



Nr. 3185 din 11.10.2024

Dezbătut în Consiliul Profesorat din 22.10.2024  
Aprobat în consiliul de Administrație din 24.10.2024

## PLAN DE ACȚIUNE PENTRU PREVENIREA VIOLENȚEI PSIHOLOGICE - *BULLYINGULUI* Anul școlar 2024 - 2025

### Motivație:

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. Comportamentul poate fi învățat în familie sau în alte medii și este favorizat de *diferențele sociale, de etnie, religie, gen, comportament, putere, caracteristici fizice* etc. Efectele asupra victimei sunt adesea devastatoare din punct de vedere emoțional și comportamental.

*Fenomenul bullying* este întâlnit cel mai frecvent în mediul școlar. De regulă, când vorbim de violență școlară ne raportăm la actele de violență fizică ce se petrec în incinta unității de învățământ. De multe ori, însă, tratamentul discriminatoriu la care este supus un minor, jignirile zilnice venite din partea unor colegi, au efecte mult mai grave pe termen lung în ceea ce privește dezvoltarea copilului. Elevii au nevoie să trăiască într-un mediu în care se simt în siguranță și să învețe să rezolve situațiile dificile într-un mod corect.

Planul de acțiune are rolul de a preveni și combate bullying-ul între elevii școlarizați la Colegiul Tehnic Reșița.

**Obiectivul general:** de a face din Colegiul Tehnic Reșița *un loc sigur, de a crește nivelul de conștientizare a fenomenului de bullying în rândul profesorilor și al elevilor și de a promova relații sociale pozitive între copii.*

### Obiectivele specifice urmărite:

- ✚ *Înțelegerea bullying-ului* ca fenomen social de către profesori și elevi;
- ✚ *Îmbunătățirea* strategiilor de identificare a problemelor sociale și emoționale ale elevilor cauzate de fenomenul de bullying;
- ✚ *Creșterea capacității corpului* profesoral de a face față eventualelor situații de bullying;
- ✚ *Îmbunătățirea adaptabilității* elevilor la factorii externi sociali și emoționali;
- ✚ *Reducerea riscului de bullying* și a formelor de bullying electronic (cyberbullying) în rândul elevilor;
- ✚ *Încurajarea și sprijinirea* elevilor în dezvoltarea abilităților de a lua atitudine și a ajuta victimele în situații de bullying.



### Interventii la nivel individual:

- ❖ **Identificarea persoanelor si a cauzelor pentru care acestea au manifestari de bullying** - prin consultarea elevilor, a cadrelor didactice si a personalului specializat (psihologi, asistenti sociali și maternali);
- ❖ **Elaborarea si derularea unor programe de asistenta individualizată în situații de bullying în rândul elevilor** (autori sau ca victime) în prin care să se urmărească:
  - înțelegerea consecințelor actelor de hărțuire psihologică repetată asupra celorlalți (colegi, cadre didactice, parinti, prieteni etc.);
  - prevenirea aparitiei dispozitiilor afective negative (resentimentul, suspiciune excesivă, iritabilitatea, ostilitatea, negativismul);
  - ameliorarea imaginii de sine (atitudine pozitivă față de sine, evaluarea corectă acalițăților și defectelor personale, perceptia pozitivă a experiențelor de viață, proiectarea unor experiențe pozitive pentru viitor);
  - dezvoltarea autonomiei (rezistența față de evaluările celorlalți prin cristalizarea unor valori personale pozitive);
  - dobândirea autocontrolului asupra impulsurilor de moment și a capacitatii de autoanaliză.
- ❖ **Implicarea elevilor** cu care comit acte de violență fizică sau psihologică în mod repetat în programe de asistență derulate în parteneriat cu alte institutii specializate (Biroul de Siguranță Școlară din cadrul Inspectoratului Județean de Poliție, Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului, Biserica, alte organizatii specializate în programe de protectie si educatie a copiilor si a tinerilor);
- ❖ **Valorificarea** intereselor, aptitudinilor și capacităților elevilor cu risc de manifestare a comportamentului de bullying, **în activitati scolare si extrașcolare** (sportive, artistice etc.);
- ❖ **Responsabilizarea elevilor care au comportament violent** prin aplicarea unor masuri de interventie cu potential educativ și formativ; evitarea centrării exclusiv pe sancțiune și eliminarea din practica educaționala a unor sanctiuni care contravin principiilor pedagogice (de exemplu, sanctionarea comportamentului violent prin notă, repetenție, exmatriculare etc.);
- ❖ **Identificarea si asistarea elevilor victime ale bullyingului** prin implicarea cadrelor didactice, a personalului specializat (psihologi, asistenti sociali) și a parintilor/ aparținătorilor.

### Interventii la nivel relational:

#### Recomandari privind familia:

- **Informarea părintilor** cu privire la serviciile pe care le poate oferi școala în scopul prevenirii bullying-ului și cyberbullying-ului si ameliorarii relatiilor părinti-copii (consiliere, asistență psihologică); implicarea în astfel de activități a personalului specializat (psihologi, asistenți sociali);
- **Acordarea de sprijin familiilor** care solicită asistență si orientarea acestora către serviciile specializate;
- **Colaborarea scolii cu familiile** elevilor cu potential violent sau care au comis acte de violență, **în toate etapele procesului de asistență** a acestora (informarea, stabilirea unui program comun de intervenție, monitorizarea cazurilor semnalate); organizarea de întâlniri în școală, vizite în familii, programe extrașcolare cu participarea comună a elevilor, a părinților, a cadrelor didactice si a specialiștilor din alte sectoare de activitate;



- **Identificarea unor părinți-resursă** care să se implice în activitățile de prevenire sau în rezolvarea cazurilor de bullying;
- **Inițierea unor programe destinate părinților**, centrate pe conștientizarea, informarea și formarea cu privire la dificultățile de adaptare a copiilor la mediul școlar și la diferite aspecte ale violenței școlare, respectiv a bullying-ului (forme, cauze, modalități de prevenire, parteneri);
- **Semnalaarea de către școală** a cazurilor de familii cu un comportament violent repetat față de copii și **implicarea** în rezolvarea acestora (în cazuri extreme, participarea la procedurile de instituire a plasament familial); colaborarea școlii cu instituții cu responsabilități în acest domeniu- Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului, poliție etc.

### Recomandări privind școală:

- Incluziunea, pe agenda **întâlnirilor formale ale școlii** (Consiliu de Administrație, Consiliu Profesoral, Consiliul Elevilor, Comitetul de Părinți), a unor teme legate de bullying, care să aibă ca scop conștientizarea dimensiunii fenomenului și analiza formelor, a actorilor și a cauzelor situațiilor ce pot apărea la nivelul instituției;
- Elaborarea unor **strategii coerente de prevenire și intervenție**, inițierea unor programe care să răspundă unor situații specifice unității de învățământ (identificarea riscurilor în contextul concret al școlii, a persoanelor cu potențial violent sau cu risc de a deveni victime), cu implicarea activă a elevilor ca parteneri;
- Asigurarea că **regulamentul de ordine interioară** este un mijloc real de prevenire, prin:
  - definirea clară și funcțională a criteriilor de disciplină școlară și de conduită în școală a tuturor factorilor (elevi, profesori, personal non-didactic);
  - adaptarea prevederilor la contextul specific în care funcționează instituția;
  - implicarea factorilor de la nivelul școlii (elevi, cadre didactice) în aplicarea prevederilor acestuia;

### Intervenții la nivel curricular:

- **Dezbaterea**, în timpul orelor de consiliere și orientare, a situațiilor de violență sau de hărțuire observate în școală sau în vecinătatea acesteia și **încurajarea exprimării opiniei elevilor** privind aceste situații, cu posibile căi de soluționare.
- **Valorificarea temelor** relevante pentru problematica bullying-ului, care nu se regăsesc încă în curriculumul diferitelor discipline școlare, prin utilizarea unor **strategii activ-participative** (studiu de caz, joc de rol, analiza critică a mesajelor audio-vizuale cu conținut violent, problematizare etc.), care să conducă la conștientizarea și dezvoltarea unei atitudini critice a elevilor față de problematica violenței școlare;
- Derularea unor **programe și activități extrascolare** pe tema combaterii bullying-ului (de exemplu: „Bullying 0, misiune posibilă”, la care să participe elevi, cadre didactice, părinți);
- Organizarea de **programe de informare a elevilor** privind modalitățile adecvate de gestionare a unor situații concrete de bullying,



centrate pe dezvoltarea unor competențe de înțelegere și auto-control, negociere a conflictelor, comunicare, mijloace de auto-apărare.

- Inițierea unor **programe de educație intra- și inter-generatională** și de educație parentală prin care să se urmărească îmbunătățirea relațiilor dintre: copii-parinți-cadre didactice-conducerea școlii);
- **Sensibilizarea profesorilor** față de problematica bullying-ului (forme de hărțuire psihologică repetată, cauze generatoare, mecanisme de prevenire, strategii de ameliorare, cadru legislativ și instituțional) **prin activități de formare** derulate la nivel local: cursuri de formare, cercuri pedagogice tematice, schimburi de experiență;
- Creșterea **transparenței evaluării** rezultatelor elevilor (criterii, metode), în scopul diminuării tensiunilor care conduc la apariția unor situații de bullying (între elevi și profesori sau între elevi);
- **Asumarea de către psihologul școlii a unui rol proactiv** în comunitatea școlară, prin diseminarea ofertei de sprijin psihologic și prin implicarea, în afara cabinetului școlar, în identificarea și rezolvarea unor situații de bullying.
- **Ameliorarea managementului comunicării între toți factorii de la nivelul școlii**, prin identificarea principalelor bariere comunicative și prin diversificarea strategiilor și a canalelor de comunicare; organizarea de activități informale elevi-cadre didactice-parinți;
- **Asigurarea unui mediu școlar adecvat** pentru derularea activităților didactice în condiții optime, prin:
  - evitarea supraaglomerării colectivelor de elevi, atât la nivelul școlii, cât și la nivelul claselor;
  - serviciu de pază;
  - aparatură de supraveghere și securitate funcțională.

#### **La nivel comunitar:**

- **Dezvoltarea de parteneriate ale școlii cu alte instituții la nivel local** – poliție, jandarmerie, autorități locale, ONG-uri etc. – pentru siguranța deplasării elevilor și pentru crearea unei vecinătăți lipsite de pericole;

#### **La nivel social:**

- Implementarea unui **sistem de monitorizare** a fenomenelor de bullying în școală, care implică: elaborarea unei strategii de colectare a informațiilor, construirea unei baze de date etc;
- **Stimularea cooperării inter-instituționale** în inițierea, derularea, monitorizarea și evaluarea unor programe de monitorizare acazurilor de bullying;
- Participarea cadrelor didactice la **programele de formare continuă**;
- **Multiplierea măsurilor de reducere** a accesului elevilor la violența exprimată în media – violență verbală, pornografie și imagini cu conținut violent;
- **Stimularea cercetării** privind violența școlară și fenomenul de bullying, utilizarea exemplelor de succes în prevenirea și



- combaterea acestui fenomen;
- Organizarea de ateliere de lucru cu număr limitat de copii, la care explicațiile vor fi la nivelul de înțelegere al copiilor. În timpul lucrului, profesorii vor oferi sprijinul necesar. Îi vor orienta în înțelegerea semnificației activităților. Formele de organizare vor fi în grup restrâns și cu respectarea distanțării, sau individual, mergându-se pe ideea că activitățile pot fi și ocazii de intercunoaștere. Atelierele de lucru pot fi împărțite în 2 sau mai multe sesiuni.

### **BENEFICIARI DIRECTI ȘI INDIRECTI**

- **Beneficiari direcți:** elevii Colegiului Tehnic Reșița
- **Beneficiari indirecti:** părinți, cadre didactice, comunitatea

### **RESURSE NECESARE**

a) *Grupul de acțiune antibullying*

b) *Resurse materiale:*

- ❖ echipamente și electronice: laptop, videoproiector, aparat de fotografiat, flipchart  
consumabile: coli de scris, coli de flipchart, markere, pliante, flyere.

**DESCRIEREA ACTIVITĂȚILOR:**

| Nr crt | Obiectiv  | Activități propuse  | Resurse utilizate  | Beneficiari  | Termeni de realizare          | Responsabili / Parteneri   | Indicatori de realizare  |
|--------|---|---|--|--|-------------------------------|--|--|
| 1      | <b>Înțelegerea bullying-ului ca fenomen social de către profesori, elevi, părinți</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Sensibilizarea profesorilor, părinților față de problematica bullying-ului (forme de hărțuire psihologică repetată, cauze generatoare, mecanisme de prevenire, strategii de ameliorare, cadru legislativ și instituțional) prin activități de formare derulate la nivel local: cursuri de formare, cercuri pedagogice tematice, schimburi de experiență;</li> <li>Realizarea de broșuri, afișe, pliante, care să ilustreze cauzele și consecințele manifestării acestui tip;</li> <li>Informarea părinților cu privire la serviciile pe care le poate oferi școala în scopul prevenirii bullying-ului și cyberbullying-ului și ameliorării relațiilor părinți-copii</li> </ul> | <p><i>Umane:</i> Elevi<br/>Profesor<br/>Consilier școlar<br/>Reprezentanți ai organizațiilor guvernamentale și nonguvernamentale.</p> <p><i>Materiale:</i><br/>Coli A4<br/>Fișe de lucru<br/>Pliante Broșuri,<br/>Flyere,<br/>Filme didactice<br/>Prezentări Power point</p> | Elevi<br>Părinți<br>Cadre didactice<br>Comunitatea | Septembrie-<br>Decembrie 2023 | Profesor consilier școlar<br>Diriginți<br>Cadre didactice<br>Elevi | Cunoașterea cauzelor violenței școlare de către elevi, părinți și cadre didactice. |



|   |  |   |   |   |  |   |  |
|---|--|---|---|---|--|---|--|
| 2 | <b>Îmbunătățirea strategiilor de identificare a problemelor sociale și emoționale ale elevilor cauzate de fenomenul de bullying; unității de învățământ;</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atenție la bullying! - analiză a specificului actelor de bullying din școală</li> <li>• Aplicare chestionare pt identificare/monitorizare a fenomenului;</li> <li>• Includerea, pe agenda întâlnirilor formale ale școlii (CA, CP, Consiliul Elevilor, Comitetul de Părinți), a unor teme legate de bullying, care sa aiba ca scop conștientizarea dimensiunii fenomenului și analiza formelor, a actorilor si a cauzelor situațiilor ce pot apărea nivelul școlii;</li> <li>• Asigurarea că regulamentul de ordine interioară este un mijloc real de prevenire</li> </ul> | <p><i>Umane:</i><br/>Elevi<br/>Consilier școlar<br/>Cadre didactice<br/>Reprezentanți ai organizațiilor guvernamentale și nonguvernamentale.</p> <p><i>Materiale:</i><br/>Coli A4<br/>Fișe de lucru<br/>Pliante Broșuri,<br/>Flyere,<br/>Filme didactice<br/>Prezentări PPT</p> | Elevi Părinți<br>Cadre didactice<br>Comunitatea | Octombrie-<br>Noiembrie<br>2021              | Membrii grupului de lucru<br>Comisia diriginților<br>Comisiei pentru prevenirea si eliminarea violenței, a faptelor de corupție și discriminării în mediul școlar si promovarea interculturalitatii | Existenta unei strategii de prevenire și combatere a bullying-ului |
| 3 | <b>Încurajarea și sprijinirea elevilor în dezvoltarea</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Implementarea unor programe/activități susținute la ora de dirigenție sau prin activități extrașcolare, pe</li> </ul>  | <p><i>Umane:</i><br/>Elevi<br/>Consilier școlar<br/>Cadre didactice</p>   | Elevi Părinți<br>Cadre didactice<br>Comunitatea | Noiembrie<br>2024 - Iunie<br>2025<br>conform | Membrii grupului de lucru<br>Comisia diriginților<br>Comisiei pentru  | Cunoașterea a consecințelor fenomenului.<br>Formarea               |



|           |  |   |   |  |  |   |  |
|-----------|--|---|---|--|--|---|--|
|           | <p><b>abilităților de a lua atitudine și a ajuta victimele în situații de bullying</b></p> | <p>următoarele teme: Alege sa te opui bullying-ului și agresiunilor de orice fel ”Forme de manifestare a bullying-ului în școală”; ”Să spunem NU bullying-ului”; ”Violența naște violență”; „Dă BLOCK agresivității”; “Și „glumele dor”; “ Stop cyberbullying”;,, Rezolvarea de probleme” „Puterea empatiei”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consiliere de grup/ dezbateri cu elevii/părinții/cadrele didactice pe tema comunicării eficiente și a managementului conflictelor.</li> <li>• Organizarea unor dezbateri pe teme ca: ”Bullying-ul ce haine îmbracă?”</li> <li>• Campania anti-bullying: „Alege să te opui bullying-ului”.</li> </ul> | <p>Reprezentanți ai organizațiilor guvernamentale și nonguvernamentale.</p> <p><i>Materiale:</i><br/>Coli A4 Fișe de lucru Pliante Broșuri, Flyere Filme didactice Prezentări Power point</p> |  | <p>unui calendar stabilit și aprobat de către factorii implicați</p> | <p>prevenirea și eliminarea violenței, a faptelor de corupție și discriminării în mediul școlar și promovarea interculturalității. Comitetul de părinți Reprezentanți ai organizațiilor guvernamentale și nonguvernamentale</p> | <p>unor deprinderi de comunicare eficientă și de a face față conflictelor.</p> |
| <p>4.</p> | <p><b>Crearea unui climat favorabil creșterii gradului de siguranță a</b></p>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Întâlniri cu reprezentanți ai I.J.P.Caraș Severin/ ONG- uri/instituții cu specific educațional, pe tema cauzelor și</li> </ul>   | <p><i>Umane:</i></p> <p>Elevi<br/>Consilier școlar<br/>Cadre didactice</p>  | <p>Elevi<br/>Părinți Cadre didactice<br/>Comunitatea</p> | <p>Pe parcursul anului școlar 2024-2025, conform unui</p>            | <p>Membrii grupului de lucru<br/>Comisia diriginților<br/>Reprezentanți ai poliției</p>   | <p>Participarea la dezbateri, activități de informare, workshopuri.</p>        |





|  |  |   |  |  |  |  |  |
|--|--|---|--|--|--|--|--|
|  | <b>copiilor în mediul școlar (fizic\ on line).</b> | consecințelor violenței în societate, în familie și în școli. <ul style="list-style-type: none"><li>• Schimb de experiență, materiale informative, metode de prevenire, cursuri pentru profesori/parinți.</li></ul> | Reprezentanți ai ONG<br><i>Materiale:</i><br>Coli A4<br>Fișe de lucru<br>Pliante<br>Broșuri, Flyere<br>Filme didactice<br>Prezentări PPT |  | calendar stabilit și aprobat de către factorii implicați | locale.<br>DGASPC Caraș-Severin<br>Biroul de Siguranță Școlară din cadrul IPJ Caraș-Severin,<br>alte instituții cu specific educațional. |  |
|--|--|---|--|--|--|--|--|



| Atelier de lucru   | Titlu   | Obiectiv Principal  | Obiective specifice  |
|--------------------|---|---|--|
| Atelier de lucru 1 | <b>Bullying</b>                                       | Creșterea conștientizării bullying-ului în rândul copiilor  | Înțelegerea caracteristicilor bullying-ului<br>Înțelegerea tipurilor de bullying<br>Înțelegerea rolurilor în situații de bullying                        |
| Atelier de lucru 2 | <b>Emoții și reglare emoțională</b>                   | Oferirea de ajutor copiilor pentru a înțelege ce sunt emoțiile și cum să și le regleze în mod adecvat | Recunoașterea emoțiilor<br>Exprimarea emoțiilor<br>Învățarea strategiilor de reglare emoțională  |
| Atelier de lucru 3 | <b>Rezolvarea de probleme și strategii de</b>         | Învățarea unor tehnici de rezolvare a problemelor   | Utilizarea tehnicilor de rezolvare de probleme   |
| Atelier de lucru 4 | <b>Respect, Prietenie și Comportamente prosociale</b> | Promovarea respectului, a prieteniei și încurajarea copiilor de a se ajuta reciproc                   | Înțelegerea semnificației respectului<br>Înțelegerea diferenței dintre prieteni și cunoștințe<br>Înțelegerea comportamentelor prosociale și de cooperare |

Vor fi puse în discuție cazuri severe de bullying la modul general, fără referiri la cazurile de bullying dintre copiii prezenți. Copiii vor fi stimulați pozitiv și încurajați să utilizeze abilitățile formate în viața de zi cu zi.

Vor fi vizionate și discutate în cadrul atelierelor scurtmetraje despre bullying.

## **REZULTATE CANTITATIVE ȘI CALITATIVE AȘTEPTATE**

Planul de prevenire a bullying-ului dorește să ofere elevilor acces la informații corecte, care să imprime, dacă este posibil, atitudini și comportamente favorabile stării de bine.

### ***Rezultatele concrete ale implementării planului.***

- ✚ Implicarea unui număr cât mai mare de beneficiari direcți și indirecti în derularea activităților de prevenție;
- ✚ Prevenire prin conștientizare a comportamentelor indezirabile;
- ✚ Cunoștințe și atitudini specifice grupului țintă;
- ✚ Promovarea sănătății și a stării de bine a elevului, prin formarea unui stil de viață sănătos;
- ✚ Dezvoltarea personală a elevului, prin autocunoașterea și construirea unei imagini pozitive despre sine;
- ✚ Practici de succes: metode modern;
- ✚ Specialiști în domeniu



*Este important de precizat și modul în care sunt satisfăcute nevoile individuale și de grup ale grupului țintă, în concordanță cu standardele de calitate existente la nivel național:*

- ✚ Un mai mare nivel de conștientizare a consecințelor manifestărilor violente;
- ✚ Capacitatea de a rezolva o problemă pe baza analizei atente a circumstanțelor, alternativelor și consecințelor fiecărei alternative, o bună autocunoaștere;
- ✚ Schimbul de informații și de experiență cu alți actori implicați;
- ✚ Promovarea anumitor valori și deprinderi de viață.

### **MODALITĂȚI DE EVALUARE**

- ✚ Evaluare orală pe baza unor discuții/dezbateri/focus-grup-uri

Consilier școlar,  
Prof. Lucia Carmen Elena PEIA

Director,  
Prof. Elena Dalina RANCU

