

”HOW TO PREVENT BULLYING AND CYBER BULLYING IN SCHOOLS AND PROMOTE SOCIAL EMOTIONAL LEARNING”- diseminare curs formare Erasmus+

29 iunie-5 iulie 2025, Bologna, Italia

Participanti: prof.inv.primar Popescu Nicoleta, prof. Cristina Boboc

Duminică după-amiază, programul a început cu prezentarea scolilor și participanților la curs, o orientare și informații despre locație și un tur pietonal al orașului Bologna.

Prima zi de instruire – luni – a inclus o introducere a cursului detaliată de formatoarea Valeria Di Bella. Participanții au studiat formele de bullying tradițional, factorii de risc, perspectiva culturală și socială sau cum se poate începe și încheie un cerc de bullying. Au existat exerciții de teambuilding care au inclus așteptările, contribuțiile și temerile din timpul cursului. Lucrările practice, scenariile de caz și discuțiile au contribuit la partajarea celor mai bune practici în conștientizarea și prevenirea bullying-ului.

Marti, subiectul a fost cyberbullying-ul și diferența dintre bullying-ul tradițional și cel cibernetic. Participanții au creat un „cont Facebull”, au discutat despre formele cibernetice, despre identitatea dificil de găsit a potențialilor agresori și au împărtășit opinii amabile/extrovertite/urătoare despre conturile lor. Au realizat scenarii de caz, pornind de la un desen care a fost completat cu alte desene sau acțiuni. Fiecare activitate practică a fost discutată și analizată de echipe. După-amiaza, au avut loc activități culturale în Bologna, vizitând centrul vechi al orașului, cele două tururi bolognese înclinare Asinelli și Garisenda, marile biserici Sante Pedronio și Sante Stephano, fântâna lui Neptun - Zeul Mărilor sau Piața Mare.

Miercuri, în ziua de instruire, participanții au trebuit să creeze un acronim pornind de la cuvântul „cyberbulling”. A fost un exercițiu de teambuilding finalizat de fiecare echipă și a implicat aplicarea experienței din ultima zi în sala noastră de clasă.

Tema zilei a fost construită în jurul rolului inteligenței emoționale, empatiei și ascultării active, cu activități practice care promovează conștientizarea emoțională, consolidează relațiile de încredere și răspunsurile empatice.

Ca și în celelalte zile, echipele au primit una dintre sarcini: să caute în reviste și jurnale imagini care exprimă emoții, sentimente. Aceste imagini și emoții au fost predate spre a fi descrise de către un membru al celeilalte echipe. De fapt, majoritatea activităților de teambuilding au fost prezentate, în opinia lor, de către un alt grup.

A cincea zi a cursului a fost o recapitulare a activităților din ziua precedentă. Participanții au abordat emoțiile pentru a crea un mediu de clasă pentru prevenirea bullying-ului. S-a vorbit despre cum să se

introducă învățarea socio-emoțională (SEL) la școală, cum să se predea abilitățile IE direct sau să se includă în programa școlară.

Au fost studiați cei 5 piloni ai SEL de Goleman și s-au folosit exemple de activități pentru fiecare dintre aceștia, ce sunt emoțiile de Ekmar, diferențele dintre conștientizarea de sine și autocontrol. Participanții și-au realizat propriul atlas al emoțiilor cu ajutorul unei hărți a conștientizării și empatiei. Formatorul a descris al patrulea element al empatiei.

Au fost subliniate activitățile non-formale pentru a împuternici o clasă suportivă, rolul apartenenței și colaborării. Activitățile practice au promovat munca în echipă și comportamentele incluzive.

La fel ca marți, a avut loc un tur cultural și istoric în care participanții au aflat despre antichitatea orașului, istoria locurilor și clădirilor, cum ar fi cea mai veche universitate din Europa, biblioteca sau magazinele de paste și brânzeturi.

Prevenirea bullying-ului a fost subiectul pentru ziua următoare, vineri, dar în acest caz s-a studiat cum să dezvolti o relație pozitivă a elevului cu profesorul său. A fost subliniată diversitatea din clasă și depășirea prejudecăților. Toți participanții au oferit exemple de activități practice cu care s-au confruntat, deoarece fiecare dintre ei avea cazuri de incluziune socială. Au fost exersate scenariile de caz, urmate de discuții și opinii.

Sâmbătă, a avut loc o recapitulare a cursului și o evaluare finală. Participanții au discutat despre viitoarea cooperare și au planificat activitățile ulterioare.

Tipuri de exerciții/activități care ar putea fi aplicate în sala de clasă: „Exercițiul scaunului”, „9 exemple de conversație între persoana A și persoana B”, „Jurnalul de optimism”, „Cum să încurajăm dorința de realizare, angajamentul și inițiativa?”, „Obiectiv inteligent”, „Găsește-ți grupul”, povestea „Învățând despre colaborarea găștelor”, „Provocarea celor 8 misiuni”.

Platforme – ca suport pentru lecție/activități: Quizz cu o altă opțiune Jigsaw, Socrative; Baamboozle; Bilet de ieșire.

Concluzii:

- Am întâlnit noi colegi din alte țări: Malta, Slovenia, Cipru și, bineînțeles, din România - Sibiu;
- Coordonatorii noștri au naționalități diferite - turcă, italiană, georgiană, ucraineană, astfel încât am putut împărtăși cu ei experiențele noastre școlare;
- Există probleme de bullying în multe școli, de la cei mai mici până la cei mai mari elevi, dar vârsta agresiunii și hărțuirii este diferită;

- Instruirea despre bullying și formele sale îi ajută pe profesori să îl conștientizeze și să îl prevină prin comunicare și colaborare și să creeze activități care încurajează elevii să se cunoască reciproc;
- Astfel de activități, proiecte sau programe sunt în beneficiul tuturor: elevilor, profesorilor și părinților.