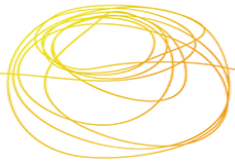


Bullying este.....

- ✘ Un tip de comportament
- ✘ repetat
- ✘ cu intenția de a persecuta, răni sau intimida
- ✘ implică un dezechilibru de putere



Agresivitatea...

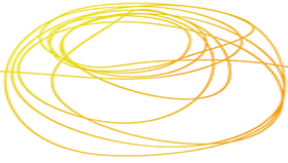


- ✘ are rădăcini biologice
- ✘ care țin de supraviețuire
- ✘ cucerirea teritoriului
- ✘ reproducere și perpetuarea speciei



✘.... Un mecanism de adaptare pt toate speciile într-o lume amenințătoare cu resurse limitate.....





- ✘ are o istorie de cuceriri de teritorii
- ✘ pt a obține bogății
- ✘ sau alte beneficii

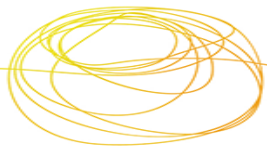
Chiar și specia umană



Agresivitatea

✘ are și rădăcini sociale





Agresivitatea...înseamnă emoții

Frică

Umilință

Disperare

Furie

Ură

Neajutorare

Anxietate

Frustrare

Răzbunare

Amenințare

Mânie

Neajutorare





Și mecanisme de apărare

FIGHT

or

Flight



Uncertainty, Paralysis,
Powerlessness, Avoidance

CRISIS

Reacții și strategii de coping

Comportamentale

Ignoră.. Evită.. Fă o glumă.. Găsește un răspuns.. Caută aliați.. Spune unui adult.. Ripostează verbal.. Părăsește școala.. Ripostează fizic.. Suicid

Emoționale

Indiferență .. Supărare .. Mânie .. Frică .. Rușine .. Stres .. Furie .. Neajutorare .. Depresie ..



dreamstime.com



Schools with Least Bullying



Typical School



Schools with Most Bullying

Ce putem face?



- ✘ Educarea participanților pasivi să reacționeze și să sancționeze orice formă de violență.
- ✘ Reguli și proceduri clare în școli care să sancționeze orice formă de bullying.
- ✘ Învățã victima să reacționeze adecvat.



SKILL PRACTICE

Stop \ Părăsește mediul \ Spune

High 5 Report
Denunță

High 5 Friendly
Se prietenos

High 5 Get Away
Părăsește locul

High 5 Firmly
cu fermitate

High 5 Ignore
Ignoră

Remember... Tine minte...

- It helps getting yourself out of trouble.
- It helps to make the person bully stop.
- It helps to get someone to trouble when it's wrong when someone is a bully.



Abilități sociale:

- ✓ Folosește afirmații clare pe un ton controlat (“ajunge”, “oprește-te”, “ai mers prea departe”, “ai depășit limita”)
- ✓ Spune ce simți (“Nu-mi place...”, “Mă deranjează...”)
- ✓ Folosește limbajul non-verbal



Părăsește mediul

- Calm dar repede
- Nu te uita înapoi
- Continuă indiferent de reacția agresorilor



Spune unui adult!!

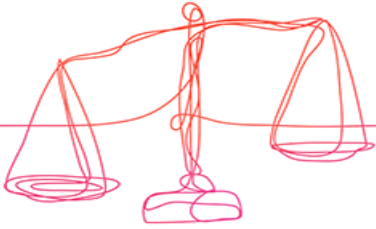
- ✓ Nu te simți jenat
- ✓ Ai dreptul să fii în siguranță
- ✓ Ai dreptul să refuzi
- ✓ Ai dreptul să schimbi felul în care reacționezi



www.shutterstock.com · 532686670

When someone turns on the pressure

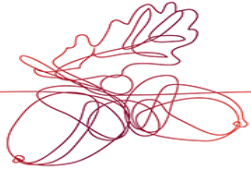




SKILL PRACTICE



1. Offer an alternative.
2. Use the broken record technique
3. Use humor.
4. Send an “I” message about the pressure.
5. Walk away



Protective behaviour





Protective behaviour





Protective behaviour





“STAND UP AGAINST BULLYING ”

