

România


Italia

Cipru

Curs interactiv

**Zivac Group Central
Liceul Tehnologic, Nr. 1 Alexandria
IIAPHS
DIONE**





Echilibrul înseamnă un comportament non violent

Este important să înțelegem

- Cum pot emoțiile să influențeze comportamentul violent
- Cum pot fi gestionate emoțiile negative
- Mecanismele de formare a violenței

Emoții
Emoții negative și emoții
pozitive
Gestionarea emoțiilor
negative



**Un elev la școală ridică
vocea la un coleg**

**Aceasta poate
determina apariția unei
emoții puternice**

**Emoția puternică îl
poate face pe elev să
reacționeze agresiv**

- **Emoțiile sunt o stare complexă de trăiri care pot provoca schimbări fizice și psihice la un individ, influențând în același timp gândirea și comportamentul**
- **Noi oamenii putem avea emoții puternice, care pot determina indivizii să întreprindă acțiuni pe care, în mod normal, nu le-ar face**



Care sunt emoțiile de bază?

- Fericirea
- Tristețea
 - Furia
 - Teama
- Dezgustul
- Disprețul
- Surpriza



Cum se formează emoțiile

Are loc un proces de evaluare

Care duce la un răspuns cum ar fi

- **procesarea cognitivă**
- **modificările fiziologice**
- **experiențele subiective**
 - **expresiile faciale**

**Creierul
percepe
un stimul**

**Acțiune
Emoție**

Răspuns

Emoții pozitive

Bucuria se extinde creând dorința de joc, împinge limitele și dezvoltă creativitatea

Interesul se extinde creând dorința de a explora, de a prelua informații și experiențe noi și de a extinde sinele în acest proces

Satisfacția se extinde creând dorința de a savura circumstanțele actuale ale vieții și de a integra aceste circumstanțe în noile păreri despre sine și despre lume

Mândria urmărește realizările personale, se extinde prin crearea dorinței de a împărtăși noutățile despre realizare și de a imagina realizări și mai mari în viitor

Dragostea, conceptualizată ca un amalgam de emoții pozitive distincte (de exemplu, bucurie, interes, mulțumire) experimentate în contexte de relații sigure și apropiate se extinde creând cicluri recurente de îndemnuri de a juca, explora și savura experiențe cu cei dragi

Emoții negative

**Anxietatea simțită
când nu ați pregătit
tema**

**Disperarea de a nu
putea să respectați
un nou regim de
antrenament**

**Furia de a fi refuzat
de un coleg**

**Supărarea pe faptul că un
coleg nu a făcut munca
pentru un proiect**

**Tristețe când
experimentați o
despărțire**

-
- Emoțiile sunt o sursă de informații care ne ajută să înțelegem ce se întâmplă în jurul nostru
 - Emoțiile negative, în special, vă pot ajuta să recunoașteți amenințările și să vă simțiți pregătiți să faceți față pericolelor
 - Multe experiențe diferite în viața noastră vor duce la reacții emoționale diferite

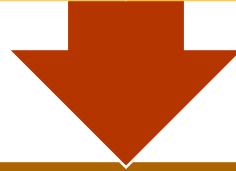


Gestionarea emoțiilor

Identificarea emoției

Observați-vă cu atenție

Sunteți fericit, furios, etc



Conștientizarea motivului pentru care a apărut emoția

V-a supărat cineva?

Ați întâlnit o persoană dragă?



Gestionați Emoția

Emoția pozitivă o păstrați

Emoția negativă o eliminați prin mișcare

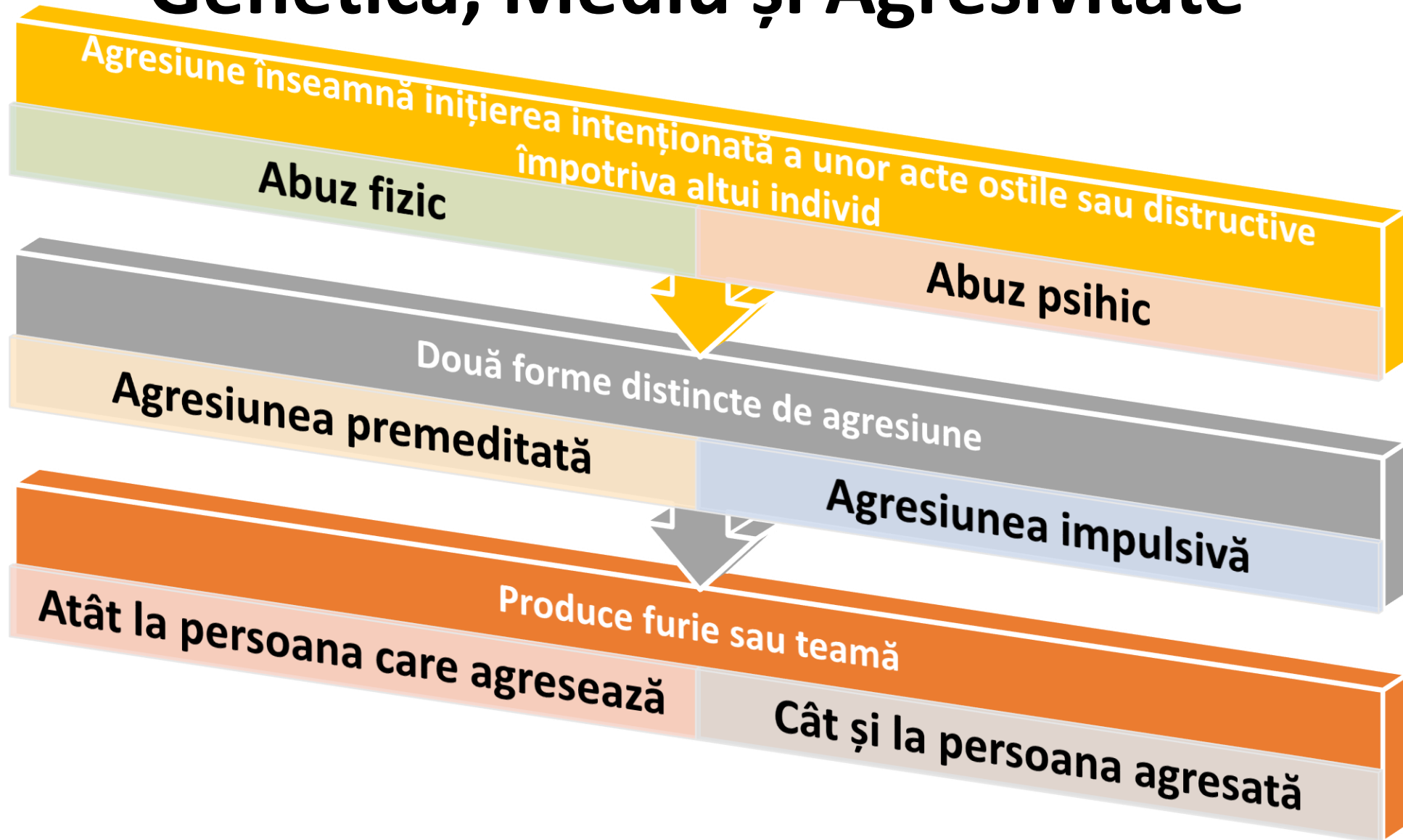
Gestionarea emoțiilor

- Este normal să vrem să îndepărtăm de emoțiile care ne fac să ne simțim rău
- Emoțiile negative sunt o parte normală, sănătoasă și de ajutor
- Aceste emoții nu sunt un semn al slăbiciunii sau al inteligenței emoționale scăzute. Încercarea de ascundere a emoțiilor negative, poate duce la durere emoțională suplimentară
- Nici o emoție nu este fără scop. Trebuie să explorăm și să înțelegem mai mult scopul din spatele fiecărei emoții



**Important este să învățați să recunoașteți
emoțiile și să le gestionați!**

Genetică, Mediu și Agresivitate



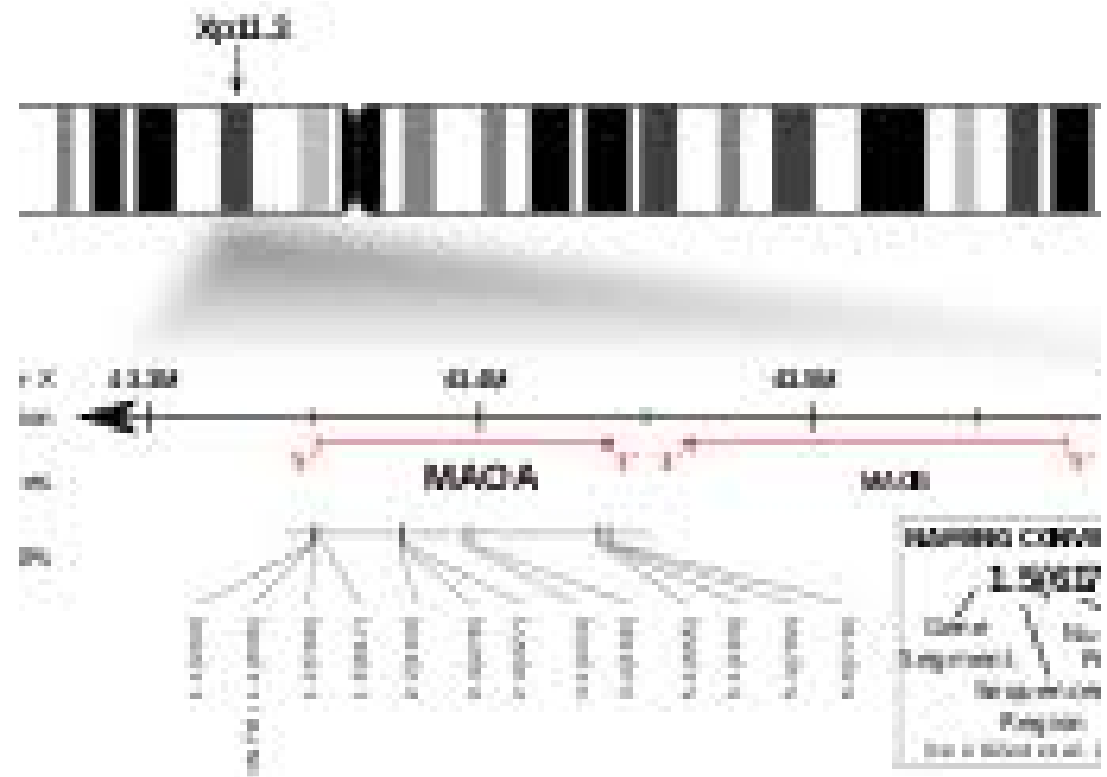


Diferențe individuale în agresiune

De ce unii oameni sunt mai agresivi decât alții?

- **Stima de sine scăzută duce la violență. Conform acestei idei, oamenii care nu au încredere în ei înșiși încearcă să se simtă bine agresând pe altcineva**
 - **Unii oameni ca să se simtă puternici devin agresivi atunci când le este amenințată încrederea în sine sau când stima lor de sine este rănită**
-

- Există o formă a genei MAOA (care reglează nivelurile de serotonină în creier) care se corelează cu un comportament violent crescut, dar numai la persoanele cu un istoric de maltratare în copilărie
- Câțiva alți factori contribuie la o tendință spre un comportament violent cum ar fi copilăria într-un cartier violent, a avea părinți cu un comportament antisocial, un istoric de accidentare la cap, niveluri mai mari de testosteron



Furia și violența

- Furia poate fi rezultatul multor motive, inclusiv mândria rănită, așteptările nejustificate
- Putem folosi în mod inconștient furia pentru a acuza pe ceilalți pentru propriile neajunsuri, pentru a ne stimula ego-ul, pentru a masca alte sentimente
- Orice situație care provoacă frustrări, în special atunci când credem că altcineva este de vină pentru pierderile noastre, este potențial declanșatoare de furie și agresiune
- Frustrarea este ceea ce simțim atunci când nu primim ceea ce ne dorim, când nu ne îndeplinim așteptările sau când ceva sau cineva interferează cu obținerea unui rezultat dorit sau așteptat

Ce este violența?

**Ce este un
comportament
violent?**



Violența poate fi clasificată în trei categorii personală, colectivă sau instituțională

Violența personală

se realizează la nivel micro, ceea ce înseamnă că actele violente sunt efectuate de indivizi și direcționate către obiecte, animale sau oameni. Această categorie poate include și vătămarea de sine.

Violența colectivă

apare atunci când grupuri de indivizi se angajează în acțiuni violente, inclusiv revolte, revoluții și războaie de bande. Psihologii susțin că acest tip de violență poate duce la consecințe mai grave decât violența personală.

Violența instituțională

acoperă faptele violente care servesc scopurilor instituționale. Include fenomene extreme precum războaie, ucidere și tortură în lagărele de concentrare sau crime comise de guverne totalitare.

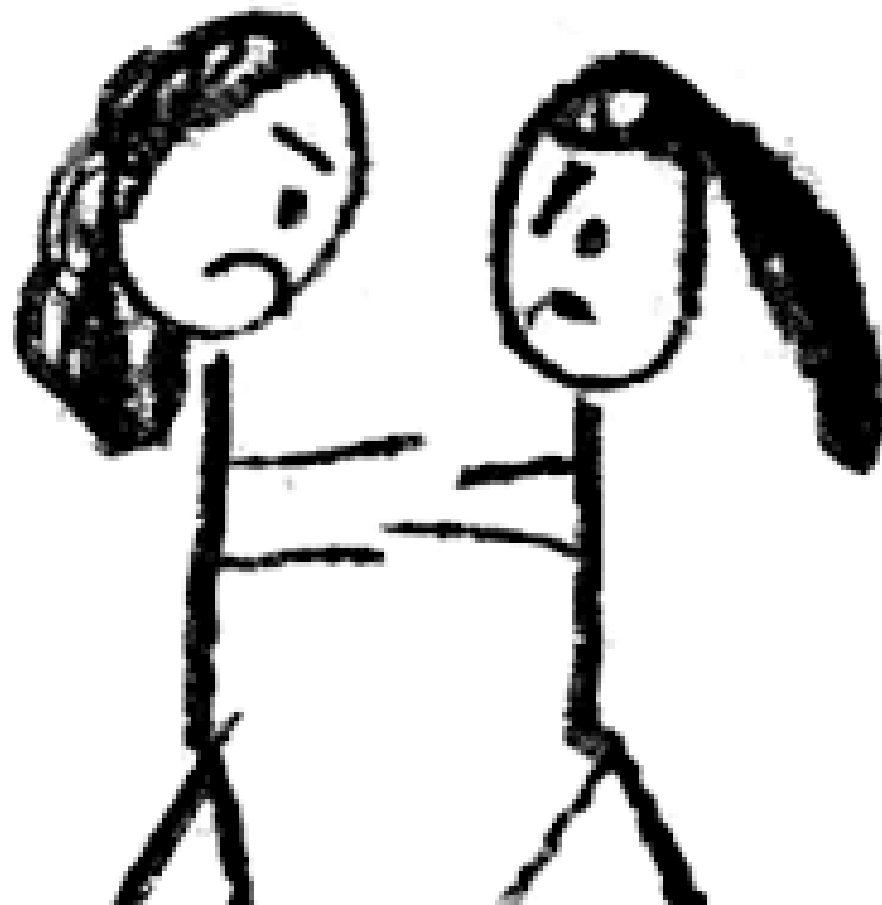


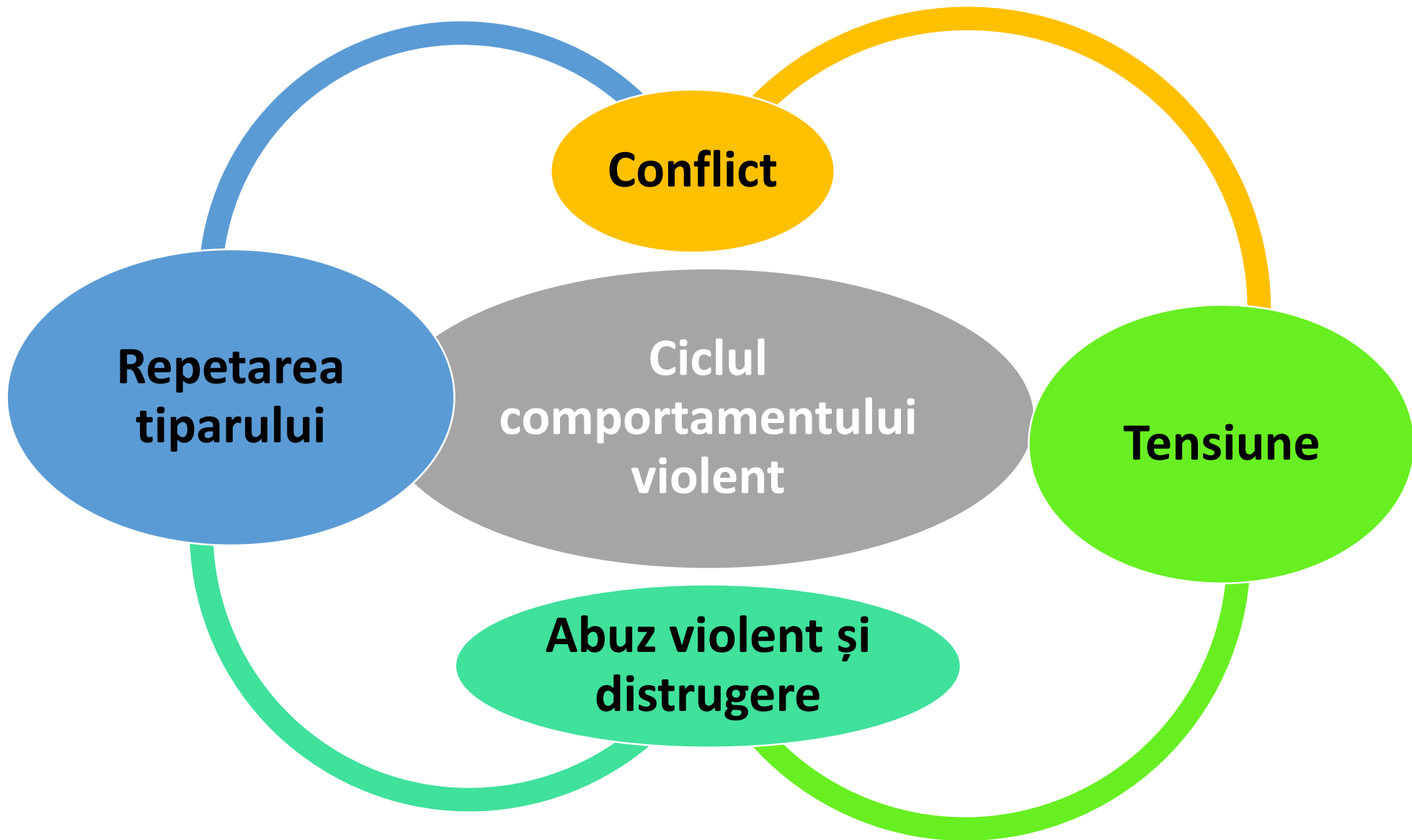
Ce este comportamentul violent?

- Este orice comportament al unei persoane care amenință sau poate dăuna sau răni un individ sau mai mulți sau distruge proprietăți
- Comportamentul violent începe adesea cu amenințări verbale, dar în timp escaladează prin abuz fizic
- Violența este un comportament învățat, de aceea este deosebit de important să ajutați copiii să învețe că violența nu este un mod sănătos de soluționare a conflictelor

Există unele lucruri care pot face o persoană să devină violentă

- Un istoric de abuzuri în copilărie
- Un istoric de comportament violent
- Stima de sine scăzută și sentimente de deznădejde în cea mai mare parte a timpului
- Abuz de alcool sau consum de droguri





Violența fizică

- Apare atunci când cineva folosește o parte a corpului sau un obiect pentru a abuza o persoană
- Poate fi lovire, tras de păr, răsucire, strangulare, ardere, înjunghiere, împingere, bătaie, sufocare, mușcătură, hrănire forțată sau orice alt tratament dur
- Amenințări cu o armă sau obiect care poate răni
- Expunere deliberată la mediu sever
- Crimă



Violența sexuală

- **Relații sexuale forțate**
- **Obligarea unei persoane să efectueze acte sexuale care pot fi degradante sau dureroase**
- **Lovirea părților sexuale ale corpului**
- **Obligarea unei persoane să vadă materiale pornografice, forțarea participării la filmări pornografice**
- **Comentarii sau glume sexuale nedorite**
- **Umilirea, criticarea sau încercarea de a controla sexualitatea unei persoane**
- **Prostituție forțată**
- **Acuzații neîntemeiate de promiscuitate și/sau infidelitate**

Violența emoțională

- Vina atribuită persoanei pentru toate problemele
- Nu permite persoanei să aibă contact cu familia și prietenii
- Distrugerea posesiunilor persoanei
- Gelozia
- Umilirea persoanei
- Intimidarea persoanei
- Provocarea fricii
- Amenințare pentru propria rănire în cazul în care persoana nu cooperează
- Amenințare de abandonare a persoanei




Violența psihologică

- Amenințarea de a dăuna persoanei sau familiei sale
- Amenințarea de a se răni pe sine
- Amenințări de abandon
- Atacul / hărțuirea
- Distrugerea bunurilor personale
- Agresivitate verbală
- Izolarea socială a persoanei
- Controlul persoanei
- Tratarea unei persoane ca pe un servitor



**Tipuri de
comportamente**
**Analiza
comportamentului**
Comportament asertiv



- 
- **Comportamentul este o activitate observabilă a unui organism, o interacțiune cu mediul său**
 - **Comportamentul reprezintă o modalitate de a acționa și de a reacționa în anumite împrejurări sau situații**
-



Tipuri de comportament

Comportamentul pasiv (non-assertiv-eu nu contez)

Persoana manifestă politețe exagerată

- are o voce moale, nesigură
 - umerii lăsați
 - postură de retragere
 - nu are inițiativă, deci nu are responsabilități, lasă pe alții să ia decizii,
 - nu cere nimic pentru
-

**Pasivitatea este consecința
comportamentului abuziv din
copilărie**

Sau a neglijării de către părinți

**Una dintre consecințele
comportamentului este
implicarea în relații umilitoare
unde joacă rolul de “victimă”**



Tipul pasiv

- își neagă propriile drepturi
- nu-și apără interesele
- nu-și exprimă emoțiile și sentimentele
- permite altora să-l influențeze
- manifestă sentimente de vinovăție și neajutorare, singurătate, frică și anxietate
- își consideră ideile și opiniile ca fiind neimportante
- își devalorizează propria persoană
- evită confruntările directe

- nu se implică în discuții
- este timid, supus și umil
- crede că comportamentul său pasiv îl va ajuta să fie acceptat și aprobat de ceilalți
- se teme să nu deranjeze sau să ofenseze pe cineva
- nu poate lua decizii
- reacționează bolnăvicios la critică
- evită să-și exprime opiniile
- prezintă conflicte intrapersonale



Tipuri de comportament

Comportamentul agresiv (EU!)

- Persoana își dorește mereu să câștige pentru că aproape totul este privit ca o competiție
 - Pare arogant și sigur pe sine, însă maschează o scăzută stimă de sine, adesea frustrare, durere provenită din neatingerea scopurilor, acoperite prin atitudine dominatoare (domin eu înainte de a fi dominat)
 - Voce tăioasă, sarcasm
-

- **Persoana cu comportament agresiv se bazează pe control asupra oamenilor, evenimentelor, desfășurarea acțiunilor altora**
- **Dar va suferi des atunci când apar acele lucruri, situații, oameni pe care nu le va putea controla (vremea, orarul de funcționare al instituțiilor)**



Tipul agresiv

- îi jignește pe cei din jurul său
- încalcă drepturile celorlalți
- utilizează un ton ridicat
- folosește expresii ofensatoare
- face acțiuni care deranjează pe ceilalți
- umilește oamenii
- are o atitudine de superioritate față de oameni
- critică destructiv oamenii (pentru greșeli reale sau imaginare) și munca acestora
- tratează oamenii cu dispreț

- nu acceptă alte opinii și idei
- nu tolerează sfaturile
- nu înțelege ideile altor oameni
- întrerupe interlocutorul pentru a-și exprima propria opinie
- ia decizii fără a consulta pe alții
- își manifestă violent nemulțumirea
- este certăreț, vorbește mult
- găsește defecte în tot ceea ce fac ceilalți
- este ostil și răutăcios



Tipuri de comportament

Comportamentul pasiv - agresiv Mesajul trimis este “poate tu” dar ceea ce gândește este “EU!”

- nu obiectează deschis, deși ar vrea, iar frustrarea acumulată prin reprimare (din cauza lipsei de curaj sau permisiunii pe care să și-o acorde de a riposta) se manifestă violent în situații neașteptate
 - nu își exprimă părerea deschis, adesea din frica de a nu greși, de a nu nu-și asuma responsabilitatea, pândește greșelile altuia și critică
 - are permanent un motiv de revoltă față de familie, șefi, autorități, de cei care au controlul și stabilesc regulile pentru că, în secret, ei și-ar dori rolul de “control”, dar nu o pot face din frică
 - aleg adesea relații în care să-și poată manifesta “cârcoteala”, cu persoane cu încredere scăzută de sine, care interpretează criticile ca pe ceva normal
-



Tipuri de comportament

Comportamentul asertiv. Mesajul trimis este “Eu mă afirm, așa cum sunt”

- Persoana cu un comportament asertiv își recunoaște nevoile și le afirmă
 - Este onest cu sine și cu ceilalți ceea ce duce la un echilibru interior și în relațiile interumane
-

Tipul asertiv

- respectă atât drepturile sale, cât și pe ale celorlalți
- își exprimă necesitățile, dorințele, sentimentele și preferințele într-un mod deschis și onest
- respectă oamenii
- ține cont de opiniile și ideile celorlalți
- apreciază munca oamenilor și își manifestă deschis aprecierea
- comunică deschis cu oamenii

- dacă totuși critică oamenii, atunci o face în mod constructiv
- este un bun interlocutor, ascultă oamenii fără a-i întrerupe
- are încredere în propriile forțe și în potențialul altora
- ține cont de sugestiile oamenilor și mulțumește sincer
- cere și oferă ajutor cu plăcere
- este receptiv la nevoile celorlalți



Pasiv



ASERTIV



Agresiv

**Comportamentul asertiv este
Cel care asigură echilibru
Care determină o persoană să nu fie violentă**



Comportamentul asertiv

Tehnici și metode pentru formarea asertivă

Asertivitatea înseamnă

Abilitatea de a
exprima emoții
și sentimente

Abilitatea de a
exprima
convingeri și idei
în mod deschis

Abilitatea de a
lupta pentru
propriile
drepturi

- ***Capacitatea de a comunica în mod asertiv sentimentele, emoțiile și gândurile fără a leza integritatea celorlalți, reprezintă un mod eficient de comunicare***
- **În acest fel de interacțiune sunt respectate atât demnitatea și drepturile celorlalți, cât și ale tale**



Ce să facă un elev cu comportament asertiv

- **Împărtășiți-vă sentimentele în afirmații la persoana I**
 - **Nu vă minimizați pe voi și nu-i minimizați pe ceilalți**
 - **Fiți cât mai specifici și utilizați cuvinte simple și clare**
 - **Fiți concret în feedback și critică - referiți-vă la comportamentul persoanei și nu la persoană**
 - **Folosiți un limbaj neutru, neexploziv**
 - **Fiți cooperanți, deschiși și receptivi la ceilalți**
 - **Confrunțați situațiile neplăcute pe loc sau cel puțin imediat ce se poate**
-

Tehnici de stimulare a asertivității

Tehnica ascultării active



se materializează în respectarea a patru principii:

- oferirea unui răspuns concret
- înțelegerea sentimentelor celorlalți
- manifestarea înțelegerii și acceptării mesajului receptat
- încurajarea conversației

- ***Tehnica "discului zgâriat"*** care se folosește frecvent în afirmarea de sine și constă în repetarea unei acțiuni ori de câte ori este necesar, dar devenind de fiecare dată mai amabili, și mai politicoși
- ***Tehnica normandului*** presupune evitarea unei discuții într-un asemenea mod încât interlocutorul să nu fie jignit
- ***Perdeua de fum*** constă în a da celuilalt sentimentul de acceptare a unor critici, fără a renunța însă la punctul propriu de vedere

- ***Tehnica sprijinului acordat în găsirea unei alternative.*** Propunerea unei alternative la solicitarea celuilalt este benefică atunci când situația ne impune să refuzăm, dar dorim să acordăm sprijinul în rezolvarea problemei solicitantului
- La aceste tehnici se adaugă cele de ***exprimare pozitivă*** a părerilor, de aplanare a conflictelor, de adresare a întrebărilor, sau chiar de retragere dintr-o situație fără ieșire



**Exerciții
pentru
exprimarea
asertivității**

Exercițiul 1


- **Împărțiți elevii în trei grupuri**
- **Faceți trei bilețele, pe fiecare scrie un tip de comportament**
- **Fiecare grup va primi câte o foaie de flipchart pe care o va completa cu comportamentul tras la sorți: pasiv, asertiv sau agresiv**
- **Fiecare echipă va juca în fața celorlalte 2 echipe o scenetă care să demonstreze tipul de comportament pe care l-a ales**
- **Se vor discuta, comparativ, cele 3 tipuri de comportament**

Exercițiul 2

- **Se împart elevii în trei grupe**
- **Fiecare grupă primește o coală mare albă de hârtie și un marker.**
- **Se prezintă clasei câteva mesaje și li se cere elevilor să noteze răspunsurile pasive, agresive și asertive la aceste mesaje.**

Mesaje pentru elevi la care vor răspunde

- *Prietenul/prietena/fumează și te roagă și pe tine să fumezi cu el/ea*
- *Colegul tău/colega ta îți ia gustarea din geantă fără să îți ceară voie, dar ție îți este foarte foame*
- *Ați stabilit să mergeți cu colegii la un film la o anumită oră și zi, dar ei au modificat între timp ziua fără să te anunțe și pe tine. Tu ai fost la data stabilită inițial și ai așteptat degeaba. Ce faci?*
- *Colegii au scris pe banca ta cu vopsea care nu se poate șterge: “Ești un/o tocilar/ă!”*
- *Un prieten apropiat îți înșală încrederea spunând lucruri neadevărate despre tine într-un cerc de prieteni*

- 
-
- ***Discutați cu elevii răspunsurile pe care le-au dat și premiați grupa care a câștigat cu câte un cuvânt frumos din partea celorlalte echipe***
 - ***Câștigătoarea este grupa care a scris cele mai multe răspunsuri asertive***

Exercițiul 3

Cum se poate dezvolta empatia?

Rugați un elev să vină în fața clasei și să povestească ceva.

Ceilalți elevi

- Vor învăța să descifreze limbajul corpului
- Vor observa expresiile faciale, tonalitatea și postura povestitorului
- Vor încerca să le simtă la nivel corporal;
- Vor analiza dacă se simt mai apropiați de colegul care povestește felul în care noua postură te face să te simți



Comunicare eficientă

Elementele comunicării

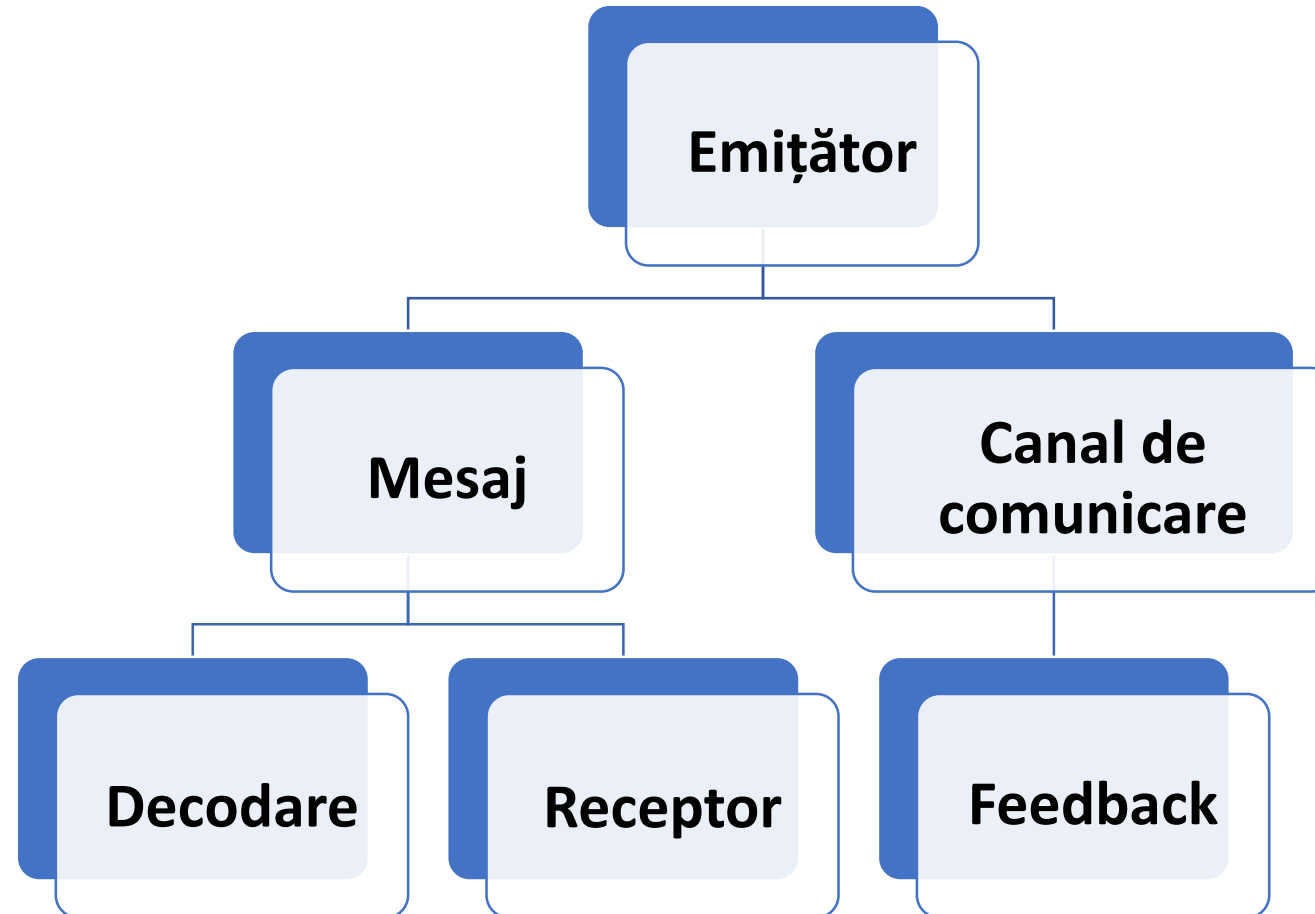


Comunicarea

este procesul prin care emițătorul transmite un mesaj receptorului prin intermediul unui canal cu scopul de a produce asupra acestuia anumite efecte (informare, convingere, modificarea comportamentului, etc.)



Elementele comunicării



Tipuri de comunicare

- ***Comunicarea oficială.*** Acest tip de comunicare este specific în interacțiunile oficiale
- ***Comunicarea neoficială.*** Există numeroase situații neoficiale în care cei care comunică nu trebuie să respecte reguli impuse, ci negociază permanent modul de a comunica.
- ***Comunicarea intrapersonală,*** adică a individului cu sine însuși. Această formă se manifestă atunci când reflectăm, când luăm decizii, când planificăm o activitate etc.
- ***Comunicarea interpersonală,*** proces implicând două sau mai multe persoane care interacționează.

Tipuri de comunicare

- ***Comunicarea de grup***, desfășurată între membrii unei structuri de grup (așa cum poate fi familia, școala)
- ***Comunicarea în public***. Discursul este cea mai frecventă formă de comunicare în public, receptorul fiind format din mai multe persoane care nu intervin, de regulă în comunicare, decât eventual, prin feedback nonverbal (mimică, privire, postură)
- ***Comunicarea de masă***. Prin acest tip de comunicare, persoanele specializate în comunicare transmit mesaje rapid către un public numeros, din diferite zone ale lumii, simultan, prin mijloace de telecomunicație adecvate

Comunicarea verbală

- Folosește cuvintele

Comunicarea non verbală

- Folosește gesturile și expresiile feței

Comunicarea paraverbală

- Folosește sunetele și pauzele

Barriere de comunicare

- *Diferențe de percepție*
- *Concluzii grăbite*
- *Stereotipii*
- *Lipsa de cunoaștere*
- *Lipsa de interes*
- *Dificultăți în exprimare*
- *Cultura și influențele ei*
- *Stresul*
- *Acuratețea comunicării*




Comunicarea eficientă – stiluri de comunicare

- **Stilul cooperant** – stiluri prin care dezvoltăm relații
- **Stilul rezolutiv** – prin care se încearcă rezolvarea problemelor
- **Stilul directiv** – direcționează și orientează spre anumite reacții
- **Stilul bazat pe negociere** – folosit în negociere
- **Stilul agresiv** – atac verbal, intimidare, violență
- **Stilul pasiv/permisiv** – ignorarea propriilor drepturi și interese în favoarea celorlalți
- **Stilul asertiv** – exprimarea emoțiilor și a convingerilor fără a afecta și ataca drepturile celorlalți

Responsabilitate





Este obligația de a efectua un lucru, de a răspunde, de a da socoteală de ceva, de a accepta și suporta consecințele

Elevii responsabili

- Dau răspunsuri adecvate la solicitările și sarcinile în clasă
- Își controlează impulsurile
- Rezolvă matur problemelor
- Au interacțiuni cooperantă cu colegii
- Se implică în activitățile clasei



Ce înseamnă responsabilitate socială

- **Îi respect pe ceilalți**
- **Îi respect pe profesorii mei**
- **Îi ajut pe ceilalți**
- **Îi încurajez pe ceilalți**
- **Sunt amabil cu ceilalți**
- **Îmi controlez temperamentul**
- **Sunt de ajutor celorlalți**





Protocol pentru învățarea responsabilității

- **Opriți-vă (pauză) pentru a analiza situațiile dificile**
 - **Reuniuni de grup pentru a discuta despre responsabilitate**
 - **Modelarea muncii echipei (de grup)**
 - **Fiecare echipă (grup) proiectează o activitate**
 - **Elevii stabilesc obiectivele de urmărit în fiecare sesiune**
 - **Fiecare elev se oferă voluntar pentru a pregăti și dirija un joc**
 - **Contract de bune intenții**
 - **Banca de pace pentru rezolvarea conflictelor**
-



Întrebări ale profesorului

- Cine nu a cauzat nimănui o problemă astăzi?
 - Cât de greu ai lucrat astăzi?
 - Cum a fost stăpânirea ta de sine în timpul orei de astăzi?
 - Cât de bine ai regizat jocurile azi?
 - Ai ajutat pe cineva să învețe ceva la școală / în afara școlii?
 - Cine a încercat ceva ce trebuie să îmbunătățească?
-

Conflictul Rezolvarea conflictului



**Conflictul este definit ca și
percepția diferențelor
punctelor de vedere a două
sau mai multor părți**



- **O comunicare eficientă îi poate ajuta pe profesori în orientarea elevilor să găsească perspectiva potrivită pentru înțelegerea conflictelor și rezolvarea lor.**
- **Folosirea violenței este cea mai primitivă modalitate de soluționare a unui conflict.**
- **Conflictul nu se rezolvă cu violență**

**Cele trei poziții psihologice pentru
înțelegerea managementului
conflictelor**

Dominantul

Submisivul

Asertivul



O persoană cu comportament dominant

- Ia decizii pentru alții
- Tinde să-i umilească, să-i subestimeze pe ceilalți
- Întotdeauna vrea să aibă dreptate
- Nu ascultă și întrerupe constant
- Monopolizează conversația

O persoană cu comportament submisiv

- Nu spune niciodată ce crede
- Încearcă să fie drăguț cu toată lumea
- Este de acord chiar și atunci când nu este
- În fața a doi interlocutori este de acord cu ambii
- Evită responsabilitatea
- Își cere scuze în mod repetat și cere permisiunea pentru tot
- Evită să vorbească în public
- Tinde să facă plăcere
- Nu exprimă ceea ce dorește



O persoană cu comportament asertiv

- **Ascultă**
 - **Negociază**
 - **Colaborează**
 - **Își asumă responsabilitatea pentru ceea ce spune și ceea ce face**
 - **Acceptă critici constructive**
 - **Acționează din proprie inițiativă**
 - **Nu condamnă**
 - **Nu etichetează**
 - **Nu manipulează**
-



Un model în 5 etape pentru gestionarea conflictelor

- 1. Achiziție.** Înainte de a începe argumentarea este foarte importantă obținerea informațiilor
 - 2. Aprofundarea.** Informațiile colectate - bazate și pe limbajul corpului – vor ajuta la formularea întrebărilor de analiză mai aprofundată
 - 3. Aliniere.** Utilizarea unui limbaj corporal similar cu cel al interlocutorului dvs. vă va ajuta să creați un sentiment mai mare de conectare și, prin urmare, să facilitați o comunicare fructuoasă pentru amândoi
 - 4. Argument persuasiv.** Unele semne ale limbajului corporal indică incertitudinea interlocutorului, reducerea acestor semnale crește nivelul de convingere a mesajului.
 - 5. Managementul obiecțiilor.** Puteți înțelege prin limbajul corpului dacă persoana are o obiecție chiar și atunci când nu o declară. Mai mult, puteți înțelege dacă gestionarea obiecțiilor dvs. a fost eficientă.
-

Tehnici de gestionare a conflictelor

Oglindirea

- Imitați gesturile și limbajul colegului cu care stați de vorbă
- Nu imitați limbajul corpului complet. Poate fi prea mecanic și nu este eficient. Mai mult decât atât, monitorizarea întregului limbaj corporal și replicarea acestuia produce prea mult efort și vă distrage atenția de la subiectele de bază ale procedurii de gestionare a conflictelor.
- Concentrați-vă pe ritmul conversației. Nu este important să adoptați posturi similare, ci și să utilizați aceeași viteză de mișcare și vorbire. Ne sincronizăm deseori cu persoanele care au același ritm de vorbire. Mai mult, utilizarea unui ritm de vorbire similar al interlocutorului nostru ne obligă să avem același ritm de respirație.
- Gestionați constant orice variație a limbajului corpului, vă poate sugera posibila schimbare de perspectivă



Tehnici de gestionare a conflictelor

Identificați punctul de vedere al ambelor părți

- Care este motivația care duce la conflict?
 - Este aceeași motivație pentru ambele părți?
 - Care este resursa conflictului?
 - Când ambele părți pot fi considerate satisfăcute?
 - Care este valoarea care stă la baza conflictului?
-

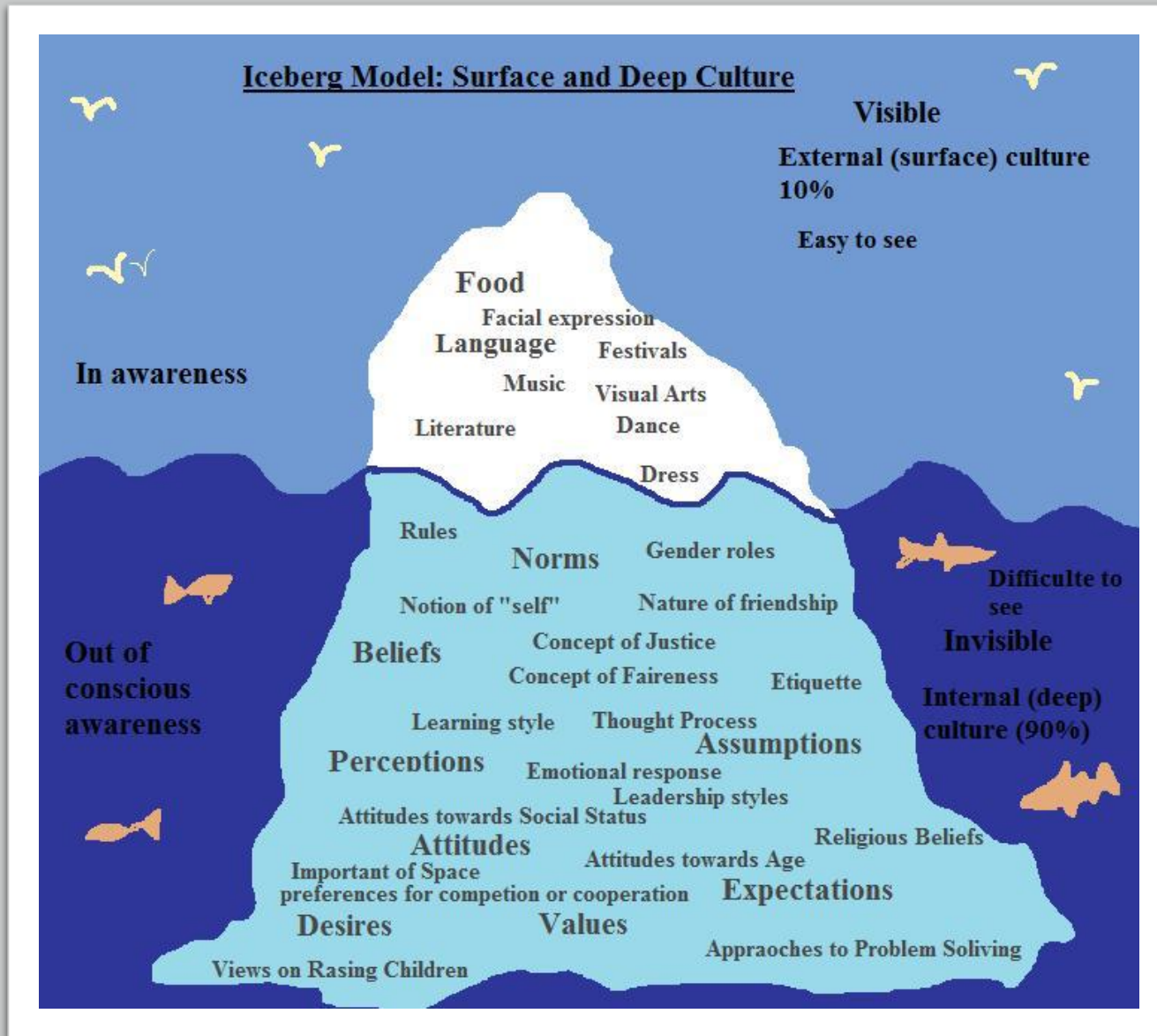


Cele patru elemente care, potrivit Școlii Harvard, sunt necesare pentru a face față pozitiv unei negocieri în conflict

- Trebuie să separați oamenii de probleme
 - Ceea ce contează sunt interesele reale, nu pozițiile aparente
 - Părțile, atât individual, cât și colectiv, trebuie să genereze alternative avantajoase
 - Acordurile trebuie să se bazeze pe criterii obiective, prin intermediul cărora este posibil să se măsoare rezultatul acordului
-

**Diferențe comportamentale
culturale**
**Percepția violenței în România,
Italia, Cipru**





**Într-o țară ceea
 ce se vede
 reprezintă mai
 puțin decât
 ceea ce nu se
 vede**

- Bullying-ul școlar se referă la toate statele membre ale UE.
- Este un afront la valorile comune ale libertății, toleranței și nediscriminării.
- Efectele sale sunt grave și pot fi pe termen lung. Nu este o problemă numai pentru politica educațională. Este de asemenea, o chestiune de sănătate și bunăstare
- Abuzul școlar poate afecta sănătatea mentală și fizică, precum și performanțele academice ale copiilor și tinerilor și poate duce la părăsirea timpurie a școlii.
- În multe cazuri, agresiunea duce victimele la sinucidere sau tentativă de sinucidere, anxietate, depresie și auto-vătămare.
- A fi un făptuitor al agresiunii este asociat cu un comportament violent mai târziu și cu o tulburare de personalitate antisocială.

Măsuri de siguranță în școli pentru prevenirea violenței

- Constituirea de parteneriate cu școli și organizații comunitare pentru promovarea siguranței echilibrului prin non violență
- Învățați alți părinți și discutați despre problemele de prevenire a violenței.
- Elaborarea unei politici părinte-școală pentru părinți să viziteze școala.
- Porniți programul cu un grup mic de părinți care pot răspândi politica școlii

- Promovarea programelor de siguranță școlară, cum ar fi medierea, rezolvarea conflictelor și gestionarea furiei
- Discutați politicile de toleranță cu elevii. Amenințările violente sunt inacceptabile
- Spuneți copiilor să raporteze orice incidente de agresiune sau violență
- Dacă auziți despre orice amenințare cu violență, raportați-le imediat
- Încurajați-i pe copiii să își accepte toți colegii chiar dacă sunt diferiți
- Intimidarea este o formă obișnuită de violență în școală. Învățați-i pe copii să-și mențină controlul și să fie asertivi, nu agresivi, când se confruntă cu agresori. Jocurile de rol cu copiii sunt folositoare pentru a-i ajuta să practice aceste abordări non-violente.

- Învățați-i pe copii să ignore sau să se îndepărteze de un bătăuș
- Lupta împotriva unui bătăuș poate provoca mai mult rău și nu ar trebui încurajată.
- Explicați copiilor că nu este vina lor dacă sunt hărțuiți.
- Agresorii aleg adesea copiii care sunt singuri. Învățați-i pe copii să stea mereu pe lângă alți copii sau alte persoane.

Studii de caz privind violența în școli





Studiu de caz 1

- În data de 23.XI.2018, într-un liceu a avut loc un incident, în care au fost implicate patru eleve ale altor unități școlare din oraș
 - Astfel, în pauza dintre orele a treia și a patra (la ora 10,50) diriginta clasei a IX-a A, a fost informată, de către elevi, că patru fete, care nu fac parte din colectivul liceului, vor să intre în sala de clasă, în căutarea uneia dintre colegele lor
 - Doamna profesor a informat-o telefonic pe doamna director adjunct și s-a deplasat către sala de clasă
 - A fost informată polițista de sector și a mers către sala de clasă respectivă
-

- Ambele cadre didactice au solicitat celor patru fete să se prezinte și să meargă în cabinetul directorial, până la sosirea echipajului de poliție. Cele patru s-au prezentat ca fiind eleve la un alt liceu tehnologic din oraș (trei dintre ele) și la un liceu teoretic (cea de-a patra), iar scopul prezenței în incinta liceului a fost o discuție pe care vor să o poarte cu una dintre elevele de la clasa a IX-a A, cu care au un conflict (**discuții injurioase purtate prin mesaje telefonice și hărțuire pentru un timp îndelungat**)
- La sosirea echipajului de poliție și a celui de jandarmi, cele patru eleve au fost preluate s-a continuat conform procedurilor acestor instituții, asupra lor s-au aplicat măsuri de sancționare.



Studiu de caz 2

- În data de 15 noiembrie 2017, în intervalul orar 12.45-12.55, în curtea liceului, elevul R.L., de la clasa a XI-a a fost agresat de un grup de trei indivizi, unul dintre aceștia fiind tatăl elevului B.I., de la clasa a IX-a . Elevul R.L. a fost bătut și înjunghiat, producându-i-se leziuni ușoare. A fost apelat numărul de urgență 112, de către domnul profesor de educație fizică, la liceu sosind un echipaj de jandarmi, unul de poliție și ambulanța.
-

- În urma discuțiilor avute cu elevii școlii evenimentele s-au derulat în felul următor:
- Pe parcursul dimineții, aproximativ în jurul orei 11.50, elevul B.I. a avut o atitudine agresivă față de mai mulți colegi de la clasa a IX-a. În apărarea acestora, elevul R.L., de la clasa a XI-a, l-a atenționat pe elevul B.I.. Drept reacție, acesta din urmă a încercat să îl lovească pe elevul R.L., care s-a ferit și apoi a reacționat, aplicându-i o lovitură elevului B.I..
- Elevul B.I. l-a sunat pe tatăl lui, care a pătruns în curtea liceului împreună cu doi indivizi.

- În perioada de după conflictul cu elevul B.I., elevul R.L. a participat în biblioteca școlii la o activitate, timp de o oră. La ieșirea de la această activitate a fost așteptat de tatăl elevului B.I. împreună cu alți doi indivizi. Acești doi indivizi l-au bătut pe elevul R.L., l-au trântit la pământ, primind lovituri și din partea elevului B.I. și a tatălui acestuia, fiind înjunghiat cu un briceag tip breloc.
- Între timp, a sosit echipajul de jandarmi, deoarece profesorul de educație fizică apelase 112. Agresorii au fost reținuți de către jandarmi.
- Elevul R.L. a mers la cabinetul școlar, unde a primit îngrijiri până la sosirea ambulanței, fiind transportat ulterior la Spitalul Județean.

- Facem următoarele precizări:
- elevul B.I. a fost transferat în unitatea noastră la începutul anului școlar 2017-2018, de la un liceu din București, pentru apropiere de domiciliu, acesta fiind domiciliat în comuna B, din județ.
- din discuțiile purtate ulterior cu alți elevi, domiciliați în aceeași comună, precum și cu reprezentanți ai Poliției, a reieșit faptul că tatăl elevului B.I. este o persoană cu antecedente în ceea ce privește actele de violență. Școala nu se află în măsura de a verifica aspecte legate de comportamentul social al membrilor familiei unui elev și nici nu poate limita accesul la educație al elevilor proveniți din familii cu potențial infracțional.
- În același timp, precizăm că mama naturală a copilului părăsise familia, tatăl fiind la a doua căsătorie, mama vitregă nefiind implicată în educația elevului B. I., mai ales că, în perioada aceea avea un copil nou-născut.

- Elevul R.L. avea și el anumite probleme școlare, în special legate de frecvență, întârzierea la ore, rezultate mediocre la învățătură.
- De asemenea, din punct de vedere familial, acesta locuia doar cu tatăl, care nu se implica în viața școlară a copilului, mama fiind plecată la muncă, în străinătate.
- Un lucru de remarcă, din acest punct de vedere, este faptul că mama îi asigura elevului R.L. un venit lunar destul de consistent, ceea ce îl diferenția de ceilalți elevi și îl făcea să aibă o atitudine superioară, ceea ce poate fi considerat un factor menit să alimenteze o atitudine refractară a unora dintre elevii școlii, la adresa lui. Mama, în ciuda susținerii materiale, nu era, nici ea, interesată de situația școlară a copilului său.
- Elevul era consiliat la Cabinetul de Asistență psihopedagogică al liceului, din cauza problemelor de absenteism.

- În curtea școlii, profesorii de educație fizică asigură serviciul în pauze, astfel încât profesorul care se afla în curte în acel moment a reacționat imediat la apariția persoanelor străine, care au refuzat să se legitimeze.
- Unitatea școlară nu poate limita accesul părinților în instituție și nu poate intui intențiile acestora și reacțiile pe care le pot avea pe moment.
- La nivelul școlii există “Procedură generală privind accesul persoanelor străine în incinta unității”.

- Elevul R.L a fost vizitat la camera de gardă a Spitalului Județean de către doamna dirigintă acesta fiind în afara oricărui pericol și a refuzat să depună plângere. Cazul a fost preluat de Poliție, prin autosesizare.
- Toți elevii implicați au fost sancționați conform regulamentului școlar. Elevul B.I. nu s-a mai prezentat la cursuri până la sfârșitul anului școlar și, împreună cu familia a plecat între timp din țară. De asemenea, elevul R.L a abandonat liceul. Astfel niciunul dintre cei doi “actori” ai acestui conflict nu au mai beneficiat de intervenție din partea unității școlare, în ceea ce privește problemele comportamentale.
- În urma acestui conflict, a fost mărit numărul de camere de supraveghere, atât în incinta liceului, cât și în curte, pentru mărirea gradului de siguranță a elevilor și a suplimenta deficitul de personal de pază.

Studiu de caz

- În data de 03.04.2019, conducerea unității noastre a fost informată de către mama elevului PFC, de la clasa a IX-a că, în urma unor discuții purtate în familie, copilul a spus că, în datele de 1 februarie 2019 și 1 martie 2019, ar fi fost supus de către elevii DIF - cls. a IX-a, PGM - cls. a IX-a IG - cls. a IX-a, DTC - clasa a X-a, SFL - clasa a X-a, la agresiuni sexuale (sex oral). Conform spuselor elevului PFC, aceste fapte ar fi avut loc, în incinta liceului, în spatele atelierului.
 - Mama elevului a depus plângere la Poliția Municipală în data de 3.04.2019, un echipaj de poliție deplasându-se la unitatea noastră. Am putut pune la dispoziția polițiștilor o înregistrare din data de 3.04.2019, de pe holurile liceului, care relevă existența unui conflict între elevul care reclamă că a fost abuzat și elevii menționați mai sus, în imagini aceștia fiind surprinși împingându-l.
-

- Elevul PFC provine dintr-o familie extinsă, în care ambii părinți erau plecați la muncă în străinătate, el rămânând în grija bunicilor paterni. Mama a revenit în țară în perioada în care copilul a început clasa a IX-a.
- Din punct de vedere al dezvoltării individuale, PFC este dizlexo-dizgrafic, lucru constatat de către toți profesorii de la clasă. Mama acestuia a declarat conducerii școlii și profesorului diriginte că într-adevăr există probleme de dezvoltare intelectuală, însă copilul își dorește să fie la școală, pentru a fi în compania celor de aceeași vârstă.
- În ceea ce privește comportamentul, mama a asigurat că nu există probleme, iar școala, promovând o politică incluzivă, a considerat că elevul poate fi integrat și, cu eforturi din partea cadrelor didactice ar putea achiziționa minimum de informație în vederea promovării anilor de studiu.

- Conștientă de problemele copilului, de cele mai multe ori mama venea să îl aducă și să îl ia de la școală cu mașina personală, uneori aducând și luând elevi din același sat, printre ei și doi dintre elevii incriminați. Deși, conform reclamației, elevul PFC a fost supus agresiunilor pe o perioadă de cel puțin o lună (el dă ca date 1 februarie și 1 martie), este cel puțin ciudat că acesta nu i-a spus mamei nimic despre cei doi colegi și nici nu a avut un comportament schimbat în prezența lor, conform spuselor mamei.
- Comisia de disciplină pentru elevi, constituită la nivelul liceului pentru anchetarea acestui incident, a procedat la interviuarea colegilor de clasă ai elevilor implicați, a profesorilor de la clasele a IX-a și a X-a, a cercetat existența absențelor în zilele în care elevul pretinde că a fost agresat sexual și a analizat spațiul în care elevul pretinde că a fost agresat.

- Spațiul descris de elev ca fiind locul de desfășurare a agresiunii este o zonă circulată, expusă, existând și camere de luat vederi în anumite puncte. Din cauza faptului că sistemul de înregistrare nu stochează imagini mai vechi de 10 zile, faptele nu au putut fi verificate cu ajutorul acestuia
- Elevul PFC avea adesea manifestări nepotrivite față de colegii de clasă, pornind de la mângâieri pe umeri sau pe cap, în prima parte a anului școlar, ajungând la atingerea zonelor intime, în semestrul II. Unii dintre colegi au reacționat vehement la acest lucru, certându-l pe elevul PFC, iar acesta i-a amenințat că îi va spune bunicului, care o să vină să îi taie cu toporul.
- Toate aceste manifestări nu au fost aduse la cunoștința doamnei diriginte și a cadrelor didactice decât cu prilejul acestui incident, elevii punându-le pe seama stării colegului lor, care este un copil cu deficiențe intelectuale, fiind diagnosticat cu “intelect de limită”, conform adeverinței medicale atașate la dosarul de admitere.
- Colegii de clasă au mai afirmat că le trimitea filmări în care el se afla în ipostaze nepotrivite (se masturba într-o anexă a locuinței), pe care le-au șters din telefon, temându-se de părinți. Mai mulți elevi, de la alte clase, au spus că a fost văzut în stația de autobuz, în timp de se freca de o țevă.

- În pauze unii colegi, atât din clasă, cât și de la alte clase, observând că PFC are față de ei manifestările amintite mai sus: îi mângâie, le face diverse declarații, încearcă să îi atingă în anumite părți ale corpului, au tratat cu amuzament aceste lucruri și, mai mult au profitat de condiția colegului lor, punându-l să cânte, să se ducă la băieți și să le spună lucruri sau să îi atingă, astfel încât au accentuat starea lui de dezechilibru

Studiu de caz

- Profesorul I.M., aflat la ora de curs la clasa a X-a, a observat că elevul R.D. folosește telefonul mobil, pe care îl butonează sub bancă. În ciuda observațiilor repetate ale profesorului acesta nu s-a oprit, motivând că are o discuție cu un membru al familiei și cerând voie să iasă să discute pe hol, deoarece este o problemă foarte importantă.
- În pauza de după ora de curs la care am făcut referire, un elev de la un alt liceu din oraș, împreună cu trei elevi de la clasa a IX-a, din cadrul liceului nostru, l-au agresat pe elevul P.C, de la clasa a XI-a. Aceștia au fost surprinși de către diriginta clasei a XI-a, care a anunțat conducerea. Ancheta internă desfășurată a relevat faptul că elevul R.D. atunci când folosea telefonul în timpul orei se certa, de fapt, prin mesaje cu P.C., adresându-și reciproc insulte. Atunci când a solicitat să vorbească pe hol cu tatăl, de fapt a sunat pe prietenul lui de la alt liceu din oraș și pe ceilalți trei elevi, din cadrul liceului nostru și le-a cerut ajutorul în conflictul cu P.C. În pauză, cei patru l-au agresat fizic pe elevul P.C.. R.D. nu a participat la agresiune.

- **Fenomenul violenței există în școli**
- **Important este să ne implicăm și să prevenim și stopăm acest fenomen**
- **Materialele din acest curs vor contribui la prevenirea și stoparea fenomenului de violență în școli**





Mulțumim pentru atenție!

ZIVAC

Liceul Tehnologic nr. 1 Alexandria

IIAPHS

DIONE