

Bullying



Efectele acestui fenomen și cum
poate fi stopat?

- Fenomenul de bullying este foarte răspândit în școlile din România dar și la nivel mondial.
- Acesta se referă la **agresiunea** sau **hărțuirea fizică sau verbală**, care se **repetă** pe o anumită perioadă și care implică un **dezechilibru al puterii** între două persoane, cel mai adesea copii.
- Bullying-ul poate avea urmări periculoase asupra dezvoltării normale a unei persoane.



Ce înseamnă bullying?

- Bullying-ul este o formă de comportament agresiv, în care o persoană provoacă, în mod intenționat și repetat, un disconfort unei alte persoane.
- Acesta poate fi fie sub formă de contact fizic, cuvinte adresate sau acțiuni mai subtile.

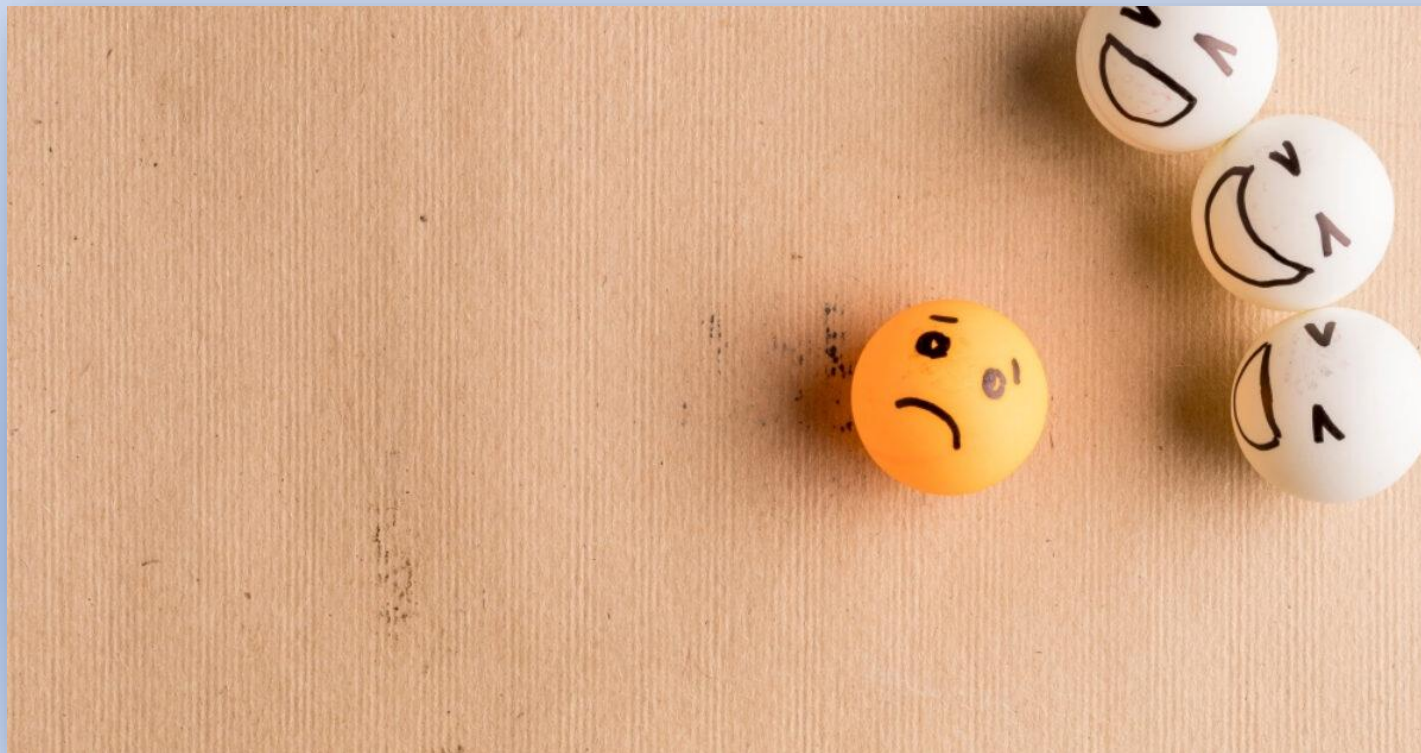




Agresorul poate fi:

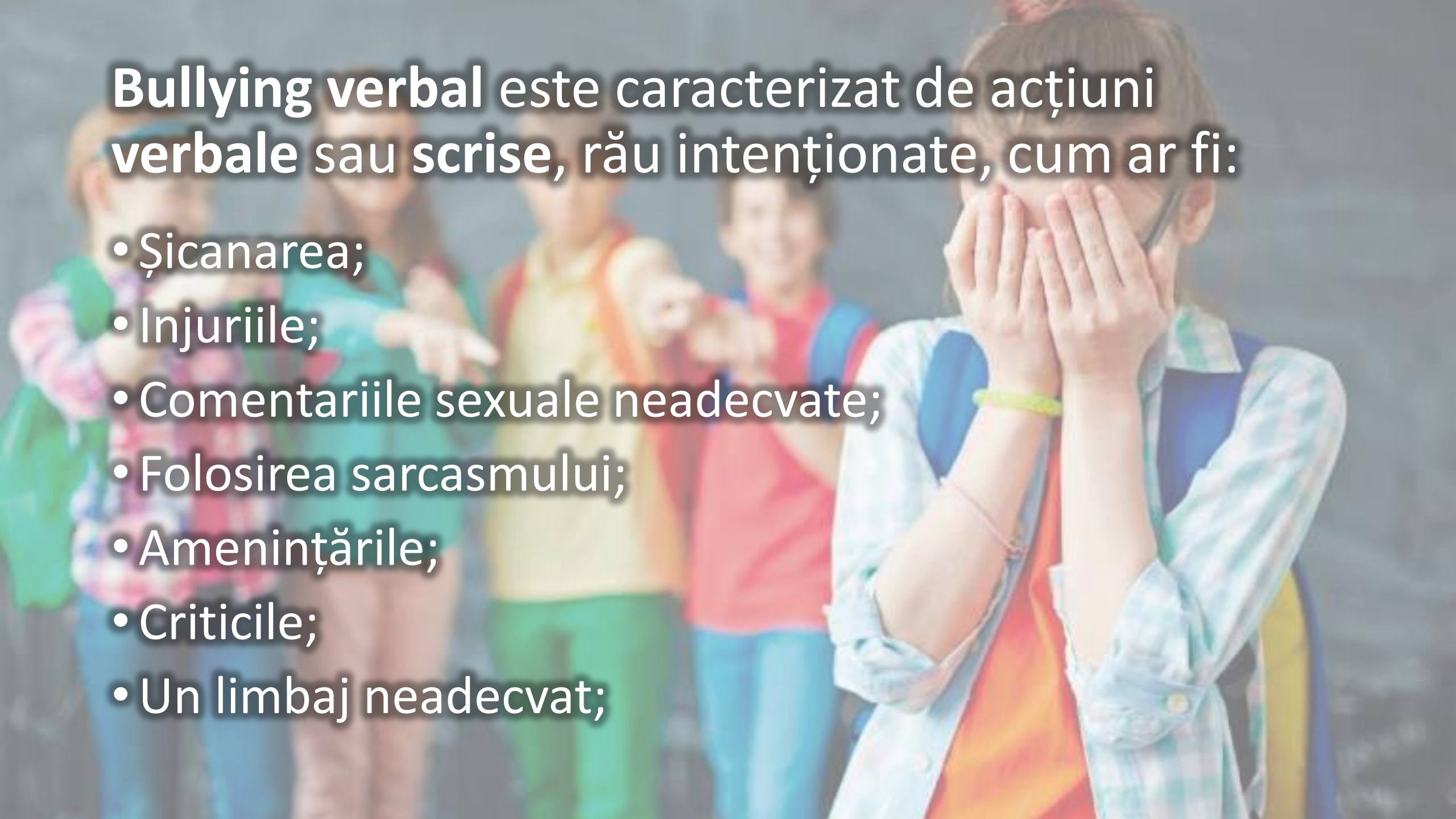
- un alt coleg de la școală;
- șeful sau un coleg de serviciu care intimidează;
- partenerul care îl controlează pe celălalt;
- un vecin;
- un partener de afaceri;
- un membru al familiei;
- o altă persoană implicată într-o relație abuzivă.

- Atât copiii care sunt agresati (bullied), cât și agresorii (bullies) **pot dezvolta probleme serioase și de durată, din punct de vedere emoțional.**



Identificarea bullying-ului

- Pentru a fi considerat bullying, comportamentul trebuie să fie **agresiv** și să îndeplinească anumite **condiții**:
 - **Un dezechilibru al puterii**: copiii care-i agresează pe alții folosindu-și puterea, cum ar fi cea fizică, accesul la informații stânenitoare sau popularitatea – pentru a controla sau a face rău altora. Dezechilibrele de putere se pot schimba în timp și pot avea loc în situații diferite, chiar dacă implică aceleași persoane;
 - **Are loc în mod repetat**: agresiunile au loc de mai multe ori;
 - Victima **nu se poate apăra** sau cei care umilesc sunt mai mulți din punct de vedere numeric



Bullying verbal este caracterizat de acțiuni verbale sau scrise, rău intenționate, cum ar fi:

- Șicanarea;
- Injuriile;
- Comentariile sexuale neadecvate;
- Folosirea sarcasmului;
- Amenințările;
- Criticile;
- Un limbaj neadecvat;

Bullying fizic presupune folosirea contactului fizic pentru a-i intimida pe ceilalți, prin:

- Intimidare fizică, amenințare, hărțuire, vătămare;
- Simularea violenței, ridicarea pumnului;
- Lovire;
- Împingere;
- Distrugerea lucrurilor celuilalt;
- Gesturi obscene;
- Violență domestică;
- Violul conjugal;
- Hărțuirea sexuală la locul de muncă;
- Încălcarea spațiului personal;
- Încolțirea unei persoane în mijlocul unui grup.



Bullying social se referă la lezarea reputației sau a relațiilor cuiva și include:

- Bârfitul, lansarea și răspândirea zvonurilor despre cineva, de exemplu la locul de muncă;
- Punerea unei persoane într-o situație stânjenitoare în public;
- Folosirea puterii formale, a titlului/funcției sau a puterii financiare ca forme de intimidare, amenințare, hărțuire și/sau vătămare;
- Folosirea sarcasmului la adresa cuiva;
- Provocarea în mod intenționat a unui sentiment de jenă și nesiguranță;
- Excluderea și izolarea unei persoane din punct de vedere social sau profesional;
- Sabotarea în mod intenționat a bunăstării, fericirii sau succesului unei persoane.



Cyberbullying - hărțuirea și amenințarea în mediul online. Implică mai multe persoane, fără a necesita puterea fizică

- Comportamentele menționate anterior pot avea loc în mediul online, pe rețelele sociale, prin e-mail sau alte platforme. O persoană se poate ascunde în spatele unor ecrane și să aibă anumite comportamente.
- Cyberbullying-ul se poate manifesta prin trimiterea unor mesaje amenințătoare sau intimidante prin e-mail, text, social-media și inclusiv prin furarea identității online cu scopul de a răni și umili persoana respectivă.
- Unii cyberbullies pot crea inclusiv un site web sau o pagină de social media pentru a umili pe altcineva.

Oricine are un smartphone cu conexiune la Internet poate hărțui pe altcineva, fără a fi nevoit să își dezvăluie identitatea reală. Cyberbullying-ul poate avea loc 24 de ore din 24.



Cine poate deveni victima bullying-ului?

- Bullying-ul poate avea loc indiferent de context, însă copiii care sunt agresati prezintă unul sau mai mulți factori de risc:
 - Sunt percepuți ca fiind **diferiți** față de colegii lor
 - sunt fie **supraponderali** sau **subponderali**,
 - **poartă ochelari**
 - **se îmbracă diferit**,
 - sunt **transferați recent la școala** respectivă
 - **nu își pot permite ceea ce au ceilalți copii**;
 - Sunt percepuți ca fiind slabi sau **incapabili de a se apăra**;
 - Sunt **depresivi**, **anxioși** sau au o **stimă de sine scăzută**;
 - Sunt **mai puțini populari** decât ceilalți și au puțini prieteni.



Copiii susceptibili de a-i intimida pe ceilalți pot fi:

- Cei care **au putere socială mai mare**, sunt preocupați de popularitatea lor și le place să domine sau să fie responsabili în fața celorlalți;
- Mai izolați, deprimați sau anxioși, au o stimă de sine scăzută, sunt mai puțin implicați la școală și **nu le pasă de sentimentele celorlalți**;
- Mai **agresivi**, din cauza frustrărilor dezvoltate de-a lungul timpului;
- Nu au o relație foarte apropiată cu părinții sau **au probleme în familie**;
- Nu pot respecta regulile, văd **violența ca pe un răspuns pozitiv** și au prieteni care îi agresează pe alții, la rândul lor.



Efectele bullying-ului asupra copilului

- Bullying-ul are efecte negative asupra sănătății victimei și a familiei acesteia, pe termen scurt și lung.
- Pentru ca acest fenomen să fie stopat, este crucial ca persoanele să înțeleagă cu adevărat cât de traumatizant poate fi bullying-ul.



Efectele acestui fenomen pot fi:

- Izolare socială;
- Răni fizice și efectele acestora la nivel psihic.
- Afecțiuni ale pielii, problemele cu stomacul și inima, din cauza stres-ului resimțit;
- Un sistem imunitar scăzut, ulcere și alte afecțiuni cauzate de anxietate și stres;
- Apariția unui sentiment de rușine;
- Tulburări ale somnului;
- Modificări ale obiceiurilor alimentare – obezitate sau bulimie;
- Scăderea stimei de sine;
- Performanțe școlare reduse din cauza scăderii capacității de concentrare;

Efectele bullying-ului asupra copilului



- Copiii care sunt hărțuiți suferă atât pe plan **emoțional**, cât și **social**, pentru că le este greu să își facă prieteni, astfel că vor avea o stimă de sine scăzută: vor începe să creadă că ceea ce se spune despre ei este adevărat.
- Victimele bullying-ului pot experimenta mai multe **emoții**: tristețe, mâhnire, frustrare, singurătate și izolare.
- **Părinții victimelor** pot experimenta un sentiment de eșec cu privire la creșterea și îngrijirea copilului lor și pot fi copleșiți de întreaga situație.

Efectele bullying-ului asupra agresorului pot fi:

Pe termen scurt:

- Performanțe școlare slabe și scăderea frecvenței la orele de curs;
- Dificultate în menținerea relațiilor sociale;
- Creșterea riscului de consum abuziv de droguri și alcool.

Pe termen lung:

- Riscul de a-și abuza familia și copiii;
- Manifestarea unui comportament antisocial;
- Dificultatea de a se integra profesional pe piața muncii.

Vă rugăm să completați următorul chestionar:

<https://programare.top/bullying/>