

---

# Fenomenu bullying

## Fenomenul bullying – o problemă frecventă

**Bullying** -înseamnă folosirea unei forțe superioare pentru a influența sau intimida pe cineva.

Este un comportament repetat și intenționat prin care agresorul își persecută, rănește, intimidează victima verbal, relațional și/sau fizic.

Fenomenul bullying apare atunci când un copil este etichetat, tachinat, batjocorit în cercul său de cunoștințe sau de colegi. Uneori, aceste tachinări se transformă în îmbrânciri sau, în unele cazuri, în atacuri fizice.



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

Chiar dacă fenomenul bullying este cel mai frecvent asociat cu mediul școlar, acesta poate apărea și în alte contexte - în fața blocului, la locul de joacă etc.

**Există mai multe tipuri de comportamente care pot fi încadrate în categoria bullying:**

- **Intimidarea verbală:** poreclire, batjocorire, amenințare, ironie, replici ofensatoare, comentarii sexuale etc.
- **Intimidarea socială:** excluderea intenționată dintr-un grup sau colectiv, punerea intenționată într-o situație jenantă în public, răspândirea de zvonuri jignitoare etc.
- **Intimidarea fizică:** bruscare, lovire, scuipare, daune aduse bunurilor persoanei intimidată etc.



Mai recent a căpătat amploare un nou tip de bullying, „adaptat” dezvoltării puternice a tehnologiei comunicării, și anume cyberbullying-ul.

■ **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 (Facebook, Whatsapp etc.), 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 adolescenți 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.

Agresorii nu au nevoie să fie neapărat mai mari sau mai puternici decât cei pe care îi agrează. Diferența percepută de putere poate proveni din surse diferite - popularitate, abilități fizice sau cognitive, caracteristici de personalitate.

**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 alții.





## Care pot fi efectele?

### Semne care pot indica faptul că un copil este hărțuit

- × Vânățai, 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 sandviciul)
- × 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 poate înfrunța 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.
  - Intervenți 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.

Nu ignorați posibilele semne că fiul / fiica dumneavoastră ar putea fi fie victimă a fenomenului de bullying, fie agresor. Acest tip de comportament poate lăsa urme adânci!



- ❖ 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;
- ❖ Demontați împreună cu copilul „miturile” despre bullying, propagate uneori din păcate și de către adulți (găsiți în continuare câteva astfel de mituri).



## Mituri despre bullying

### 1. “Așa sunt băieții”

Adevărul: Să le faci rău altora nu este niciodată acceptabil.

### 2. “Fetele nu au comportamente de bullying”

Adevărul: Și fetele pot avea astfel de comportamente, în cazul lor bullying-ul fiind predominant verbal și social.

### 3. “Cuvintele nu pot răni”

Adevărul: Cuvintele nu lasă urme externe, dar pot lăsa cicatrici adânci înăuntru.

### 4. “Bullying-ul este o parte normală a copilăriei”

Adevărul: Nu este nimic normal în a fi batjocorit, hărțuit.

### 5. “Unele persoane merită să fie batjocorite/hărțuite.”

Adevărul: Nimeni nu merită să fie rănit. Toți merită să fie tratați cu respect.

### 6. “Bullying-ul îi face pe copii mai puternici”

Adevărul: Bullying-ul poate face un copil să se simtă foarte rău față de propria persoană, acest lucru fiind uneori permanent.

### 7. “Este doar o glumă/ este doar o tachinare nevinovată.”

Adevărul: Când rănește pe cineva este bullying.

---

Prevenirea și stoparea fenomenului de bullying necesită implicarea tuturor: școală, cadre didactice, părinții, copii.