectatori instigă agresorul să abuzeze victima. Majoritatea spectatorilor acceptă în mod pasiv privind și nefăcând nimic.

- Test «Adevărat sau Fals?»
- Fiecare elev va primi câte o foaie cu testul «Adevărat sau Fals?» și timp de 10 minute va alege pentru fiecare afirmație dacă răspunsul este adevărat sau fals.

Un principiu pe care elevii trebuie să-l învețe este acesta: «Cei din jur sunt liberi să-mi adreseze orice fel de cuvinte doresc, eu sunt liber să nu reacționez în același fel».

Elev: Candoi Corina Alexandra
Clasa a VI-a
Liceul Teoretic Amărăștii de Jos, Dolj