

Despre alianța anti-bullying

Săptămâna anti-bullying este coordonată de Alianța Anti-bullying (ABA) din Anglia, Țara Galilor și Alianța Anti-Bullying din Irlanda de Nord. Suntem o coaliție unică de organizații și indivizi, care lucrează împreună pentru a ne atinge viziunea de a opri agresiunea și de a crea medii mai sigure în care copiii și tinerii să poată trăi, să crească, să se joace și să învețe. Salutăm calitatea de membru al oricărei organizații sau persoane care susține această viziune și susținem o rețea gratuită de mii de școli și colegii.

ABA are trei domenii principale de activitate:

- Sprijinirea învățării și schimbul de bune practici prin intermediul membrilor

Creșterea gradului de conștientizare a agresiunii prin Săptămâna Anti-Bullying și alte campanii coordonate, partajate

Furnizarea de programe de lucru la nivel național și local pentru a ajuta la oprirea agresiunii și la aducerea unor schimbări durabile în viața copiilor

ABA are sediul în cadrul organizației de caritate pentru copii National Children's Bureau.

Dorim să extindem un masiv "mulțumesc" tuturor tinerilor implicați în dezvoltarea temei din acest an și a filmelor școlare. În special tinerii din 'Young Anti-Bullying Alliance'.

Ghid tradus în limba română de către Ipswich Romanian Community

© Copyright Anti-Bullying Alliance 2025





Pentru părinți și îngrijitori

Avem sfaturi pentru părinți și îngrijitori pe site-ul nostru, inclusiv un set de instrumente de informare și un instrument interactiv de informare anti-bullying. Aceasta include ce este agresiunea, cum să lucrați cu școala dvs. în legătură cu agresiunea și cum să vă sprijiniți copilul

Consultați site-ul nostru <https://anti-bullyingalliance.org.uk/tool-information/advice-parents>



Pentru sprijin anti-bullying, resurse suplimentare sunt disponibile la:

- NSPCC (0808 800 5000 / www.nspcc.org.uk)
- Kidscape (0300 102 4481 / www.kidscape.org.uk)
- Family Lives (0808 800 2222 / www.familylives.org.uk)
- Contact (0808 808 3555 / www.contact.org.uk)
- Red Balloon Learner Centres (www.redballoonlearner.org)
- YoungMinds (0808 802 5544 / www.youngminds.org.uk)
- Papyrus UK (0800 068 4141 / www.papyrus-uk.org)
- Childnet (www.childnet.com)

Pentru siguranța online și combaterea hărțuirii cibernetice, părinții pot consulta Internet Matters (www.internetmatters.org) și CEOP (www.ceop.police.uk), iar pentru raportarea conținutului dăunător, Report Harmful Content (www.reportharmfulcontent.com).

Pentru copii și tineri:

- Childline: linie telefonică gratuită și confidențială (0800 1111 / www.childline.org.uk).
- The Mix: suport pentru tinerii sub 25 de ani (text THEMIX la 85258 / www.themix.org.uk).
- Kidscape: sfaturi pentru tinerii hărțuiți (www.kidscape.org.uk/advice/advice-for-young-people/what-should-i-do-if-im-being-bullied).
- The Diana Award: sfaturi anti-bullying (www.antibullyingpro.com).
- Think U Know: siguranță online (www.thinkuknow.co.uk).
- Childnet: sfaturi și suport online (www.childnet.com/young-people).
- Papyrus UK: prevenirea suicidului (0800 068 4141 / www.papyrus-uk.org).

4. Borcanul de putere pentru 7 zile

Materiale necesare: hârtie, ceva cu care să scrii, borcan refolosit



Încurajați bunătatea în familie cerând fiecăruia să noteze zilnic un act de bunătate văzut sau făcut și să-l pună într-o cutie. La sfârșitul săptămânii, discutați împreună despre impactul pozitiv al acțiunilor mici și despre cum pot fi modele pozitive pentru ceilalți.



5. Colajul increderii

Materiale necesare: hârtie, ceva cu care să scrii, reviste vechi, foarfece, markere colorate, lipici.



Realizați un colaj cu copilul, reprezentând lucrurile care îl fac să se simtă puternic, fericit și încrezător. Folosiți-l apoi pentru a discuta despre valoarea de sine și cum încrederea ajută la gestionarea situațiilor dificile. Revizuiți colajul regulat pentru a-i reaminti calitățile pozitive și a-l încuraja să-i ajute și pe alții să se concentreze pe lucrurile care îi fac să se simtă bine.



Activități cu copii mai mari

1. "Ce ai face?" Dileme

Materiale necesare: scenarii de exemplu (vezi mai jos și/ sau creați-vă propriul scenariu)



Învățați-i pe copii despre bunățate și empatie prin scenarii și întrebări, ajutându-i să înțeleagă impactul acțiunilor lor și rolurile în grupuri, pentru a promova reacții pozitive și încredere. Urmăriți câteva exemple din scenariile următoare:

Scenariul 1:

Layla postează un videoclip cu ea cântând și primește comentarii răutăcioase. Tom nu se alătură direct, dar dă like și distribuie postarea, încurajând astfel agresiunea. Discutați cu copiii despre impactul acțiunilor lui Tom asupra Laylei și cum ar fi putut să folosească situația pentru a face bine.

Scenariul 2:

Zara aduce la prânz mâncare tradițională, iar un coleg face comentarii răutăcioase, stârnind râsete. Nimeni nu intervine, iar incidentul se repetă.

Discutați cu copiii despre sentimentele Zarei, cum reacția grupului alimentează agresiunea și cum ar putea oferi sprijin sau folosi puterea pentru a face bine.

Scenariul 3:

Liam este respins de la masa Lydiei din cauza pantofilor săi, iar ceilalți copii chicotesc în loc să intervină.

Discutați cu copiii despre sentimentele lui Liam, cum ar fi putut ceilalți să ajute și ce ar face ei în această situație.

2. Putere pentru un bun jucător

Materiale necesare (pentru activitatea online): aplicația de muzică pentru telefon mobil sau laptop pentru a crea o listă de redare (pentru versiunea offline a activității): hârtie și ceva de scris



Cereți copilului să creeze o listă de melodii care să îi sporească încrederea, să îi calmeze sau să îl facă să se simtă puternic. Puteți face acest lucru împreună ca o familie și să aveți o listă comună de redare "Puterea pentru un joc bun", sau fiecare membru al familiei ar putea crea propria lor. Faceți-vă timp să ascultați melodiile împreună (când vă pregătiți pentru școală dimineața, în timp ce luați cina împreună în timp ce conduceți în mașină) și să vorbiți despre cum puteți folosi - sau ați folosit - puterea pentru bine în acea zi. Copilul dvs. ar putea dori, de asemenea, să împărtășească lista cu prietenii sau alți membri ai familiei.



Vrem să auzim listele de redare Power for Good!
Împărtășiți-le cu noi pe social media - mânerle noastre sunt la sfârșitul acestui document

3. Scrisoare către sinele meu mai tânăr

Materiale necesare: hârtie, ceva cu care să scrii



Cereți copilului să scrie o scrisoare pentru sinele său mai tânăr, oferind sfaturi despre rezolvarea problemelor de prietenie, încredere sau agresiune. Reflectați împreună asupra a ceea ce a învățat și cum și-ar folosi puterea pentru bine pentru a sprijini pe altcineva într-o situație similară.



3. Reflecție la ora poveștilor

Materiale necesare: o carte de povești, emisiune TV sau film care include o poveste în care un personaj experimentează răutate, hărțuire sau excludere (avem câteva sugestii pe site-ul nostru)



Alegeți o carte sau un scurt videoclip și citiți-l sau vizionați-l împreună. Puteți fie să întrerupeți povestea în diferite puncte, fie să vă așezați și să discutați după ce ați terminat-o (sau ambele!). Discutați cu copilul despre impactul comportamentului personajelor asupra altor personaje. Puneți întrebări pentru a-i face să gândească și pentru a încuraja empatia, cum ar fi:



Cum s-au simțit personajele în diferite momente ale poveștii? De ce s-au simțit așa?

A folosit vreunul dintre personaje puterea lor pentru bine?

Cum? Dacă nu ar face-o, cum ar fi lucrurile diferite dacă și-ar folosi puterea pentru bine?

Ce ai face diferit dacă ai fi în poveste?

. Puteți identifica diferitele roluri implicate în agresiune în cadrul poveștii? (Vezi paginile 4-5)

4. Putere pentru performanțe bune

Materiale necesare: Hârtie, ceva cu care să scrieți, un telefon sau o cameră foto pentru înregistrare (dacă doriți)



Fă un dans sau un cântec împreună cu copilul tău despre ce înseamnă să-ți folosești puterea pentru bine. Poate fi la fel de prostesc, amuzant și creativ cum doriți! Ar putea fi vorba despre a fi bun, a apăra pe alții sau a fi un prieten bun - și a sublinia modul în care folosirea Puterii tale pentru Dumnezeu te face pe tine și pe cei din jurul tău fericiți. Efectuați-l familiei și prietenilor, sau puteți să-l înregistrați pentru a-l împărtăși cu prietenii și să-i provocați să facă același lucru!



Dacă doriți să împărtășiți cu noi performanțele dvs. Power for Good, etichetați-ne pe rețelele sociale sau trimiteți-ne un e-mail la aba@ncb.org.uk! Vă rugăm să găsiți mânerul nostru de social media la sfârșitul acestui document.

5. Bunătatea Bingo

Materiale necesare: hârtie, ceva cu care să scrii, markeri sau creioane colorate, riglă



Creați o carte de bingo desenând o grilă de 3x3 pentru fiecare persoană participantă (sau [download_and_print_this_template](#)). În fiecare cutie, adăugați acțiuni "Putere pentru bine", cum ar fi:

- Ajutat un prieten
- Împărtășit o gustare
- A dat cuiva un compliment
- A inclus pe cineva într-un joc sau activitate
- A ținut ușa deschisă pentru cineva
- A oferit cuiva o îmbrățișare atunci când avea nevoie
- A spus cuiva de ce sunt speciali pentru tine
- A încurajat pe cineva să facă bine într-un lucru
- A vorbit cu cineva nou la școală



Întreabă-ți copilul dacă vine și el cu ei. Vezi câte pot face copiii tăi în timpul săptămânii. Dacă doriți, puteți oferi o recompensă sau un tratament pentru completarea unui rând sau a cardului complet!



Pentru tinerii în vârstă (adolescenti)

- Ce crezi când auzi cuvântul "bullying"?
- Care sunt rolurile diferite pe care le au oamenii într-o situație de agresiune? Se schimbă acest lucru dacă se întâmplă online?
 - Ce înseamnă cuvântul "putere" pentru tine?
 - Ce înseamnă să ai putere într-un grup ca la școală sau online?
- Crezi că tăcerea poate înrăutăți agresiunea?
De ce sau de ce nu?
- Ai văzut vreodată pe cineva hărțuit?
- Ce credeți că a făcut dificil sau ușor pentru alții să intervină și să-și folosească puterea pentru bine?
- Care sunt calitățile pe care le cauți la un prieten?
Care ar putea fi unele motive pentru care cineva ar putea alege să fie rău sau să-i intimideze pe alții?
- Ce i-ar putea ajuta să-și schimbe comportamentul?
- Dacă îți dai seama că rănești pe cineva, ce poți face pentru a-l repara și a-ți schimba comportamentul?
- Crezi că a fi bun îi poate inspira și pe alții să fie buni?
De ce sau de ce nu?
- De ce crezi că unii oameni își folosesc puterea pentru a-i răni pe alții în loc să-i ajute?
- Care sunt unele acțiuni sau cuvinte care arată respect în interacțiunile de zi cu zi? Cum rămâne cu online?
- Cum v-ați folosi vocea sau platforma dacă ați avea mai multă influență - cum ar fi căpitanul echipei sportive sau influențatorul social media?
- Când ești într-un grup, cum te poți asigura că toată lumea simte că aparține?
- Ce sfaturi le-ați da copiilor mai mici despre agresiune?

Activități pe care le poți face cu copilul tău în timpul săptămânii anti-bullying

Copiii vor experimenta conflicte sociale, fiind important să fie pregătiți cu strategii de gestionare și să înțeleagă relațiile sănătoase.

Activitățile propuse ajută la discuții despre agresiune, încredere în sine, bunătate și navigarea conflictelor, folosind "Puterea pentru bine".

Aceste activități pot fi adaptate sau pot inspira crearea de idei noi.

Activități cu copii tineri

1. Posterul bunătate și superputere

Materiale necesare: hârtie, markeri colorați sau creioane, orice alte materiale de colaj/ambarcațiune pentru decorare (dacă se dorește)

Întreabă-ți copilul despre superputerile sale de bunătate și ajută-l să se deseneze ca un supererou cu puteri precum "Helping Hand", "Asculting Ears" sau "Supportive Hug". Discutați despre impactul acestor puteri asupra celorlalți și afișați posterul acasă pentru a-i reaminti cum să folosească "Puterea pentru bine" zilnic.



2. Adulții mei în siguranță

Materiale necesare: hârtie, ceva cu care să scrii, markeri colorați sau creioane

Desenați o schiță a locurilor frecventate de copil (acasă, școală, cluburi) și identificați adulții de încredere cu care pot vorbi dacă sunt supărați sau îngrijorați. Discutați despre ce îi face pe acești adulți să se simtă în siguranță și asigurați-i că a vorbi este o modalitate de a folosi "puterea lor pentru bine".



Cum să-ți folosești puterea pentru bine ca familie în această săptămână anti-bullying



Săptămâna Anti-Bullying din acest an se concentrează pe utilizarea responsabilă a puterii. Agresiunea implică un dezechilibru de putere, iar copiii trebuie învățați să folosească puterea pentru a încuraja bunătatea și sprijinul, nu pentru a domina sau manipula.

Adulții joacă un rol crucial în modelarea comportamentului respectuos și ar trebui să dea un exemplu pozitiv.

Săptămâna anti-bullying poate fi folosită pentru a discuta despre dinamica puterii și respectul reciproc în familie.



4. Includeți copilul:

Este esențial ca un copil să fie inclus în discuțiile și deciziile luate, chiar dacă nu participă direct la întâlniri. Înainte de întâlniri, întrebați copilul despre dorințele sale și comunicați-le. După întâlniri, informați-l despre discuții și acțiunile stabilite. Dacă este victima hărțuirii, reamintiți-i că nu este vina lui și că a făcut bine raportând. Dacă el este agresorul, oferiți-i sprijin și analizați motivele comportamentului său.

5. Monitorizați comportamentul copilului pentru a evalua dacă problema de hărțuire a fost rezolvată. Discutați cu el pentru a vedea dacă este mulțumit de soluție sau dacă are încă îngrijorări. Dacă școala nu vă contactează, luați inițiativa de a verifica dacă acțiunile convenite au fost implementate și dacă mai există probleme.

Ce ar trebui să facă școlile?

Școlile din Marea Britanie sunt obligate legal să prevină agresiunea, iar directorii pot interveni chiar și în afara școlii. Dacă aveți nelămuriri cu privire la modul în care școala gestionează agresiunea, consultați ghidurile guvernamentale specifice Angliei, Țării Galilor sau Irlandei de Nord. În general, școlile sunt cooperante, dar dacă simțiți că nu sunteți ascultat, puteți depune o plângere.

7. Vorbiți despre ceea ce trebuie să se schimbe în comportamentul lor și despre acțiunile pe care le pot lua pentru a arăta că le pare rău.

8. Să fie clar că nu tolerați utilizarea unui limbaj și a unui comportament lipsit de respect și dureros ca familie (este vital să modelați acest lucru ca părinți).

Mulți copii care îi agresează pe alții se află într-un loc dificil și vor avea nevoie de ajutor pentru a explora modul în care se simt, ce a condus la comportament și ce trebuie să se schimbe.

În cele din urmă, nu ești primul - și nu vei fi ultimul părinte care va trebui să se confrunte cu acest lucru. Nu te învinovăți - astăzi este momentul schimbării.



Cum să-ți susții copilul

Este posibil să fie dificil să contactați școala copilului dvs. în legătură cu un incident de agresiune, dar școlile din Marea Britanie au o obligație legală de a preveni toate formele de hărțuire.

1. Familiarizați-vă cu politica anti-bullying a școlii copilului dvs. și cu modul în care aceasta abordează agresiunea, inclusiv raportarea și răspunsul.

Puteți găsi această politică pe site-ul școlii sau o puteți solicita, deoarece școala este obligată prin lege să o furnizeze.

2. Abordați școala cu calm și concentrați-vă pe colaborare pentru a rezolva problema agresiunii. Fiți realist cu privire la ceea ce doriți să facă școala, ținând cont de contextul situației și de posibilele perspective diferite. Școala ar trebui să investigheze raportul, să ia măsuri pentru a opri agresiunea și să sprijine toate persoanele implicate.

3. Păstrați o evidență a informațiilor pe care copilul dvs. le-a împărtășit despre agresiune și aduceți această înregistrare la întâlnire. În timpul întâlnirii, solicitați un interval de timp pentru acțiune și notați datele, persoanele cu care vorbiți, precum și cuvintele și acțiunile lor.

Ce se întâmplă dacă copilul meu a agresat pe alții?

Copiii se dezvoltă și au nevoie de ajutor pentru a înțelege cum să se comporte și când depășesc o limită. Unii copii pot avea dificultăți în a-și regla comportamentul sau pot copia comportamente dăunătoare.

Este important să recunoaștem și să oprim aceste comportamente și să învățăm să reparăm greșelile.

Dacă vi s-a spus că copilul dumneavoastră prezintă un comportament de intimidare, este important să luați măsuri.

- 1.** Rămâi calm și cere exemple de lucruri pe care le-au spus sau făcut și impactul pe care acest lucru l-a avut asupra altora,
- 2.** Fă-ți timp să asculți povestea copilului tău, păstrând o minte deschisă
- 3.** Este important să ne amintim că toți suntem capabili de comportament agresiv și să nu considerăm acest lucru ca o trăsătură permanentă a caracterului. Concentrați-vă pe clarificarea comportamentului pe care doriți să-l schimbați. Discuțiile despre rolurile de grup și activitățile pot ajuta copilul să reflecteze asupra comportamentului său și să găsească modalități de a-și folosi influența pozitiv.
- 4.** Vorbiți despre impactul pe care acest lucru l-a avut asupra altora și încurajați empatia.
- 5.** Asigurați-vă că nu îi hărțuiesc pe alții ca represalii pentru hărțuirea suferită. Ajutați-vă copilul să realizeze că nimeni nu are dreptul să-l preseze să facă ceva ce nu vrea să facă - aceasta include hărțuirea altora.
- 6.** Discutați dacă există ceva care i-a supărat sau rănit care ar fi putut duce la acest comportament.



(Continuarea pe pagina următoare)

Inițiator de conversație

Utilizați aceste începuturi de conversație pentru a vă ajuta să vorbiți despre agresiunea copilului și să-i folosiți puterea pentru totdeauna. Avem liste atât pentru copiii mai mici, cât și pentru cei mai mari.

Pentru copii mai mici

Ce crezi că face un prieten bun?

- Cum ați descrie agresiunea?

De ce crezi că unii îi hărțuiesc pe alții?

- Cum arată să fii bun?

Crezi că a fi bun te face să fii puternic?

Ai văzut vreodată pe cineva lăsat pe dinafară?

Ce ai face/ai fi făcut?

Ce înseamnă cuvântul "putere" pentru tine?

Vă puteți gândi la un supererou sau un personaj care își folosește puterea pentru a-i ajuta pe alții?

Vă puteți gândi la unele acțiuni mici care ar putea face ca alții să se simtă bine? Cum ar putea aceste acțiuni să ajute și alte persoane să fie amabile?

Dacă superi un prieten, ce ai putea face pentru a îndrepta?

Dacă ai vedea pe cineva tratat nedrept, ce ai putea face pentru a-ți folosi puterea pentru bine?

Vă puteți gândi la cineva la școală / acasă / la clubul de fotbal etc. care îi face pe alții să se simtă incluși sau în siguranță? Ce fac cei care fac diferența?

Dacă ai vedea pe cineva curajos și ai ajuta un prieten, ce i-ai spune?



POWER FOR GOOD

#ANTIBULLYINGWEEK



ANTI-BULLYING
ALLIANCE

Please share your 'Power for Good' activity with us online!



@ABAonTwe



@anti-bullying
allianceuk



AntiBullyingAlliance



Anti-Bullying Alliance



AntiBullyingAlliance



@anti_bullying_alliance



@anti_bullying_alliance

© National Children's Bureau - Registered charity No.
258825. Registered in England and Wales No. 952717.
Registered office: 23 Mansmore Terrace, London E8 3PN.

Part of the family
NATIONAL CHILDREN'S BUREAU



Cum să-ți susții copilul

Dacă copilul tău este hărțuit, primul pas este să nu intri în panică. Ascultă-l, calmează-l și asigură-l că situația se poate îmbunătăți.

Este util să înțelegi definiția agresiunii, a conflictului relațional, rolurile de grup și "banter"-ul pentru a discuta cu copilul despre experiența sa și a determina cea mai bună abordare.

1. Ascultă-i și asigură-i că a veni la tine a fost lucrul corect. Asigurați-i că agresiunea nu este vina lor și că au o familie care îi va susține.



2. Încearcă să stabilești faptele. Poate fi util să luați notițe despre ceea ce spune copilul dvs., în special numele, datele, ce sa întâmplat și unde sa întâmplat. Păstrați orice dovadă, cum ar fi imagini ale rănilor sau capturi de ecran ale mesajelor online,.



3. Află ce vrea să se întâmple în continuare copilul tău. Ajutați la identificarea alegerilor deschise pentru ei; pașii potențiali care trebuie urmați; și abilitățile pe care le pot avea pentru a ajuta la rezolvarea problemelor.



4. Încurajați-vă copilul să se implice în activități care îi construiesc încrederea și stima și îl ajută să formeze prietenii atât în interiorul, cât și în afara școlii



5. Solicitați o întâlnire pentru a discuta situația cu profesorul sau directorul copilului dvs. sau cu adultul principal oriunde are loc hărțuirea. Amintiți-vă, fiecare copil are dreptul la un mediu sigur în care să învețe și să se joace. Consultați pagina 7 pentru informații mai detaliate despre lucrul cu școala sau setarea pentru a rezolva o situație de agresiune.



Identificați semnele hărțuirii

Copiii adesea nu spun nimănui despre hărțuirea cu care se confruntă, dar există semne care pot indica faptul că are loc agresiunea.

Fiți atenți la schimbările de comportament, cum ar fi reticența de a merge la școală, dureri de burtă sau de cap inexplicabile, suferință la sfârșitul vacanțelor, retragere, haine rupte sau obiecte lipsă, supărare după utilizarea dispozitivelor electronice, dorința de a pleca devreme sau de a se întoarce târziu de la școală, tulburări de somn, tristețe sau anxietate.

Cunoașterea copilului vă va ajuta să identificați aceste semne.



În cazul în care copilul a suferit vătămări grave sau este expus riscului de vătămare fizică sau mentală gravă, trebuie solicitat ajutor imediat prin apelarea serviciilor de urgență (999) și/sau contactarea serviciilor locale pentru copii. De asemenea, este important să alertați școala dacă copilul a fost victima unui comportament discriminatoriu bazat pe rasă, credință, dizabilitate, sex sau orientare sexuală, chiar dacă este un incident izolat, deoarece poate indica o problemă mai largă în școală.

Rolurile implicate în bullying (cont.

Aceste roluri nu sunt fixe, ele sunt în continuă schimbare în funcție de cine este prezent și de context: o persoană poate fi un "lider de ring" la un moment dat și poate deveni un "extraterestru" sau o "țintă" foarte repede pe măsură ce oamenii intră și ies din dinamica grupului. Înțelegerea acestor roluri poate fi un memento puternic pentru copii cu privire la impactul pe care îl pot avea prin simpla "nu râde" sau verificarea" după incident pentru a spune că vor ajuta ținta să-l raporteze. Putem alege să ne folosim puterea pentru bine

Pentru a viziona o explicație video a agresiunii ca comportament de grup, faceți clic aici



Glume sau hărțuire

"Banter" este o formă de tachinare prietenoasă între prieteni, menită să fie amuzantă și să consolideze relațiile. Totuși, poate fi interpretat greșit ca un comportament rău intenționat. Copiii (și uneori adulții) pot greși în timp ce experimentează cu "banter"-ul. Esențial este ca "banter"-ul să nu rănească pe nimeni; dacă se întâmplă acest lucru și continuă după ce i s-a cerut să se oprească, poate fi considerat bullying. Este important să se facă distincția între glumele inofensive și comportamentul rău intenționat, iar părinții pot ajuta copiii să înțeleagă aceste diferențe prin discuții deschise.



Conflictele relaționale, precum certurile între prieteni, sunt normale în dezvoltarea copiilor.

Acestea nu trebuie confundate cu agresiunea, care implică un dezechilibru de putere și comportamente repetate.

Este esențial ca adulții să ghideze copiii în rezolvarea conflictelor relaționale pentru a preveni escaladarea lor în situații de agresiune.

Care sunt rolurile de hărțuire?

Știm din dovezi și cercetări ca bullvina tinde să fie un comportament de grup, cu mai multe roluri diferite implicate, mai degrabă decât să fie pur și simplu între o țintă și un făptuitor. Aceste alte roluri pot avea o influență semnificativă asupra rezultatului, intenționat sau nu

Într-o situație de agresiune, copiii pot adopta diverse roluri. Agresorul principal inițiază și conduce actul de agresiune. Persoanele care susțin agresorul, numite "întăritori", contribuie la menținerea comportamentului agresiv prin încurajare, susținere sau înregistrarea incidentului.



↑
Outsider (sau Bystander)
ignoră
orice agresiune
și nu vrea să se implice.



Apărătorul știe că agresiunea este greșită și se simte suficient de încrezător pentru a face ceva în această privință (de exemplu, să vorbească cu un adult sau să întrebe ținta dacă se înșeală)



↑
Asistentul
este implicat activ în "a face" hărțuirea, dar nu o conduce.



↑
Ținta este persoana căreia îi este destinată hărțuirea.



Totul despre bullying



Ce este bullying-ul ?

Hărțuirea este o problemă frecventă în școli, unde copiii pot fi ținte, agresori, martori sau pot interveni pentru a opri hărțuirea. Pentru a combate eficient hărțuirea, este esențial să avem o înțelegere comună a ceea ce constituie hărțuirea.

Alianța Anti-Bullying definește hărțuirea ca fiind:

actul repetat și intenționat de a răni o persoană sau un grup de către altul, implicând un dezechilibru de putere. Aceasta poate fi fizică, verbală sau psihologică și se poate produce atât în persoană, cât și online.

Pentru a viziona o explicație video a definiției bulluig-ului și a celor 4 elemente cheie ale acestuia, faceți clic aici



Copiii sunt influențați de casa, comunitatea și societatea în care cresc, de lucrurile pe care le văd, citesc și aud și de oamenii din jurul lor. Copiii sunt influențați de casa, comunitatea și societatea în care cresc, de lucrurile pe care le văd, citesc și aud și de oamenii din jurul lor.

Ca adulți, toți avem un rol de jucat în crearea unor comunități în care copiii se simt în siguranță și apreciați: unde ne folosim puterea pentru bine, ne opunem prejudecăților și suntem uniți împotriva agresiunii.

Ca părinte, aveți un rol vital în a vă ajuta copilul să recunoască agresiunea și să înțeleagă cum puteți ajuta să o opriți.



Ziua Șosetelor Ciudate

10 Noiembrie

Ziua Șosetelor, celebrată pe 10 noiembrie, promovează exprimarea individualității prin purtarea de șosete ciudate. Participarea este simplă și nu necesită costuri. Materiale promoționale, inclusiv postere și pliante, sunt disponibile pentru școli, tineri și locuri de muncă.



Despre acest pachet



Ca părinte sau îngrijitor, sunteți esențial în combaterea agresiunii, oferind îndrumare și sprijin copilului dumneavoastră.

Acest pachet informativ vă oferă sfaturi și instrumente pentru a aborda agresiunea și a participa la Săptămâna Anti-Bullying 2025 „Power for Good”.

Alianța Anti-Bullying oferă resurse suplimentare pe site-ul lor și încurajează împărtășirea activităților pe rețelele sociale folosind #AntiBullyingWeek și #PowerForGood.

Alianța Anti-Bullying are mult mai multe instrumente și resurse pe site-ul nostru pentru a vă ajuta cu privire la bullying: www.anti-bullyingalliance.org.uk

Vă rugăm să luați în considerare o donație

Alianța Anti-Bullying solicită donații pentru a continua să ofere resurse gratuite pentru Săptămâna Anti-Bullying.

Donațiile pot fi făcute prin intermediul paginii JustGiving sau prin trimiterea unui cec la Biroul Național pentru Copii.

JustGiving

Donatorii care strâng peste 50 de lire sterline vor primi un certificat de "erou de strângere de fonduri".



To donate £1, text **ABA** to 70201
To donate £3, text **ABA** to 70331
To donate £5, text **ABA** to 70970
To donate £10, text **ABA** to 70191



Cuprins

- Introducere (Pagina 2)
- Totul despre bullying (Pagina 4)
- Ce este bullying-ul? (Pagina 4)
- Depistarea semnelor de bullying (Pagina 5)
- Cum să-ți susții copilul (Pagina 6)
 - Colaborarea cu școala sau instituția (Pagina 7)
- Cum să-ți folosești Puterea pentru Bine ca familie în această Săptămână Anti-Bullying (Pagina 8)
- Începerea conversațiilor (Pagina 8)
- Activități de făcut cu copilul tău în timpul Săptămânii Anti-Bullying (Pagina 9)
 - Surse de sfaturi și sprijin (Pagina 13)



Introducere

Săptămâna Anti-Bullying 2025, cu tema „Puterea pentru Bine”, se va desfășura în Marea Britanie între 10 și 14 noiembrie. Alianța Anti-Bullying, coordonată de Biroul Național pentru Copii, încurajează adulții și tinerii să se unească pentru a discuta despre cum pot folosi puterea pe care o au pentru a pune capăt bullying-ului.

Se pune accent pe modul în care martorii pot interveni în siguranță. Se face un apel la acțiune pentru ca tinerii să vorbească și să crească gradul de conștientizare cu privire la bullying, atât în persoană, cât și online, subliniind că este nevoie de implicarea tuturor pentru a realiza o schimbare durabilă.

SĂPTĂMÂNA ANTI-BULLYING 2025

PUTEREA PENTRU BINE

APEL LA ACȚIUNE:

În Săptămâna Anti-Bullying, tinerii sunt încurajați să-și folosească „Puterea pentru Bine” pentru a vorbi împotriva bullying-ului, atât în persoană, cât și online.



Se subliniază că implicarea tuturor este crucială pentru a pune capăt bullying-ului.

Pachet pentru Părinți și Îngrijitori

Săptămâna Anti-Bullying 2025:

Puterea pentru Bine

De Luni 10 până

Vineri 14 Noiembrie 2025



**ANTI-BULLYING
ALLIANCE**



www.anti-bullyingalliance.org.uk

© National Children's Bureau - Registered charity No. 258825. Registered in England and Wales No. 952717. Registered office: 23 Mentmore Terrace, London E8 3PN. A Company Limited by Guarantee.

Part of the family

NATIONAL CHILDREN'S BUREAU

**POWER
FOR
GOOD**
#ANTIBULLYINGWEEK

© 2025
NATIONAL
CHILDREN'S
BUREAU

✦ AI-generated content