

PUTEM OARE OPRI BULLYINGUL? TEHNICA "FĂRĂ ACUZAȚII"

Larisa Chirev, lector superior, UPS "I.Creangă"

Summary

The article presents a narrative on the issue of bullying, the causes and ways of showing harassment in school, and the signs indicating the presence of this phenomenon. No blame-approach technique is a working method that can help the victim of bullying, and aggressors are taught to assume the consequences of their own behavior.

Cuvântul "bullying", nu are o traducere exactă în limba română, însă poate fi asociat cu termenii de intimidare, terorizare, brutalizare. Bullying-ul poate fi înțeles ca un act de violență fizică și/sau psihică, reprezentând un comportament agresiv și intenționat din partea unui sau mai multor elevi care îl fac, în mod repetat, pe un coleg de-al lor să sufere de-a lungul timpului, fără ca acesta să se poată apăra. [3]

„Bullying” este în general privit de către un șir de autori (Van der Wal, de Wit, Remy) ca o formă specifică a comportamentului agresiv. Cea mai des utilizată definiție a termenului bullying, în literatura de specialitate, este cea dată de Olweus considerat un pionier în cercetările referitoare la bullying. Astfel, Olweus (1999) stabilește că „bullying este caracterizat după trei criterii: (1) este un comportament agresiv sau o acțiune de a face rău intenționat; (2) este un comportament care se repetă în timp; (3) relațiile interpersonale se caracterizează printr-un dezechilibru de putere [1, p.15]. Krivțova menționează încă un indicator important – reacția emoțională acută a victimei. [3]

În opinia autorilor ce au avut ca obiect de studiu comportamentul bullying (Smith, Cowie, Olafsson, Liefoghe), acesta poate să se manifeste fără nici o provocare, iar acțiunile negative pot fi realizate prin contact fizic, cuvinte, gesturi obscene, excludere intenționată dintr-un grup”. [1, p.15]

Autorii menționați anterior (Van der Wal, de Wit și Remy) fac distincție între comportamentul bullying direct (deschis) și indirect (ascuns, relațional). Comportamentul bullying direct, include toate tipurile de agresivitate verbală și fizică: a lovi, a bate, a jigni, a amenința, a porecli, a insulta. Comportamentul de bullying indirect, include aspecte ale izolării sociale: ignorare, excludere, bârfa. Agresivitatea directă este mult mai frecventă la băieți, iar cea indirectă la fete. [1, p.15]

Comportamentul bullying în școală este un fenomen existent în multe state ale lumii. Astfel, potrivit unui studiu (World Report on Violence and Health din 2002), cu privire la sănătatea copiilor din 27 țări, s-a arătat că, majoritatea copiilor de 13 ani din cele mai multe țări, au fost implicați în comportamente de tip "bullying" cel puțin o dată. [1, p.15]

Un alt studiu (Nansel, Crayig, Overpeck, Saluja, Ruan 2004) efectuat în 25 de țări (22 din Europa, Israel, SUA și Canada), a arătat că implicarea în bullying variază de la o țară la alta, între 9% -15% dintre tineri. Astfel, numărul copiilor evaluați ca fiind victime variază de la 5% în Suedia la 20% în Lituania cu o medie la nivelul țărilor de 11%. [1, p.15]

Aproximativ unul din trei elevi în statul Ontario (29%) raportează că a fost hărțuit la școală, conform unui studiu realizat în anul 2011 de către oamenii de știință de la Centrul de Dependență și Sănătate Mintală (CAMH). Elevii care sunt hărțuiți resimt adesea anxietate socială, singurătate, sunt retrași, suferă de afecțiuni fizice și au o stimă de sine scăzută. Aceștia pot dezvolta, de asemenea, fobii, pot dobândi un comportament agresiv sau pot cădea în depresie. Unii studenți absentează de la ore, notele scad simțitor sau aceștia chiar renunță complet la școală pentru că au fost hărțuiți. Copiilor și adolescenților care învață să folosească puterea și agresiunea pentru a produce suferință altora nu le mai pasă la un moment dat despre diferența dintre bine și rău în general. În cele din urmă, ei pot deveni adulți abuzivi. Prin urmare, este important să fie ajutați să înceteze hărțuirea cât mai devreme posibil. [2, p.4]

Semnele care arată că elevul este hărțuit la școală:

- lipsa dorinței de a merge la școală sau sau acuze că se simte rău în zilele de școală;
- lipsa dorinței de a lua parte la activități sau evenimente sociale alături de alți elevi;
- comportament diferit față de modul cum acționează în mod normal;
- s-ar putea să înceapă brusc să piardă bani sau obiecte personale sau să ajungă acasă cu hainele rupte sau cu bunurile distruse și să ofere explicații care nu au nici o logică.
- adolescentul care sunt hărțuit s-ar putea să înceapă să vorbească despre renunțarea la școală și să nu participe la activitățile care îi implică și pe ceilalți colegi. [2, p.5]

Premise importante pentru aplicarea tehnicii ”Fără acuzații” (No blame - approach):

- Este de preferat ca copiii ce participă în această activitate să nu fie în relații de dependență față de profesorul care dirijează activitatea. Se recomandă ca tehnica să fie aplicată de către o persoană dinafară: psiholog, asistent social, administrația școlii.
- Se constituie un grup de suport din elevi ce vor ajuta victima. Împreună cu aceștia se elaborează propuneri-soluții pentru stoparea bullyingului.
- Mesajul-cheie este: ”Am o problemă enormă din cauza faptului că un elev din clasa voastră se simte foarte rău în clasă. Eu nu pot de unul singur să rezolv problema. Am nevoie de ajutor și vă rog pe voi să mă ajutați!”
- Prima discuție cu victima (în continuare vor fi prezentate întrebările pentru interviu)
- Discuția cu părinții victimei
- Informarea și pregătirea profesorilor

- Întâlnirea cu grupul suport
- Explicarea esenței problemei – este problema mea, **nu căutăm vinovatul**
- **Nu se discută despre trecut**
- **Nimeni nu este pedepsit**, împreună ne asumăm responsabilitatea pentru ceea ce se va întâmpla
- Se determină ce poate face fiecare persoană din grupul de suport. **Fără promisiuni!**
- Se transmite responsabilitatea grupului de elevi: **Voi puteți face asta!**
- Peste o săptămână – **a doua discuție cu victima**
- **Discuții ulterioare cu fiecare membru al grupului de suport:** individuale sau în grup
- **Celebrarea** – peste 2 luni.

1. Prima discuție cu victima

- Interviu (întrebările urmează) – scopul interviului este de a determina ce se întâmplă, cine intimidează victima, cu cine victima are relații bune și care sunt resursele personale ale victimei pentru a face față situației. În baza acestor informații, specialistul ce utilizează tehnica, împreună cu dirigintele formează grupul de suport.
- Atitudine grijulie față de trăirile victimei, temerile ei. Diminuarea neliniștii și fricilor.
- Se organizează întâlnirea cu grupul de suport doar cu acordul victimei!

Întrebările pentru interviu:

- Cât timp durează această situație?
- Prin ce ai fost nevoit să treci? Cum ai fost intimidat / harțuit? Ce anume s-a întâmplat? Ce te-a rănit cel mai mult?
- Cine a participat?
- Cum comportamentul lor te-a influențat? Cum te-ai simțit?
- Cum a fost viața ta în această perioadă?
- Ai încercat să întreprinzi ceva? Ce și când?
- Cum au fost somnul, visele, pofta de mâncare, starea sănătății în această perioadă?
- Apreciază pe o scară de la 0 la 10 disperarea (neajutorare, deznădejde etc.).
- În ce măsură ai încredere în forțele proprii / încredere că situația se va schimba spre bine:
0 --- 5 --- 10
- Te-ai gândit vreo dată când nu mai poți suporta? Ce gânduri ai avut despre ce ai putea face în această situație?
- Ce ți-ai dori în această situație? Cum ți-ai da seama că te simți mai bine?
- Ce ar putea să se întâmple ca tu să te simți mai bine în școală (în clasă, la cantină, la recreații, în drum spre școală)?

- Cum crezi, ce ai putea face tu pentru a schimba situația?
- Mai este ceva important pentru tine despre ce ai vrea să discuți?

2. *Discuția cu părinții victimei*

- Clarificarea poziției părinților
- Stabilirea unor relații bazate pe încredere, obținerea acordului de a aplica tehnica
- Explicarea esenței tehnicii ”Fără acuzații” și a posibilităților ei

3. *Pregătirea și informarea altor persoane*

- Informarea profesorilor ce au ore în clasa respectivă
- Formarea grupului de suport – 6 persoane: elevii agresori, elevi ce au o atitudine pozitivă / neutră față de victimă
- Planificarea activității: dirigintele anunță elevii din grupul de suport când urmează să se întâlnească cu psihologul

4. *Întrunirea grupului de suport*

- Mesajul-cheie este: ”Am o problemă enormă din cauza faptului că un elev din clasa voastră se simte foarte rău în clasă. Eu nu pot de unul singur să rezolv problema. Am nevoie de ajutor și vă rog pe voi să mă ajutați!”
- Explicarea esenței problemei – este problema mea, **nu căutăm vinovatul**
- **Nu se discută despre trecut**
- **Nimeni nu este pedepsit**, împreună ne asumăm responsabilitatea pentru ceea ce se va întâmpla
- Se determină ce poate face fiecare persoană din grupul de suport. **Fără promisiuni!**
- Se transmite responsabilitatea grupului de elevi: **Voi puteți face asta!**
- Stabilirea întâlnirii următoare peste o săptămână.

5. *A doua întâlnire cu victima*

- Se discută starea actuală, schimbările ce s-au produs
- Se verifică posibilitățile de care dispune victima pentru a influența situația

6. *Discuții individuale cu fiecare elev din grupul de suport*

Peste o săptămână elevii sunt întrebați:

- Cum a trecut săptămâna?
- Ce ai reușit să faci din ceea ce planificasem?
- Cum crezi, cum se simte acum (numele victimei)?
- Ce poți spune despre ceilalți elevi din grupul de suport?
- Ce ai observat referitor la situația dată?
- Ce se mai poate de îmbunătățit în situația dată?
- Dorești să mai faci parte din acest grup și în continuare?

Dacă nu s-a produs nicio ameliorare a situației, se organizează următoarea întâlnire cu grupul de suport iar peste o săptămână. Dacă rezultate pozitive sunt, grupul poate fi întrunit peste 6 săptămâni pentru a face o totalizare și a stabili când vor celebra reușita lor.

7. Totalizare și celebrarea

- Împreună cu grupul se discută schimbările care s-au produs.
- Împreună celebrează reușitele (pot fi înmânate diplome, se servește ceai etc.)

8. Menținerea relațiilor cu părinții victimei și dirigintele

- Periodic de verificat dacă rezultatele se mențin.
- Părinții, victima, dirigintele sunt informați despre posibilitatea revenirii în caz de necesitate.

Bibliografie

1. Beldean-Galea I., Jurcău N. Studiul calităților psihometrice ale unui chestionar de evaluare a fenomenului “bullying” la elevi. În: Romanian Journal of Applied Psychology, 2010, Vol.12, No.1, 15-20
2. Hărțuirea - putem ajuta cu toții la încetarea acesteia. Un ghid pentru părinții elevilor din învățământul primar și secundar. Primăvara 2013. Publicat în varianta electronică <http://www.edu.gov.on.ca/eng/multi/romanian/BullyingRO.pdf>
3. Кривцова С.В. Буллинг и как ему противостоять (prezentare pentru seminar instructiv-metodic)