

poate înfrunta pe agresor:

- Dați-i încredere că poate să-și rezolve singur problemele dacă este vorba despre o situație cu risc scăzut (de exemplu tachinare), dar spuneți-i clar că sunteți dispus să-l ajutați.
- Intervențiți dacă este vorba de o situație de hărțuire, apelând la cadre didactice din școală, consilier școlar sau director. Nu încercați să faceți chiar dvs. dreptate, această abordare are toate șansele să escaladeze problemele.

- Discutați împreună despre diferite modalități în care ar putea rezolva situația;
- Învățați copilul să nu ia totul personal atunci când se confruntă cu un agresor. Explicați-i că insultele pe care acesta i le adresează nu exprimă o problemă a copilului, ci a agresorului;
- Spuneți-i copilului dvs. să nu se distreze atunci când asistă la un comportament de bullying, pentru că râsul încurajează copilul care inițiază o acțiune de bullying. Și nici să urmărească în liniște agresiunea comisă. Acest lucru, de asemenea, încurajează elevul inițiator care vrea să fie centrul atenției.
- **Orice s-ar întâmpla, nu-i maltratați.** O atmosfera brutală picură otravă în sufletul adolescentului. Maltratarea verbală și fizică va afecta dezvoltarea fizică, și cu siguranță dezvoltarea emoțională, ceea ce va îngreuna viața de adult. **Iubirea nu maltratează, iubirea susține.**

satisfacerea nevoii de iubire. Un copil se simte iubit dacă se simte **apropiat** de părinții săi, **acceptat** și **susținut** de aceștia. Când nu se simte în acest fel, **rezervorul emoțional al copilului este gol, iar acest gol va afecta profund comportamentul.**

- Când nu se simte iubit copilul/adolescentul gândește că: "Nimănui nu-i pasă de mine" convingere ce va afecta motivația învățării, **capacitatea de a empatiza cu ceilalți**, fiindu-i greu să-și dea seama cum acțiunile sale ar putea afecta negativ sentimentele altcuiva. Lipsa empatiei afectează dezvoltarea conștiinței și a judecăților morale la acești tineri, aceștia luptându-se cu propria concepție despre ce este moral și imoral.

- *Dezvoltarea intelectuală, emoțională, socială, morală sporește considerabil dacă acesta primește suficientă iubire emoțională și va fi grav afectată dacă nevoia de iubire nu este satisfăcută.*



Implicarea familiei în gestionarea situațiilor de bullying

**Aleg să mă implic.
Stop bullying-ului!**



- Impliniți cel mai important aspect al relației părinte-copil și anume

Ce este bullying-ul?

Bullying-ul se referă la acele comportamente prin care o persoană sau un grup de persoane intimidează, rănește, umilește, înjosește în mod **intenționat și repetat** o altă persoană, în condițiile în care între persoana/grupul care rănește și persoana rănită există un **dezechilibru de putere**.

Bullying-ul nu presupune existența unui conflict bazat pe o problemă reală, ci pe dorința agresorului de a obține putere sau autoritate.

Ce tipuri de bullying există?

Fizic: bruscare, lovire, scuipare, pișcare, pus piedică, deteriorarea, distrugerea sau deposedarea de bunuri personale etc.

Verbal: tachinare, umilire, jignire, insultare, poreclire, amenințări cu bătaia sau alte forme de violență, mesaje cu conținut rasist etc.

Emoțional și social: manipulare, bârfe, minciuni, răspândirea de zvonuri false, farse cu scopul de a umili, excluderea intenționată dintr-un grup sau de la o activitate etc.

Cyberbullying se referă la comportamentul de intimidare prin intermediul tehnologiilor de informare și comunicare: SMS-uri sau e-mailuri jignitoare, răutăcioase, zvonuri sau comentarii răspândite pe site-uri de socializare, distribuirea de imagini jenante sau ofensatoare cu persoana hărțuită etc.

Cyberbullying-ul poate avea aceleași efecte devastatoare ca orice alt tip de bullying, uneori chiar mai severe (acest tip de hărțuire nu se limitează la un singur loc, ci îi „urmărește” pe adolescenții inclusiv acasă).

De ce apare fenomenul bullying? Cine sunt agresorii?

- Unii dintre agresori sunt bine priviți în grup, sunt populari, au influență în rândul celor de aceeași vârstă și le place să domine sau să conducă pe alții;
- Alții sunt agresivi deoarece aceștia au fost izolați și simt o nevoie puternică de a aparține unui grup, însă nu posedă abilitățile sociale de a-și păstra prietenii;
- Mulți copii nu pot evalua violența școlară ca fiind negativă sau inacceptabilă, așa cum fac adulții, și pot interpreta actele de agresiune ca amuzament sau distracție;
- Chiar dacă am putea avea impresia că agresorul este o persoană puternică și încrezătoare, lucrurile stau uneori altfel – acești copii au de multe ori o stimă de sine scăzută, simțindu-se superiori doar dacă îi lezează pe alții;
- De multe ori agresorii sunt ei înșiși victime ale fenomenului de bullying, pe care îl „învață” de la părinți, frați sau colegi mai mari etc.

Chiar dacă nu putem știi niciodată cu siguranță dinainte dacă un copil va avea un comportament de tip bullying, sunt câteva caracteristici care cresc șansa ca un copil să devină agresor:

- Are o toleranță redusă la frustrare;
- Probleme familiale, neimplicare din partea familiei;
- Are o părere proastă despre ceilalți;
- Are dificultăți în respectarea regulilor;
- Vede violența într-o lumină pozitivă;
- Are prieteni care îi agresează pe alți

Care sunt efectele bullying-ului? Semnele care pot indica faptul că un copil este hărțuit

- ✓ Vănătăi, răni neexplicate
- ✓ Haine sau obiecte personale pierdute sau distruse
- ✓ Dureri de cap sau de stomac frecvente, rău real sau prefăcut înainte de a merge la școală
- ✓ Schimbări în tabieturile alimentare, cum ar fi mâncatul în exces sau săritul peste mese (copiii pot veni flămânzi de la școală pentru că nu și-au mâncat sandvičul)
- ✓ Dificultăți la somn sau coșmaruri frecvente
- ✓ Scăderea notelor, scăderea interesului pentru școală, fobie școlară
- ✓ Pierderea prietenilor sau evitarea situațiilor sociale
- ✓ Sentimente de neajutorare și scăderea stimei de sine
- ✓ Comportamente de risc, fuga de acasă, auto-mutilare sau preocupare legată de suicid.

Ce pot face părinții?

- Cel mai important lucru este să transmiteți și demonstrați copilului că sunteți disponibil pentru comunicare, pentru a-l asculta când are nevoie să vorbească;
- Încurajați copilul să vă povestească ce se întâmplă la școală;
- Nu învinuiți copilul pentru că este hărțuit, chiar dacă la un moment dat el a fost cel care l-a provocat pe agresor;
- Învățați-l pe copil să facă diferența între situațiile periculoase și situațiile în care îl