

Proiectul „nO bULLYING – Îmbunătățirea capacității de prevenție a violenței în regiunea transfrontalieră”

PROGRAM DE FORMARE

Curs de dezvoltare a competențelor pe tema protecției copilului și a prevenirii abuzurilor violente

Autori

Cărăușu Corneliu

Dincă Laurențiu

Geangu Anabela

Loga Simona

Plenert Hanelore

Sárcsevity-Hajdú Bea

Szabó Ágnes

ROHU00313 - nO bULLYING

Improving the prevention of peer violence in the cross-border region

Îmbunătățirea prevenirii violenței între semeni în regiunea transfrontalieră

Durata proiectului: 12 luni

Data începerii proiectului: 31 decembrie 2024

Bugetul total al proiectului: 232.690,50 EUR

Finanțare UE: 169.875,56 EUR

Solicitant principal: Szent Gellért Társaság a határon túli magyarság támogatásáért (HU)

Partener 1: Bastion – Várbastya Association (RO)

Partener 2: Society for Children and Parents (RO)

Cuprins

Introducere	4
Structura formării	6
Capitolul 1: Materiale profesionale pentru formarea formatorilor	7
Capitolul 2: Metodologia organizării și conducerii taberei	8
Capitolul 3: Teoria supervizării	8
Evaluarea formării	9
Metodologia activităților de conștientizare	9
Capitolul 1	
Modulul 1: Drepturile copilului	10
Modulul 2: Hărțuirea (bullying)	28
Modulul 3: Cyberbullying (hărțuirea online)	36
Modulul 4: Prevenirea traficului de persoane și a abuzului de droguri	49
Modulul 5: Gândirea critică și abilități pentru recunoașterea semnelor de abuz	69
Modulul 6: Bazele facilitării atelierelor și organizării comunitare	80
Capitolul 2	
Modulul 1: Competențe de leadership și dezvoltarea muncii în echipă	86
Modulul 2: Management de proiect în practică	92
Modulul 3: Bazele marketingului comunitar și ale gândirii creative în organizarea taberelor cu tematică socială	98
Capitolul 3	
Teoria supervizării	108
Evaluarea formării și a programului	116
Metodologia activităților de conștientizare	120
Anexe: fișe de evaluare	
.....	128

Introducere

Obiectivul direct al proiectului „nO bULLYING” este de a reduce factorii de risc care apar în viața școlară și de zi cu zi a copiilor, prin prevenție și prin construirea de comunități de sprijin între egali. Obiectivul indirect este educarea părinților și a cadrelor didactice, sensibilizarea relațiilor de tip peer-to-peer și creșterea forței de susținere a acestor relații, prin activități de sprijin dedicate tinerilor.

Un element important al proiectului este că activitățile și materialele educaționale sunt dezvoltate într-o manieră transfrontalieră. Activitățile proiectului se desfășoară de ambele părți ale graniței, printr-o colaborare strânsă între parteneri. La toate activitățile participă în mod mixt specialiști, lucrători de tineret și membri ai grupurilor țintă din ambele țări, facilitând astfel bilingvismul și construirea de relații.

Activitățile desfășurate în cadrul proiectului:

Dezvoltarea curriculumului (curs de 50 de ore)

Scopul dezvoltării curriculumului este de a crea o bază de cunoștințe care, prin metode interactive și jocuri de atelier, să sensibilizeze, să informeze și să transmită cunoștințe grupului-țintă pe teme abordate de proiect.

Capitol 1. – Material profesional (25 ore)

Module: Drepturile copilului, bullying și cyberbullying, traficul de persoane, prevenirea consumului de droguri, gândire critică, recunoașterea semnelor de abuz, bazele facilitării atelierelor și organizării comunitare.

Capitol 2. – Organizarea taberei (25 ore)

Module: Dezvoltarea competențelor sociale, management de proiect, gândire creativă și managementul marketingului.

Capitol 3. – Supervizare (10 ore)

Cursuri de formare

Scopul formării este dotarea specialiștilor care lucrează cu tinerii cu cunoștințe și metode moderne. Lucrătorii de tineret vor deveni capabili să abordeze teme și grupul-țintă ale proiectului cu sensibilitatea necesară și vor avea ocazia să învețe metode care să îi ajute în organizarea propriilor comunități. Prin activități interactive și studii de caz transfrontaliere, participanții vor învăța să recunoască semnele abuzului, factorii de risc din viața de zi cu zi și să învețe cum să le gestioneze sau, cel puțin, să obțină informații despre posibilitățile de a cere ajutor.

Tabere

Scopul acestora este ca lucrătorii de tineret să aplice în practică noile competențe dobândite în cadrul formării, sensibilizând astfel grupul-țintă, extinzând cunoștințele acestora și consolidând comunitatea.

Centre de Sprijin

Centrele oferă grupului-țintă servicii care îmbunătățesc starea de bine mentală și contribuie la construirea unei comunități. Lucrătorii de tineret sunt implicați activ în aceste activități.

Activități: consiliere, grupuri de terapie psihologică, ateliere, concerte, conferințe, excursii etc.

Activități de conștientizare

Scopul activităților de conștientizare este de a disemina obiectivele, activitățile și serviciile proiectului către un public cât mai larg din grupul-țintă, adică tinerii aflați în situații de risc și părinții acestora. Va fi elaborată o serie de campanii țintite, online și față în față, pe teme legate de drepturile copilului și alte subiecte de interes pentru tineri, folosind metode inovatoare. Activități: workshop-uri în școli, postări pe blog, podcast-uri etc.

Structura formării

Descrierea pregătirii cursului de dezvoltare a competențelor „Protecția copilului și prevenirea abuzurilor” – Curriculum transfrontalier România-Ungaria

Materialul este împărțit în trei capitole:

Primul capitol conține materialul de formare destinat trainerilor,

Al doilea capitol cuprinde metodologia organizării taberelor,

Iar al treilea capitol tratează teoria supervizării.

PROGRAMUL DE FORMARE pentru formarea competențelor pe tema „Protecția copilului și prevenirea abuzului violent”

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Descrierea pregătirii programului de formare „Protecția copilului și prevenirea abuzului” – Curriculum transfrontalier România-Ungaria. Materialul este împărțit în trei capitole: primul este material de formare pentru formatori, al doilea este material metodologic pentru organizarea taberelor, iar al treilea este teoria supervizării.

Structura curriculumului	Titlu	Timp alocat
Capitolul 1	Material profesional	25
Modulul 1	Drepturile Copilului	5
Modulul 2	Hărțuirea	3
Modulul 3	Hărțuirea cibernetică	3
Modulul 4	Prevenirea traficului de persoane și a consumului de droguri	5
Modulul 5	Gândire critică și recunoașterea semnelor de abuz	5
Modulul 6	Managementul atelierelor și bazele organizării comunitare	4
Capitolul 2	Dezvoltarea competențelor pentru organizarea taberelor	25
Modulul 1	Dezvoltarea competențelor de leadership și lucru în echipă	5
Modulul 2	– Managementul proiectelor în practică	5
Modulul 3	Fundamentele gândirii creative și ale managementului de marketing	5
Capitolul 3	Teoria supervizării	10
Evaluarea formării	Evaluarea materialului și programului	2
Total ore post-formare	Metodologia activităților de conștientizare	2

Capitolul 1: Material profesional pentru formarea formatorilor

„Protecția copilului și prevenirea abuzului” este un program de formare comun, destinat tinerilor din România și Ungaria, care are ca scop dezvoltarea abilităților fundamentale necesare protejării copiilor și prevenirii abuzurilor în comunitățile lor. Programul este

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

structurat în jurul a 5 module esențiale și vizează crearea unei înțelegeri comune a drepturilor copilului, identificarea și prevenirea abuzurilor, precum și formarea unui comportament responsabil și proactiv în fața fenomenelor de violență, hărțuire și trafic de persoane. Prin activități interactive și studii de caz transfrontaliere, participanții vor învăța să recunoască semnele abuzului și să intervină eficient, atât în România, cât și în Ungaria. De asemenea, aceștia vor fi pregătiți să promoveze educația pentru prevenirea cyberbullying-ului, protejarea copiilor și combaterea consumului de droguri, într-un context transfrontalier. Programul va aborda, totodată, particularitățile legislative din cele două țări și va încuraja colaborarea între tinerii din România și Ungaria pentru susținerea dezvoltării unor comunități sigure și protejate. Participanții vor dobândi abilități de formatori și educatori, învățând cum să organizeze ateliere și activități educaționale pentru a promova o viață lipsită de abuzuri.

Metodologie: Formarea se desfășoară fizic, în săli de clasă. Se vor utiliza metode interactive, precum jocuri de rol, exerciții de grup, studii de caz și simulări, pentru a facilita învățarea activă. Colaborarea transfrontalieră între participanții din România și Ungaria va încuraja schimbul de experiență și bune practici. Acest program va contribui la formarea unui grup de tineri lideri capabili să aplice cunoștințele și abilitățile dobândite pentru a proteja copiii și a preveni abuzurile în comunitățile lor, în cadrul unui parteneriat România-Ungaria.

Durata: 25 de ore

Obiective generale:

- **Creșterea gradului de conștientizare și protecție a copiilor și tinerilor:** Participanții vor învăța despre drepturile fundamentale ale copilului, cum să prevină abuzurile și cum să protejeze copiii și adolescenții din comunitățile lor.
- **Dezvoltarea abilităților sociale:** Tinerii își vor dezvolta abilități esențiale precum gândirea critică, capacitatea de a spune „nu” în fața presiunilor sociale (precum consumul de droguri, traficul de persoane, hărțuirea), precum și încrederea de a interveni când sunt martori la abuzuri.
- **Formarea de competențe pentru prevenirea fenomenelor de abuz și violență:** Programul îi va ajuta pe tineri să dobândească abilități legate de prevenirea hărțuirii, cyberbullying-ului, traficului de persoane, consumului de droguri și abuzului fizic și psihologic, prin învățarea semnelor și riscurilor asociate.
- **Formarea tinerilor ca educatori și lideri comunitari:** Participanții vor învăța cum să organizeze și să deruleze activități educaționale pentru alți tineri pe teme legate de protecția copilului, prevenirea abuzurilor și promovarea comportamentelor pozitive.
- **Conținut educațional pentru tineri:** Participanții vor învăța cum să creeze și să publice materiale educaționale online pentru promovarea prevenirii abuzurilor și a comportamentului responsabil, contribuind astfel la campanii de educație în rândul tinerilor.

- **Îmbunătățirea comunicării și leadership-ului:** Programul îi va ajuta pe tineri să își îmbunătățească abilitățile de comunicare eficientă și leadership, pregătindu-i să devină modele și mentori pentru alți tineri din comunitățile lor.

Durata: 25 ore

Capitolul 2: Metodologia organizării și gestionării taberei

Acest capitol oferă cunoștințele teoretice, abilitățile practice și calitățile de leadership necesare pentru a desfășura programe de tabără de succes. Curricula cuprinde trei module: unul privind dezvoltarea competențelor sociale (lucrul în echipă și leadership), altul axat pe bazele managementului de proiect (organizare, planificare) și al treilea introdusiv în marketing (gândire creativă).

Metodologie: Tinerii voluntari instruiți sunt implicați activ în procesul de planificare și organizare a taberei, dobândind astfel competențele necesare pentru desfășurarea acestora prin educație prin proiecte (învățare prin servicii). Centrul de sprijin oferă spațiu pentru organizarea de prelegeri, ateliere sau programe pe aceste teme, susținând astfel dezvoltarea abilităților organizaționale.

Obiective generale:

- **Planificarea programului taberei:** Participanții vor învăța cum să dezvolte o structură coerentă pentru tabără, incluzând obiective, teme și activități.
- **Planificarea managementului taberei:** Tinerii vor învăța despre planificarea financiară pentru o gestionare sustenabilă a taberei, precum și despre cerințele legale și de siguranță.
- **Dezvoltarea abilităților de leadership și lucru în echipă:** Participanții își vor dezvolta abilitățile de comunicare, cooperare și gestionare a conflictelor.
- **Promovarea taberei:** Participanții vor învăța cum să creeze elemente vizuale pentru promovarea taberei și cum să le utilizeze eficient.

Durata: 25 ore

Capitolul 3: Teoria supervizării

Acest capitol abordează posibilitatea utilizării supervizării în procesul de formare și mentorat al tinerilor. Supervizarea este o metodă de dezvoltare și sprijin care îi ajută pe tineri în evoluția lor personală (autocunoaștere) și profesională. Scopul capitolului este de a introduce utilizarea supervizării ca metodă de susținere a dezvoltării profesionale și mentoratului pentru tinerii implicați în programul de formare și în activitățile centrelor de sprijin. Un avantaj major este oferirea unui feedback continuu privind dezvoltarea lor.

Metodologie: Monitorizare, colaborare, sesiuni de grup restrâns în care tinerii își împărtășesc experiențele și învață unii de la alții, exerciții situaționale, jurnale de reflecție personală, analize de caz și jocuri de rol.

Obiective generale:

- **Dezvoltarea autocunoașterii și a reflecției personale:** Tinerii își vor înțelege mai bine propriile emoții, comportamente și decizii.
- **Îmbunătățirea abilităților de comunicare:** Participanții vor comunica mai eficient și empatic și vor asculta activ.
- **Susținerea dezvoltării profesionale:** Participanții vor căpăta încredere în propriile abilități. Identitatea lor profesională va fi consolidată, ceea ce îi va ajuta în alegerea unei cariere și în orientarea pe piața muncii.
- **Îmbunătățirea capacității de rezolvare a problemelor și luare a deciziilor:** Tinerii își vor dezvolta strategii eficiente pentru a face față provocărilor.
- **Oferirea de sprijin emoțional:** Ei vor gestiona mai bine stresul și conflictele atât în viața de zi cu zi, cât și la locul de muncă.

Durata: 10 ore

Evaluarea formării

Această secțiune prezintă modalitățile de evaluare a materialului și programului de formare, având ca scop conștientizarea procesului de învățare și colectarea feedbackului participanților într-un mod structurat. În timpul evaluării, participanții reflectează asupra experiențelor trăite în timpul formării, evaluează conținutul și utilitatea metodologică a modulelor, și formulează sugestii pentru îmbunătățirea programului în viitor. Feedbackul este colectat prin metode individuale și de grup, precum chestionare Google Forms, discuții structurate, cercuri de feedback și crearea de postere creative. Întrebările ghidate de facilitator se axează pe experiența personală de învățare, aplicabilitatea practică a conținutului și cele mai importante concluzii extrase din curs.

Instrumente de reflecție oferite:

- Un chestionar online scurt (10 minute),
- O discuție de grup structurată (30 de minute),
- O sesiune de creare de postere (1 oră), care sprijină vizual sintetizarea lecțiilor comune învățate și identificarea direcțiilor viitoare.

Metodologia activităților de conștientizare

Modulul post-formare al proiectului **nO BULLYING** constă într-o serie de ateliere creative desfășurate pe parcursul a 4 săptămâni, în cadrul cărora participanții creează două postări educaționale pe săptămână:

- una dedicată **prevenirii diferitelor forme de abuz** (ex. consum de droguri, trafic de persoane, pornografie infantilă, cyberbullying),
- și una pentru **promovarea unei vieți lipsite de violență** și creșterea gradului de conștientizare cu privire la **drepturile copilului**.

Scopul programului este de a dota participanții care lucrează cu tinerii cu abilitățile necesare pentru a crea conținut clar, atractiv și inspirațional, care să mobilizeze comunitatea tânără.

Fiecare săptămână are o temă diferită, iar materialele realizate sunt evaluate și primesc feedback din partea formatorilor. La finalul programului, participanții redactează și un scurt **raport de campanie**, precum și o **reflecție personală**.

Capitolul I

Modul 1. Drepturile copilului

	Obiective de referință	Conținutul de bază	Metode de formare	Mijloace de instruire	Criterii de evaluare
1	2	3	4	5	6
1. Drepturile Copilului (durata: 5 ore)					
1.	La sfarsitul modului, participanții vor fi capabili să: Înțelegerea drepturilor fundamentale ale copilului conform legislației internaționale și naționale. Promovarea conștientizării și respectării drepturilor copilului în comunități. Dezvoltarea personală: Îmbunătățirea încrederii în sine prin înțelegerea propriilor drepturi și responsabilități.	Conținut Teoretic: Definirea drepturilor copilului și sursele internaționale relevante. Măsuri de protecție a drepturilor copilului în România. Exercițiu de auto-reflecție: Participanții își notează drepturile lor fundamentale și cum se simt când știu că sunt protejați de lege.	Prezentări interactive Discuții de grup Lucru în echipa Jocuri de rol Dezvoltare personală: Activități interactive de înțelegere a drepturilor lor și de auto-reflecție asupra felului în care își pot proteja și respecta drepturile.	În sală: Laptop, conectare de internet, tablă albă magnetică Online: Laptop, Conectare de internet, microfon, webcam, prezentare PowerPoint, online whiteboard, flipchart	Capacitatea de a defini principiile de baza în cadrul unor discuții de grup cu colegii; Chestionar: Test de cunoștințe despre drepturile copilului. Feedback personalizat: Participanții discută despre ce au învățat și cum pot folosi aceste cunoștințe în viața lor de zi cu zi.

1. Denumirea activității: „Reflecție creativă – Dacă aș fi președintele copiilor...”

Scop: să stimuleze gândirea critică, empatia și curiozitatea tinerilor față de nevoile și drepturile copiilor

Vârsta recomandată pentru participanți: 12+**Necesar de spațiu** (spațiu închis sau deschis, mai mic sau mai mare): spațiu închis**Durată:** 15–20 minute**Instrumente:** foi, markere, flipchart / tablă albă**Desfășurare activitate:****1. Context introductiv (facilitatorul):**

„Imaginați-vă că există o lume unde fiecare copil are propriul președinte care are grijă de nevoile lui și face legi doar pentru copii. Voi sunteți acel președinte! Ce reguli ați crea pentru ca toți copiii să se simtă în siguranță, ascultați și sprijiniți?”

2. Sarcină:

Împărțiți participanții pe grupuri mici (3-5 persoane). Fiecare grup trebuie să inventeze 3 legi „ale copiilor” pe care le-ar impune dacă ar conduce o țară a copilăriei. Le pot scrie pe o foaie sau pe post-it-uri.

3. Prezentare:

Grupurile își prezintă „legile” pe rând. Facilitatorul le scrie pe tablă/flipchart.

4. Reflecție:

După ce toate grupurile au prezentat, facilitatorul întreabă:

- „Ați observat că multe dintre ideile voastre seamănă cu ceea ce numim drepturile copilului?”
- „Vă imaginați că unele dintre aceste reguli chiar există deja la nivel internațional?”
- „Cum credeți că ar arăta lumea dacă toți copiii și-ar cunoaște drepturile?”

2. Denumirea activității: Prezentare teoretică: „Ce sunt drepturile copilului?”

Scop: Să ofere participanților o înțelegere clară și fundamentată a conceptului de „drepturile copilului”, a principiilor esențiale și a importanței cunoașterii acestora.

Vârsta recomandată pentru participanți: 12+**Necesar de spațiu** (spațiu închis sau deschis, mai mic sau mai mare): Spațiu închis, dotat cu proiector sau tablă interactivă (pentru prezentare PowerPoint)**Durată:** 15–20 minute**Instrumente:** Laptop, proiector, prezentare PowerPoint, video, fișe pentru exercițiu final**Noțiuni teoretice de bază pentru training I**

***Drepturile copilului** sunt un ansamblu de norme și principii recunoscute la nivel internațional, care garantează fiecărui copil – adică oricărei persoane cu vârsta sub 18 ani – protecție, sprijin și condiții adecvate pentru a se dezvolta fizic, emoțional, intelectual și social. Aceste drepturi sunt stabilite în principal prin **Convenția ONU privind Drepturile Copilului din 1989** și sunt recunoscute de majoritatea statelor lumii, inclusiv de România.*

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

*Ele nu sunt „privilegii” oferite doar în anumite condiții, ci **drepturi fundamentale** care trebuie respectate întotdeauna, indiferent de originea, religia, genul, limba, starea de sănătate sau situația familială a copilului. Printre acestea se numără dreptul la viață și dezvoltare, la educație, la protecție împotriva abuzului, la opinie și exprimare, la îngrijire medicală și la un mediu sigur și afectuos.*

Desfășurare activitate:

1. Facilitatorul prezintă informațiile teoretice folosind slide-urile PowerPoint:
 - Ce sunt drepturile copilului?
 - Cine le garantează?
 - Ce spune Convenția ONU din 1989 ?
 - Exemple de drepturi fundamentale
 - Drepturile nu sunt privilegii!
2. Se încurajează întrebări pe parcurs pentru clarificări.
3. Se pot folosi imagini, simboluri sau exemple din viața reală pentru a face conținutul mai atractiv.

Exercițiu final : „Drepturi pe care le cunosc – Drepturi pe care le trăiesc”**• Instrucțiuni:**

1. Participanții vor viziona un videoclip: <https://youtu.be/26Rw8Blz2gE>
2. Fiecare participant primește o fișă împărțită în două coloane:
 - Coloana 1: „Drepturi pe care le cunosc”
 - Coloana 2: „Drepturi pe care simt că sunt respectate în viața mea”
3. Participanții completează individual fișa în 5 minute.
4. Apoi se formează perechi sau grupuri mici pentru a discuta ce au observat.
5. Discuție de grup moderată: Ce drepturi sunt cel mai des respectate? Ce drepturi lipsesc în viața voastră sau a colegilor?

3 Denumirea activității: Dezbateri ghidată: „De ce este important să ne cunoaștem drepturile?”

Scop: Să-i ajute pe tineri să înțeleagă legătura directă dintre cunoașterea drepturilor și puterea personală, curajul civic și protecția împotriva abuzurilor sau nedreptăților.

Vârsta recomandată pentru participanți: 12+

Necesar de spațiu (spațiu închis sau deschis, mai mic sau mai mare): Spațiu închis, aranjament circular sau semicircular pentru încurajarea dialogului

Durată: 20–25 minute

Instrumente : PowerPoint pentru prezentarea teoretică, foi sau cartonașe cu întrebări, pixuri

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Pentru că **informația înseamnă putere**. Un copil sau un adolescent care își cunoaște drepturile este mai greu de manipulat, de rănit sau de ignorat. Tinerii informați au curajul să vorbească atunci când sunt tratați incorect și știu unde pot căuta sprijin. În același timp, pot fi alături de colegii sau prietenii lor care se confruntă cu situații dificile, devenind astfel un sprijin real în comunitate.

Mai mult, tinerii de azi sunt **viitorii adulți de mâine** – iar o generație care cunoaște și respectă drepturile omului va construi o societate mai echitabilă, empatică și responsabilă. Înțelegerea acestor drepturi nu este doar o formă de apărare personală, ci și o **formă de implicare civică** – un pas important spre o lume mai justă pentru toți copiii.

Desfășurare activitate:

1. Facilitatorul prezintă ideile-cheie din text, accentuând:
 - Informația înseamnă putere
 - Tinerii care își cunosc drepturile au curaj și știu unde să ceară ajutor
 - Pot deveni sprijin pentru alții
 - Cunoașterea drepturilor = bază pentru o societate mai dreaptă
2. Se lansează o **discuție ghidată** (tip dezbateră ușoară):
 - De ce contează să știm ce ni se cuvine?
 - Ce înseamnă să fii un adolescent informat?
 - Ai ajutat vreodată un coleg într-o situație de nedreptate?
3. Facilitatorul notează ideile-cheie pe tablă/flipchart.

Exercițiu final: „Ce drept apăr azi?”● **Instrucțiuni:**

1. Participanții aleg **un drept al copilului** care li se pare important azi, în lumea reală.
2. Pe un post-it/cartonaș, scriu:
 - Dreptul ales
 - Un motiv personal sau social pentru care e important să fie cunoscut/apărat
3. Post-it-urile se lipesc pe o tablă comună, panou sau flipchart intitulat **„Drepturi care ne dau putere”**.
4. La final, se citesc câteva exemple alese aleator și se încheie activitatea cu ideea: *„Fiecare drept cunoscut devine o armă împotriva nedreptății.”*

4. Denumirea activității: Lecție interactivă: „Istoria drepturilor copilului – De la idee la realitate”

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Scop: Să familiarizeze participanții cu evoluția istorică a drepturilor copilului și să evidențieze importanța documentelor-cheie care au contribuit la recunoașterea și protejarea acestora în timp.

Vârsta recomandată pentru participanți: 12+

Necesar de spațiu (spațiu închis sau deschis, mai mic sau mai mare):

Spațiu închis, dotat cu proiector sau tablă interactivă

Durată: 20–25 minute

Instrumente: Prezentare PowerPoint, imagini cu documente istorice, fișe de lucru pentru exercițiu.

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

Drepturile copilului nu au existat dintotdeauna așa cum le cunoaștem astăzi. Istoria lor este strâns legată de evoluția modului în care societatea a început, treptat, să recunoască faptul că cei mici nu sunt doar „adulți în miniatură”, ci ființe umane cu nevoi, vulnerabilități și drepturi proprii. Drumul spre recunoașterea acestor drepturi a fost lung, dar esențial pentru construirea unei lumi mai drepte pentru copii.

*Primul moment important în această istorie a avut loc în anul **1924**, când Liga Națiunilor a adoptat **Declarația de la Geneva privind Drepturile Copilului**. Era o perioadă tulbure, marcată de consecințele devastatoare ale Primului Război Mondial. În acest context, umanitarii vremii au înțeles că, pentru a reconstrui o lume sănătoasă, trebuie mai întâi să protejăm copiii. Declarația de la Geneva a fost un document scurt, dar cu o încărcătură morală uriașă. Ea afirma că fiecare copil are nevoie de protecție specială, de sprijin pentru dezvoltarea sa fizică și spirituală, de hrană, îngrijire medicală și afecțiune, mai ales în cazurile în care familia nu îi poate oferi aceste lucruri. A fost prima dată când comunitatea internațională a recunoscut, chiar și în termeni generali, că drepturile copiilor merită o atenție deosebită.*

*Următorul pas major a fost făcut în **1959**, când Organizația Națiunilor Unite a adoptat **Declarația privind Drepturile Copilului**. Această declarație a venit într-un moment în care lumea încerca să se refacă după ororile celui de-al Doilea Război Mondial, iar copiii, ca întotdeauna, se numărau printre cei mai afectați. Noul document extindea principiile din 1924 și insista asupra necesității de a garanta accesul fiecărui copil la educație, protecție, sănătate și iubire, fără discriminare. Deși nu avea valoare juridică, declarația din 1959 a contribuit decisiv la dezvoltarea unei conștiințe internaționale în jurul drepturilor copilului și a pregătit terenul pentru pasul decisiv ce urma să fie făcut câteva decenii mai târziu.*

*Acest pas a fost făcut în **1989**, când, la 20 noiembrie, Adunarea Generală a ONU a adoptat **Convenția privind Drepturile Copilului** – documentul fundamental care stă astăzi la baza protecției copilului la nivel mondial. Spre deosebire de declarațiile anterioare, Convenția are forță juridică, adică țările care o semnează și o ratifică sunt obligate să o respecte. Ea recunoaște copiii*

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313**

ca purtători de drepturi depline și stabilește cadrul legal pentru ca aceștia să fie protejați, ascultați și sprijiniți în toate etapele dezvoltării lor. Convenția vorbește nu doar despre protecție, ci și despre participare, despre respectarea opiniei copilului, despre dreptul la educație, la un nivel de trai decent, la identitate, la sănătate, la joacă și la familie. Este un document complex, dar care pornește de la o idee simplă: fiecare copil contează, fiecare copil are drepturi și merită să trăiască într-un mediu care îl ajută să crească în siguranță și demnitate. Ca o concluzie documentul conține 54 de articole, fiind ghidat de patru principii de bază:

1. *Nediscriminarea*
2. *Interesul superior al copilului*
3. *Dreptul la viață, supraviețuire și dezvoltare*
4. *Respectarea opiniilor copilului*

România a ratificat această Convenție în anul 1990, asumându-și angajamentul de a respecta și promova drepturile tuturor copiilor din țară. De atunci, ea a devenit un reper esențial pentru politicile publice în domeniul protecției copilului și pentru conștientizarea, la nivelul societății, a responsabilității pe care o avem față de cei mai tineri membri ai ei.

Astăzi, drepturile copilului nu mai sunt un ideal abstract, ci o realitate juridică și morală. Însă pentru ca ele să fie respectate în mod concret, este nevoie de implicarea tuturor: stat, familie, școală, comunitate, dar și a copiilor înșiși, care trebuie să își cunoască și să își revendice drepturile.

Desfășurare activitate:

1. Facilitatorul prezintă conținutul în ordine cronologică, sub formă de lecție interactivă:
 - **1924 – Declarația de la Geneva** (Liga Națiunilor): prima recunoaștere internațională a nevoii de protecție specială pentru copii.
 - **1959 – Declarația ONU privind Drepturile Copilului**: extinde drepturile de bază (educație, sănătate, protecție).
 - **1989 – Convenția ONU privind Drepturile Copilului**: document cu forță juridică, semnat de majoritatea țărilor lumii.
 - **România – ratificare în 1990.**
2. Se explică cele **4 principii de bază** ale Convenției:
 - Nediscriminarea
 - Interesul superior al copilului
 - Dreptul la viață, supraviețuire și dezvoltare
 - Respectarea opiniei copilului
3. Se pot folosi imagini, linii ale timpului sau întrebări pentru implicarea participanților.
4. Accent pe ideea că aceste drepturi nu au apărut „dintr-o dată”, ci sunt rezultatul unei lupte istorice.

Exercițiu final: „Linia timpului vie”• **Instrucțiuni:**

1. Participanții primesc câte un cartonaș cu **un an** sau **un eveniment** din evoluția drepturilor copilului (ex: 1924, Convenția din 1989, ratificarea în România, cele 4 principii etc.).
2. Toți trebuie să se așeze în ordine cronologică, formând o „linie a timpului vie”.
3. Pe rând, fiecare spune ce reprezintă momentul său și de ce este important.
4. La final, facilitatorul încheie cu ideea:
„Fiecare pas din trecut a deschis drumul către drepturile pe care le avem azi.”

5. Denumirea activității: Activitate interactivă: „Cele 4 stele călăuzitoare ale drepturilor copilului”

Scop : Să ajute participanții să înțeleagă și să rețină cele patru principii fundamentale ale Convenției ONU privind Drepturile Copilului și să reflecteze asupra modului în care acestea se aplică în viața reală.

Vârsta recomandată : 12+

Necesar de spațiu: Spațiu închis, dotat cu proiector și tablă

Durată: 20–25 minute

Instrumente: Prezentare PowerPoint, fișe cu textul teoretic, cartonașe colorate, fișe de lucru, markere

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

Convenția ONU privind Drepturile Copilului, adoptată în 1989, este cel mai important document internațional dedicat copiilor și a devenit un punct de referință esențial pentru toate statele care își asumă responsabilitatea de a proteja copilăria. În spatele listei complexe de drepturi recunoscute copiilor din întreaga lume, Convenția se bazează pe patru principii fundamentale care dau direcție și sens întregului cadru juridic. Aceste principii nu sunt doar idei generale, ci repere esențiale în interpretarea și aplicarea tuturor drepturilor copilului, ghidând autoritățile, profesioniștii și părinții în luarea deciziilor ce privesc viața celor mici.

*Primul dintre aceste principii este cel al **nediscriminării**, care afirmă cu tărie că toți copiii, fără excepție, au aceleași drepturi, indiferent de sex, rasă, religie, limbă, origine socială, dizabilitate, statut juridic sau economic. Acest principiu respinge orice formă de excludere sau tratament diferențiat și ne amintește că fiecare copil merită să fie privit cu aceeași grijă și demnitate, chiar și – sau mai ales – atunci când provine dintr-un mediu vulnerabil. Respectarea acestui principiu presupune nu doar evitarea discriminării, ci și luarea de măsuri active pentru sprijinirea celor mai defavorizați, astfel încât egalitatea de șanse să devină o realitate.*

*Un al doilea principiu fundamental este acela al **interesului superior al copilului**. Potrivit Convenției, în orice decizie care afectează un copil – fie că este luată de părinți, autorități, profesori*

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

sau instanțe – trebuie avut în vedere, în primul rând, ceea ce este cel mai bine pentru acel copil. Interesul superior devine astfel o busolă morală și juridică, care cere ca bunăstarea copilului să fie întotdeauna prioritară, dincolo de interesele instituțiilor sau ale adulților implicați. Acest principiu pune accentul pe responsabilitatea celor mari de a asculta, de a înțelege și de a acționa în favoarea dezvoltării echilibrate a copilului.

Al treilea principiu vizează **dreptul copilului la viață, supraviețuire și dezvoltare**. Dincolo de simpla existență biologică, acest drept presupune garantarea unor condiții de viață care permit copilului să se dezvolte pe deplin – fizic, mental, emoțional, spiritual și social. Statul are obligația de a proteja viața copilului încă de la naștere și de a crea un mediu sigur, sănătos și favorabil în care el să poată crește armonios. A vorbi despre dezvoltare înseamnă a vorbi despre acces la hrană, educație, sănătate, afecțiune, siguranță, dar și despre oportunitatea de a-și descoperi potențialul și de a-l pune în valoare.

Ultimul, dar nu cel din urmă, este **principiul respectării opiniei copilului**. Acesta ne reamintește că un copil nu este doar un receptor pasiv al deciziilor care îl privesc, ci un subiect activ, cu gânduri, sentimente și puncte de vedere care merită ascultate. Copiii au dreptul să-și exprime liber opiniile în toate aspectele care îi afectează, iar aceste opinii trebuie luate în considerare în funcție de vârsta și maturitatea lor. A le da copiilor șansa să se exprime nu înseamnă a le da întotdeauna decizia finală, ci a le arăta că vocea lor contează, că sunt parte din societate și că participarea lor este valoroasă.

Aceste patru principii – nediscriminarea, interesul superior, dreptul la dezvoltare și respectarea opiniei – formează coloana vertebrală a protecției copilului în dreptul internațional. Ele sunt prezente în toate intervențiile dedicate copiilor, de la politicile naționale la relațiile de zi cu zi din familie sau școală. Mai mult decât niște concepte juridice, ele sunt expresia unei filozofii care recunoaște copilul ca o ființă umană deplină, demnă de respect, grijă și participare. În aplicarea acestor principii stă, de fapt, esența unei societăți care respectă copilăria.

Desfășurare activitate:**1. Introducere – Moment interactiv (3-5 min):**

- Întrebări pentru activare:
 - Ați auzit de Convenția ONU privind Drepturile Copilului?
 - Ce credeți că înseamnă un „principiu fundamental”?
 - De ce credeți că e important să existe principii care stau la baza drepturilor copilului?

2. Partea teoretică – „Lecția celor 4 principii” (8-10 min): Facilitatorul citește/explică partea teoretică, pe baza PowerPoint-ului sau a fișei distribuite. Poți împărți textul în **4 secțiuni**, câte una pentru fiecare principiu, și după fiecare opri pentru scurte discuții sau întrebări.

3. Discuție ghidată – Aplicare practică (3-5 min):

Întrebări de tip:

- Cum se aplică aceste principii în școală?
- Când ați simțit că vocea voastră a fost (sau nu a fost) ascultată?
- Ce înseamnă „interesul superior al copilului” în viața reală

4. Exercițiu final: „Povestea celor 4 principii” (10 min)

- Participanții sunt împărțiți în 2 echipe.
- Fiecare primește un principiu + o situație concretă (reală sau fictivă).
- Ei creează o poveste scurtă (2–3 min) care să ilustreze cum acel principiu se aplică.

La final, echipele își prezintă poveștile, iar clasa identifică principiul ilustrat.

6. Denumirea activității: Exercițiu interactiv: „Drepturile copilului – Culoarea dreptății”**Scop:** Să familiarizeze tinerii cu lista completă a drepturilor copilului și să înțeleagă cum acestea se grupează tematic (educație, sănătate, exprimare, protecție, identitate).**Vârsta recomandată :** 12+**Necesar de spațiu:** Spațiu închis, cu mese sau colțuri de lucru pe grupe**Durată:** 20–30 minute**Instrumente:**

- Bilețele individuale cu cele 54 de drepturi (unul per bilet)
- Cartoane/afișe colorate cu categoriile tematice (culori corespunzătoare)
- Tabel sau fișă de categorisare (opțional)
- PowerPoint cu lista completă a drepturilor (grupate sau negrupate)

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

1. *Copilul este orice persoană cu vârsta sub 18 ani.*
2. *Toți copiii au aceste drepturi, indiferent de cine sunt, unde trăiesc, ce limbă vorbesc, ce gândesc, cum arată, dacă sunt băieți sau fete, dacă suferă de o dizabilitate, dacă sunt bogați sau săraci și indiferent de cine sunt sau ce credințe au părinții sau familiile lor.*
3. *Când adulții iau decizii, aceștia trebuie să se gândească la modul în care acele decizii vor afecta copiii. Toți adulții trebuie să facă ce este mai bine pentru copii. Guvernele trebuie să susțină protecția și îngrijirea copiilor de către părinți sau, atunci când este necesar, de către alte persoane. Guvernele trebuie să vegheze ca oamenii și instituțiile care răspund de protecția și îngrijirea copiilor să își îndeplinească îndatoririle așa cum trebuie.*
4. *Guvernele trebuie să facă tot ce le stă în putere pentru ca toți copiii din țările lor să se bucure de drepturile recunoscute prin această Convenție.*
5. *Guvernele trebuie să lase familiile și comunitățile să își îndrume copiii astfel încât, pe măsură ce se dezvoltă, aceștia să învețe să își exercite drepturile cât se poate de bine. Cu cât copiii sunt mai mari, cu atât vor avea nevoie de mai puțină îndrumare.*
6. *Fiecare copil are dreptul la viață și la supraviețuire. Guvernele trebuie să asigure condițiile în care copiii să se poată dezvolta în cel mai bun mod.*

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313**

7. *Nume și cetățenie - Copiii sunt înregistrați la naștere și primesc un nume recunoscut de stat. Copiii trebuie să aibă o naționalitate (să aparțină unei țări). În măsura posibilului, copiii au dreptul de a-și cunoaște părinții și de a fi îngrijiți de aceștia.*
8. *Protecția identității - Copiii au dreptul la propria identitate – o dovadă oficială care arată cine sunt, inclusiv naționalitatea, numele și relațiile de rudenie. Nimeni nu ar trebui să încalce acest drept al copilului la identitate, dar dacă acest fapt se întâmplă, guvernele trebuie să ajute copiii și să asigure asistența necesară pentru ca identitatea acestora să fie restabilită.*
9. *Copiii nu trebuie să fie separați de părinții lor, cu excepția cazului în care copiii nu sunt îngrijiți corespunzător, de exemplu, dacă un părinte îi face rău copilului sau îl neglijează. Copiii ai căror părinți locuiesc separat trebuie să păstreze legătura cu ambii părinți, cu excepția cazului în care contactul cu părinții ar dăuna copiilor.*
10. *Dacă un copil locuiește în altă țară decât cea în care locuiesc părinții săi, guvernele trebuie să permită copilului și părinților să călătorească, astfel încât familia să poată menține legătura și să fie împreună.*
11. *Guvernele trebuie să împiedice scoaterea din țară a copiilor în condiții ilegale, cum ar fi răpirea de către o persoană sau sechestrarea în altă țară de către un părinte, în condițiile în care celălalt părinte nu este de acord.*
12. *Copiii au dreptul de a-și exprima liber opinia asupra oricărei probleme care îi privește. Adulții ar trebui să îi asculte pe copii și țină cont de părerile acestora.*
13. *Copiii au dreptul de a se exprima liber și de a primi și comunica informații despre ceea ce învață, gândesc sau simt, în formă orală, scrisă, tipărită sau artistică ori prin orice alte mijloace, cu excepția cazului în care prin aceasta încalcă drepturile altor persoane.*
14. *Copiii au dreptul la propriile gânduri, opinii și la alegerea unei religii, dar prin acesta nu trebuie să îngreudească dreptul altora de a se bucura de drepturile lor. Părinții pot să îndrume copiii astfel încât, pe măsură ce cresc, să învețe să își exercite acest drept în mod corespunzător.*
15. *Copiii au dreptul de a se asocia sau de a înființa grupuri sau organizații și au dreptul de a se întruni cu copii, atât timp cât prin aceasta nu pun în pericol drepturile altora.*
16. *Fiecare copil are dreptul la viață privată. Legea trebuie să protejeze viața privată, familia, domiciliul, corespondența și reputația copilului împotriva oricăror atacuri.*
17. *Copiii au dreptul la informare prin Internet, radio, televiziune, ziare, cărți și alte surse. Adulții au datoria de a se asigura că informațiile la care au acces copiii nu sunt dăunătoare. Statele trebuie să încurajeze media să difuzeze informații din cât mai multe surse, în limbi pe care copiii le pot înțelege.*
18. *Părinții sunt principalele persoane responsabile pentru creșterea copilului. Dacă un copil nu are părinți, această responsabilitate va fi preluată de un alt adult, denumit „tutore”. Părinții și tutorii trebuie întotdeauna să se gândească la ce este mai bine pentru copil. Guvernele trebuie să îi ajute pe părinți și pe tutori. Când un copil îi are pe ambii părinți, amândoi sunt responsabili pentru creșterea copilului.*

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313**

19. Guvernele trebuie să îi protejeze pe copii împotriva violenței, abuzurilor și a neglijenței din partea persoanelor care îi îngrijesc.
20. Orice copil care nu poate fi îngrijit de familia sa are dreptul să fie îngrijit corespunzător de persoane care respectă religia, cultura, limba și alte aspecte ale vieții copilului.
21. Când un copil este adoptat, cel mai important lucru este ca acest fapt să servească bunăstării sale. Dacă un copil nu poate fi îngrijit corespunzător în țara sa (locuind, de exemplu, cu altă familie decât cea naturală), acesta poate fi adoptat în altă țară.
22. Copiii care ajung din țara natală în altă țară, ca refugiați (pentru că nu sunt în siguranță acolo unde s-au născut), trebuie să primească ajutor, să fie protejați și să beneficieze de aceleași drepturi pe care le au copiii născuți în țara în care au ajuns.
23. Fiecare copil cu dizabilități trebuie să se bucure de cele mai bune condiții de viață posibile în societate. Statele trebuie să îndepărteze toate obstacolele care pot împiedica copiii cu dizabilități să devină independenți și să participe activ la viața comunității.
24. Copiii au dreptul la cea mai bună îngrijire medicală posibilă, la apă potabilă, la alimentație sănătoasă și la viață într-un mediu curat și sigur. Toți adulții și copiii trebuie să aibă acces la informații despre siguranța și sănătatea lor.
25. Fiecare copil plasat în afara familiei (pentru îngrijire, protecție sau însănătoșire) are dreptul la verificarea și reevaluarea periodică a situației sale pentru a se constata dacă totul este în regulă și dacă locul unde se află continuă să fie cel mai bun pentru el.
26. Guvernele trebuie să acorde bani sau alte forme de sprijin pentru a ajuta copiii din familii vulnerabile.
27. Copiii au dreptul la alimente, îmbrăcăminte și un loc sigur în care să locuiască, astfel încât să se poată dezvolta în cel mai bun mod posibil. Statul trebuie să ajute familiile și copiii care nu își pot permite aceste condiții.
28. Fiecare copil are dreptul la educație. Învățământul primar trebuie să fie gratuit. Studiile gimnaziale, liceale, vocaționale și cele universitare trebuie să fie accesibile fiecărui copil. Copiii trebuie încurajați să urmeze școala până la cel mai înalt nivel posibil. Măsurile de disciplină în școli trebuie să respecte drepturile copiilor și niciodată să nu fie violente.
29. Educația copiilor trebuie să îi ajute să își dezvolte pe deplin personalitatea, talentele și abilitățile. Trebuie să îi ajute să își înțeleagă propriile drepturi și să respecte drepturile, cultura și aspectele diferite ale celorlalți oameni. Trebuie să îi ajute să trăiască în pace și să protejeze mediul înconjurător.
30. Copiii au dreptul de a își folosi propria limbă, cultură și religie, chiar dacă acestea sunt minoritare în țara în care trăiesc.
31. Oricare copil are dreptul la odihnă și la timp liber și să participe în activități culturale și artistice.

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313**

32. *Fiecare copil are dreptul să fie protejat de orice formă de muncă periculoasă sau care ar putea dăuna educației, sănătății sau dezvoltării sale. În cazul în care copiii muncesc, aceștia au dreptul la protecție și la plată corectă /cinstită / rezonabilă.*
33. *Guvernele trebuie să protejeze copiii împotriva consumului, producerii, transportului sau traficului de droguri.*
34. *Guvernele trebuie să protejeze copiii împotriva exploatării și abuzului sexual inclusiv împotriva persoanelor care constrâng copii să întrețină relații sexuale contra unor sume de bani sau care constrâng copiii să se fotografieze sau filmeze în ipostaze intime.*
35. *Guvernele trebuie să ia toate măsurile posibile pentru a preveni răpirea, traficul sau transportarea copiilor în alte țări sau locuri în scopul exploatării.*
36. *Copiii au dreptul la protecție contra oricăror forme de exploatare, chiar dacă acestea nu sunt explicit menționate în această Convenție.*
37. *Copiii acuzați de încălcarea legii nu trebuie să fie uciși, supuși torturii, tratamentelor sau pedepselor crude și nu trebuie condamnați pe viață sau încarcerați împreună cu adulții. Pedepsa cu închisoarea trebuie să fie ultima opțiune și doar pe cea mai scurtă durată posibilă. Copiii privați de libertate trebuie să beneficieze de asistență juridică și să poată păstra legătura cu familia.*
38. *Copiii au dreptul să fie protejați pe timp de război. Guvernele au datoria de a oferi protecție specială copiilor afectați de război. Niciun copil sub 15 ani nu poate să fie înrolat în armată și nici să participe în război.*
39. *Copiii victime ale abuzului, maltratării, neglijării, exploatării ori unui conflict armat au dreptul să primească asistență care să le permită recuperarea fizică și psihologică.*
40. *Copiii acuzați de încălcarea legii au dreptul la asistență juridică și la a fi tratați echitabil. Trebuie să existe soluții pentru a-i ajuta pe acești copii să devină membri buni ai societății. Pedepsa cu închisoarea trebuie să fie ultima soluție.*
41. *În cazul în care legile unei țări protejează drepturile copiilor la un nivel superior față de această Convenție, atunci se vor aplica acele legi.*
42. *Guvernele trebuie să facă larg cunoscute copiilor și adulților prevederile acestei Convenții, astfel încât toată lumea să fie informată cu privire la drepturile copiilor.*
43. – 54. *Aceste articole explică modul în care statele, Organizația Națiunilor Unite – inclusiv Comitetul pentru drepturile copiilor și UNICEF – și alte organizații depun eforturi pentru a se asigura că toți copiii se bucură de toate drepturile pe care le au.*

Desfășurare activitate:**1. Introducere (5 min):**

- Facilitatorul proiectează un slide cu **titlul:**
„Convenția ONU : Cele 54 de drepturi fundamentale ale copilului”
- Se explică faptul că drepturile copilului acoperă mai multe domenii din viața lor.

2. Activitate practică – „Dreptul meu are culoare!” (15-20 min):

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Participanții extrag aleatoriu 1–2 bilețele fiecare cu câte un drept. Apoi, trebuie să îl **lipească / așeze / asocieze** cu una dintre următoarele categorii:

- **Educație**
- **Sănătate**
- **Protecție**
- **Exprimare și opinie**
- **Identitate & familie**

Pot lucra individual sau în echipe mici, iar fiecare alegere este urmată de o scurtă justificare: „Am pus *dreptul la acces la informație* la exprimare pentru că...”

3. Discuție de reflecție (5 min):

Facilitatorul poate pune întrebări ca:

- Ați descoperit vreun drept despre care nu știați?
- Vi s-a părut greu să alegeți o categorie? De ce?
- Unele drepturi se potrivesc la mai multe categorii?

Poți încheia cu un slide de tip concluzie:

„Toate drepturile sunt interconectate și la fel de importante. Fiecare copil are nevoie de toate pentru a se dezvolta armonios.”

7. Denumirea activității: *Rolul Tinerilor în Promovarea Drepturilor Copilului*

Scop: Să conștientizeze importanța implicării tinerilor în protejarea și promovarea drepturilor copilului și să încurajeze tinerii să devină actori activi în comunitatea lor pentru promovarea respectului față de drepturile fundamentale ale copilului.

Vârsta recomandată pentru participanți: 12+

Necesar de spațiu (spațiu închis sau deschis, mai mic sau mai mare): Spațiu închis, mediu, care să permită gruparea participanților în cercuri mici și discuții de grup.

Durată: 15-20 minute

Instrumente:

- Cartonașe cu scenarii de implicare a tinerilor (ex: „Ești un tânăr implicat într-un consiliu al elevilor”, „Ești un tânăr care vrea să protejeze un coleg de hărțuire”)
- Flipchart sau tablă pentru notarea ideilor
- Markere pentru gruparea ideilor

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

Într-o societate în care vocea tinerilor devine tot mai prezentă în spațiul public, implicarea acestora în promovarea drepturilor copilului capătă o valoare profundă. Tinerii nu mai pot fi văzuți doar ca beneficiari ai acestor drepturi, ci ca participanți activi la apărarea și consolidarea lor. Ei pot deveni aliați de nădejde în construirea unei culturi a respectului față de copilărie, iar implicarea lor poate influența comunitățile în mod direct și pozitiv.

*Pentru ca acest rol să fie asumat cu responsabilitate, tinerii trebuie să fie, mai întâi de toate, **informați**. Cunoașterea drepturilor copilului, a contextului în care acestea au fost recunoscute și a*

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

modului în care sunt aplicate în practică este esențială. Educația pentru drepturile copilului, oferită în școală sau prin activități extra curriculare, le oferă tinerilor instrumentele necesare pentru a înțelege complexitatea acestor teme și pentru a putea acționa cu încredere atunci când observă încălcări ale drepturilor.

Un alt pas important este **identificarea instituțiilor statului care au responsabilitatea de a proteja drepturile copilului**. În România, acest rol este asumat de mai multe structuri ale administrației publice. **Autoritatea Națională pentru Protecția Drepturilor Copilului și Adopție (ANPDCA)** are misiunea de a coordona politicile publice în domeniul protecției copilului la nivel național. Aceasta elaborează strategii, reglementări și standarde pentru asigurarea bunăstării copiilor.

La nivel local, funcționează **Direcțiile Generale de Asistență Socială și Protecția Copilului (DGASPC)**, instituții aflate în subordinea consiliilor județene sau ale sectoarelor din București. Aceste direcții au rolul de a interveni direct în cazurile de abuz, neglijență, abandon sau orice altă situație care pune în pericol siguranța și dezvoltarea copilului. Tot DGASPC-urile se ocupă de măsurile de protecție specială, cum ar fi plasamentul, asistența maternală, centrele rezidențiale sau consilierea familiilor aflate în dificultate.

De asemenea, **Avocatul Poporului**, prin instituția **Avocatului Copilului**, are competența de a primi și analiza plângeri legate de încălcarea drepturilor copilului. Această instituție are rolul de a veghea asupra respectării drepturilor fundamentale, intervenind în cazuri punctuale sau propunând modificări legislative atunci când este cazul.

Cunoscând aceste structuri și atribuțiile lor, tinerii pot deveni mai mult decât observatori – pot fi **mesageri, parteneri și chiar apărători ai drepturilor copilului**. Prin participarea la consultări publice, prin implicarea în consiliile elevilor, în proiecte civice sau în activități de educație non formală, tinerii pot aduce în atenția autorităților nevoile reale ale copiilor și pot contribui la soluționarea problemelor cu care aceștia se confruntă.

Mai mult decât atât, tinerii pot fi **ambasadori ai drepturilor copilului** în propriile comunități. Această misiune nu necesită o titulatură oficială, ci un angajament moral. A fi ambasador înseamnă a lua atitudine atunci când un coleg este hărțuit, a încuraja un prieten să vorbească atunci când se simte nedreptățit, a participa la dezbateri despre educație, siguranță, sănătate sau mediu, a promova online mesaje pozitive și informative despre drepturile copilului. Este o formă de implicare activă care transformă simpla cunoaștere în acțiune.

Într-o lume care are nevoie de echilibru și solidaritate, tinerii pot deveni liderii unei schimbări reale. Ei pot construi punți între generații, între instituții și comunități, între realitate și ideal. În mâinile lor stă nu doar energia unui viitor mai bun, ci și capacitatea de a modela prezentul – cu empatie, curaj și respect pentru drepturile fiecărui copil.

Desfășurare activitate:

1. Introducere (5 minute):

Facilitatorul explică rolul tinerilor în promovarea drepturilor copilului și importanța

cunoașterii acestora. Se discută despre drepturile fundamentale ale copilului și cum tinerii pot influența schimbarea în comunitățile lor.

2. **Împărțirea participanților în grupuri mici (2 minute):**

Participanții sunt împărțiți în grupuri mici de 3-5 persoane. Fiecare grup primește un cartonaș cu un scenariu în care un tânăr poate promova drepturile copilului (exemplu: „Ești un tânăr activ într-un proiect civic-social, ce acțiuni ai întreprinde pentru promovarea drepturilor copilului?”).

3. **Discuție de grup (7-10 minute):**

Fiecare grup discută despre modalitățile prin care ar putea acționa pentru promovarea drepturilor copilului în scenariul primit. Participanții își scriu ideile pe flipchart sau pe o foaie mare de hârtie.

4. **Prezentarea ideilor (5-7 minute):**

Fiecare grup prezintă soluțiile și ideile la care au ajuns. Facilitatorul grupează ideile pe teme (educație, protecție, sănătate, exprimare) și le discută cu toți participanții.

5. **Discuție finală (3-5 minute):**

Facilitatorul încurajează o discuție despre importanța implicării tinerilor în promovarea drepturilor copilului. Se pune accent pe faptul că tinerii pot fi ambasadori ai drepturilor în comunitățile lor și că fiecare acțiune contează pentru construirea unei societăți mai echitabile.

8. Denumirea activității: **Apărarea Drepturilor Copilului și Acțiuni în Caz de Încălcare**

Scop: Să încurajeze tinerii să devină conștienți de drepturile lor și ale celor din jur, să cunoască mecanismele de protecție existente și să știe cum să acționeze atunci când drepturile copilului sunt încălcate.

Vârsta recomandată pentru participanți: 12+

Necesar de spațiu (spațiu închis sau deschis, mai mic sau mai mare): Spațiu închis, suficient de mare pentru a permite grupuri mici pentru discuții și prezentări.

Durată: 25-30 minute

Instrumente:

- Flipchart sau tablă pentru notarea ideilor
- Cartonașe cu întrebări sau situații de încălcare a drepturilor copilului
- Markere

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

Drepturile copilului nu sunt doar principii scrise în documente internaționale sau legi naționale – ele reprezintă promisiunea unei lumi în care fiecare copil este tratat cu demnitate, protejat, ascultat și sprijinit să se dezvolte în siguranță. Dar, din păcate, realitatea nu este întotdeauna ideală. În unele situații, aceste drepturi pot fi ignorate, încălcate sau puse în pericol. În fața unor astfel de

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

situații, este esențial ca tinerii să știe nu doar că au drepturi, ci și **ce pot face atunci când acestea sunt încălcate**, pentru ei sau pentru alți copii.

În România, există mai multe **mecanisme prin care încălcările drepturilor copilului pot fi semnalate și investigate**. În primul rând, este important ca orice copil sau tânăr să știe că **nu este niciodată singur** și că statul a creat instituții care au obligația de a-l proteja.

Una dintre cele mai importante structuri este **Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului (DGASPC)**, care există în fiecare județ și în fiecare sector al Capitalei. Această instituție intervine în cazurile de abuz, neglijență, abandon sau exploatare, dar și atunci când un copil trăiește într-un mediu care nu îi asigură siguranța, dezvoltarea sau accesul la educație și sănătate. Orice persoană – copil, adult, profesor, vecin sau coleg – poate sesiza DGASPC atunci când observă o situație care afectează grav un copil. Sesizarea poate fi făcută în scris, telefonic sau chiar verbal, direct la sediu.

Un alt canal important este **Telefonul Copilului 119**, un serviciu național gratuit, care funcționează non-stop. Apelurile pot fi făcute de copii, părinți, profesori sau oricine observă o situație gravă. Operatorii preiau sesizările, oferă sprijin emoțional și direcționează cazul către autoritățile competente. Acest număr este esențial, mai ales în cazuri urgente, când copilul se află în pericol imediat.

De asemenea, orice copil care consideră că drepturile sale au fost încălcate de o instituție a statului sau de un adult care ar trebui să îl protejeze, se poate adresa **Avocatului Poporului – Avocatul Copilului**, o instituție care primește plângeri și petiții. Plângerea poate fi scrisă chiar de către copil, într-un limbaj simplu, fără a fi necesară prezența unui adult. Această instituție are rolul de a investiga situația și de a propune măsuri de corectare.

Școala are, de asemenea, un rol esențial. Consilierii școlari, diriginții, profesorii sau directorii pot fi primele persoane la care un copil poate apela. Aceștia au obligația legală și morală de a lua în serios orice semnal de abuz sau încălcare a drepturilor și de a informa autoritățile competente. De aceea, este important ca tinerii să știe că nu trebuie să tacă atunci când sunt martorii unei nedreptăți.

În plus, mulți copii aleg să vorbească despre ceea ce li se întâmplă în cercul apropiat – prieteni, colegi, frați. Din acest motiv, **rolul tinerilor ca susținători și „ Purtători de semnal” este vital**. Uneori, un simplu „Spune-le celor mari ce s-a întâmplat, te pot ajuta” sau „Hai să mergem împreună la un adult de încredere” poate fi începutul unei salvări. Raportarea unei încălcări nu înseamnă „pără” sau trădare – înseamnă **curaj, empatie și responsabilitate**. Înseamnă a lua atitudine atunci când cineva este în pericol, chiar dacă acel „cineva” nu are voce sau forță să ceară ajutor.

Astfel, apărarea drepturilor copilului nu este doar responsabilitatea unor instituții sau profesioniști. Este o misiune comună, în care tinerii pot fi actori activi. Fie că e vorba de sesizarea unui abuz, de oferirea sprijinului emoțional unui coleg sau de promovarea mesajelor corecte în

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

mediul online, fiecare acțiune contează. O voce care spune „nu e în regulă ce i se întâmplă” poate deveni scânteia unei schimbări reale.

Desfășurare activitate:**1. Introducere (5 minute):**

Facilitatorul explică importanța drepturilor copilului și cum, din păcate, acestea pot fi încălcate. Se discută despre instituțiile responsabile de protejarea drepturilor copilului în România (DGASPC, Telefonul Copilului 119, Avocatul Copilului etc.), precum și despre rolul tinerilor în apărarea acestor drepturi.

2. Împărțirea participanților în grupuri mici (2 minute):

Participanții sunt împărțiți în grupuri de 3-4 persoane. Fiecare grup primește cartonașe cu diverse scenarii de încălcare a drepturilor copilului (ex: „Un coleg este hărțuit la școală”, „Un copil nu are acces la educație din cauza lipsei de resurse” etc.).

3. Discuție de grup (8-10 minute):

Fiecare grup analizează scenariile și discută despre ce ar trebui să facă în acea situație, care sunt pașii corecți de urmat, ce instituții pot fi implicate și ce măsuri pot lua pentru a ajuta copilul respectiv. Participanții notează soluțiile și ideile pe flipchart sau pe foaie.

4. Prezentarea ideilor (5-7 minute):

Fiecare grup prezintă soluțiile propuse pentru fiecare scenariu. Facilitatorul adună ideile și le structurează pe categorii (ex: măsuri imediate, instituții implicate, rolul tinerilor ca susținători).

5. Discuție finală (5-7 minute):

Facilitatorul sintetizează ideile prezentate și subliniază faptul că tinerii pot avea un rol activ în protejarea drepturilor copilului. Se discută despre importanța de a raporta abuzurile și de a sprijini colegii sau prietenii care sunt victime ale încălcării drepturilor. Se încurajează responsabilitatea și empatia în rândul participanților.

9. Denumirea activității: Jocul Drepturilor

Scop: Să identificați corect drepturile copilului încălcate în studiile de caz, să propuneți soluții realiste și să creați o mini-campanie de conștientizare.

Vârsta recomandată pentru participanți: 12+

Necesar de spațiu (spațiu închis sau deschis, mai mic sau mai mare): Spațiu închis, suficient de mare pentru a permite echipe mici și prezentări.

Durată: 30-40 minute (în funcție de numărul echipelor și timpul de prezentare)

Instrumente:

- Bilețele cu studii de caz
- Markere și flipchart pentru notițe
- Materiale pentru creații vizuale (afișe, cartonașe, etc.)

Desfășurare activitate:

1. Introducere (5 minute):

Facilitatorul explică regulile jocului și scopul său. Se subliniază importanța identificării drepturilor încălcate și crearea unei campanii de conștientizare. Se explică și modalitatea de acordare a punctelor, dacă este cazul, și importanța fair-play-ului.

2. Formarea echipelor și distribuirea studiilor de caz (2 minute):

Participanții sunt împărțiți în echipe de câte 2 persoane. Fiecare echipă extrage un bilețel cu un studiu de caz, care conține o situație în care drepturile copilului sunt încălcate.

3. Timp de lucru în echipe (15-20 minute):

Fiecare echipă citește studiul de caz și răspunde la cele trei întrebări esențiale:

- Ce drept al copilului este încălcat?
- Ce soluții propuneți pentru rezolvarea situației?
- Cum ați crea o campanie online de conștientizare despre acest caz?

Echipele trebuie să pregătească o prezentare scurtă (3-4 minute) în care să prezinte răspunsurile lor și să propună o idee creativă de postare: slogan, afiș, videoclip, meme etc.

4. Prezentarea echipelor (15-20 minute):

Fiecare echipă are la dispoziție 4 minute pentru a-și prezenta răspunsurile și ideile creative. Se încurajează creativitatea, iar participanții pot folosi desene, mimă, afișe, chiar și cântece, dacă doresc.

5. Evaluarea și punctarea (5 minute - opțional):

Facilitatorul acordă puncte pentru fiecare categorie:

- +1 punct – răspuns corect privind dreptul încălcat
- +1 punct – soluții realiste și argumentate
- +1 punct – campanie originală și bine gândită
- +1 punct – colaborare și implicare din partea ambilor membri
- +1 punct bonus – pentru cea mai creativă idee

Se discută pe scurt despre fiecare prezentare și se acordă punctele corespunzătoare.

6. Concluzii și încheiere (5 minute):

Facilitatorul încheie activitatea subliniind importanța fiecărui pas parcurs și cum, prin jocuri de acest tip, tinerii pot deveni mai conștienți de drepturile lor și mai implicați în promovarea acestora. Se încurajează tinerii să aplice în viața de zi cu zi lecțiile învățate în cadrul activității.

1. Capitol

2. Modul: Hărțuirea

Nr. Crt.	Obiective de referință	Conținut de bază	Metode de instruire	Instrumente educaționale, materiale didactice	Criterii de evaluare
1	2	3	4	5	6
2. Hărțuirea (durată: 3 ore)					
1.	La finalul modulului, participanții vor putea: Înțelege conceptul de bullying. Dezvolta abilități de prevenire și intervenție în situații de bullying. Dezvoltare personală: îmbunătățirea încrederii în sine și a capacității de a spune „nu” în situații de bullying. Creșterea acceptării reciproce (empatie).	Conținut teoretic: Definiția bullying-ului. Exercițiu de auto-reflecție: Cum ne protejăm pe noi înșine? Am fost agresori în viața noastră?	Prezentări interactive Discuții de grup Lucru în echipă Jocuri de rol Dezvoltare personală: exerciții pentru creșterea încrederii în sine, conștientizării de sine și a capacității de a interveni în cazuri de bullying Exercițiu de grup: discuție despre cum putem fi mai rezilienți în fața bullying-ului	În sală: laptop, conexiune la internet, tablă magnetică SAU Online: laptop, conexiune la internet, microfon, cameră web, prezentare PowerPoint, tablă albă online, flipchart Alte instrumente: hârtie A4, post-it-uri, cutie cu oglindă	Capacitatea de a formula principii în discuții de grup cu colegii Feedback continuu bazat pe jocuri de rol

1. Titlul activității: Violența în viața mea – brainstorming

Scop: Clarificarea fenomenului de bullying, dezvoltarea toleranței și a simțului responsabilității

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Vârsta recomandată a participanților: 15+**Spațiu necesar (interior sau exterior, mic sau mare):** spațiu interior**Durată:** 15 minute**Instrumente:** hârtie pentru flipchart, tablă flipchart, markere, pixuri**Descrierea activității:** Participanții colectează idei legate de cuvântul „violență” și oferă exemple de acte violente din viața de zi cu zi.**Noțiuni teoretice de bază pentru formare:**

Bullying-ul școlar are loc atunci când un elev este supus în mod repetat și pe o perioadă îndelungată unor acțiuni negative din partea unuia sau mai multor colegi.

Vorbim despre bullying școlar (între egali) atunci când sunt îndeplinite următoarele condiții:

- Acțiunile se desfășoară în cadrul unui grup de egali
- Bullying-ul are ca scop provocarea unui prejudiciu fizic sau psihologic
- Există un dezechilibru de putere — victima nu se poate apăra în situația respectivă
- Comportamentul dăunător este repetat în timp

2. Titlul activității: Profilare**Scop:** Clarificarea teoriei și conceptelor, implicare, recunoașterea posibilelor prejudecăți**Vârsta recomandată a participanților:** 15+**Spațiu necesar:** spațiu interior**Durată:** 60 minute**Instrumente:** hârtie pentru flipchart, marker, hârtie A4**Descrierea activității:**

1. Etapa: Participanții sunt împărțiți în trei grupuri. Fiecare grup are un rol: agresor, victimă sau martor. Grupurile scriu și discută despre rolurile lor în termeni de:

- Cum arată martorul / victima / agresorul (fiecare grup doar despre rolul propriu)
- Care sunt caracteristicile lor
- Ce emoții îmi provoacă
- Care sunt punctele forte ale acestor roluri

2. Etapa: Lucru pe temă folosind metoda dramatică: două până la trei persoane joacă o scenetă despre un incident (poate fi pregătită dinainte)

Context introductiv (facilitator): Se discută situațiile 1–3, analizând impactul și consecințele, apoi se reflectează asupra jocului de rol, pe baza întrebării dacă participanții consideră că a fost vorba de hărțuire sau violență. Cum ar fi putut fi diferit?

Clarificarea teoriei și conceptelor – actorii hărțuirii:**• victime**

O victimă tipică este cineva cu stimă de sine scăzută, timid și retras. Are abilități sociale mai slabe

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313**

decât media, puțini prieteni (adesea deloc) și este nepopular(ă). Are o percepție mai slabă decât realitatea asupra statutului social și atractivității personale. Dacă este băiat, este fizic mai slab decât ceilalți. Dacă agresorul are deja multă putere în comunitate și lansează un atac deliberat și calculat, chiar și un elev intern stabil și într-o poziție socială relativ bună va avea dificultăți mari să se apere. În rândul victimelor, un grup special îl reprezintă elevii care uneori devin ei înșiși agresori; în literatura de specialitate sunt denumiți „victime-agresori”.

- **agresori**

Agresorii sunt adesea impulsivi și au un autocontrol mai scăzut decât media, dar pot fi și bine integrați social și inteligenți social. Una dintre cele mai importante caracteristici comune ale agresorilor este că sunt persoane care valorizează puterea socială. Asta înseamnă nu doar că au o dorință de putere, ci și că consideră că urmărirea puterii este „normală”, adică o normă socială validă.

- **martori**

Ei sunt cei care ar putea opri agresorul. Pot fi distinse mai multe roluri, în funcție de atitudinea lor față de violență și eveniment, față de agresor și victimă, și de capacitatea lor de a acționa. Agresorul are adesea „complici”, care, deși nu încep agresiunea, sunt activ implicați. Susținătorii pasivi ai agresorului aprobă ce se întâmplă, dar nu participă activ. Martorul pasiv nu ia nicio poziție („Nu e treaba mea.”) Atitudinea apărătorului victimei este clară: condamnă agresiunea, iar frica nu îl împiedică să intervină în ajutorul victimei într-un fel. Totuși, unii elevi sunt mai ezitanți. Protectorul pasiv simpatizează cu victima, dezaprobă agresiunea, dar nu acționează.

3. Titlul activității: Agresor solitar / atac armat în școală

Scop: Creșterea gradului de conștientizare cu privire la un nou tip de bullying în școli

Vârsta recomandată a participanților: 20+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 30 minute

Instrumente: proiector, laptop, boxe

Descrierea activității: După vizionarea scurtmetrajului *Evan*, se desfășoară o prezentare interactivă.

<https://www.youtube.com/watch?v=A8syQeFtBKc&t=3s>

Clarificarea teoriei și conceptelor:

După vizionarea filmului, se folosesc întrebări de reflecție pentru a ajuta la recunoașterea semnalelor care pot reduce probabilitatea unui atac armat în școală:

La prima vizionare:

Ce am văzut în film? Care este povestea?

La a doua vizionare, opriți filmul în momente cheie (exemple:

- copilul este abordat și își pune căștile,
- copilul cu căști vizionează o scenă cu arme pe laptop, în timp ce derulează Instagram,

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

- copilul ținând o armă și postând,
- momentul când este agresat de colegi,
- același copil, imitând profesorul, ține o armă).

Este important să subliniem că fiecare dintre aceste momente este precedat de un semnal similar.

Se pot distinge următoarele categorii de evaluare a riscului:

Amenințare imediată: Zile/ore până la comiterea faptei

Amenințare iminentă: Câteva săptămâni până la comiterea faptei

Amenințare pe termen lung: Luni/ani până la comiterea faptei

Categorii de indicatori de mobilizare:

1.Categorie: semnale puternice în sine, care necesită intervenție oficială. Exemple: voință exprimată, declarație de sacrificiu, agresiune, realizarea și testarea de explozibili, repetiție/simulare a unui atac, achiziționarea de armament neobișnuit (ex: vestă antiglonț)

2.Semnale moderate în sine: este necesară prezența mai multor indicatori pentru a constitui un semnal, dar necesită o atenție sporită. Reprezintă o amenințare iminentă sau pe termen lung. Exemple: supravegherea unor posibile ținte, crearea sau editarea de videoclipuri violente, imagini, mesaje, contact direct cu extremiști relevanți, manifestări violente sau alte comportamente care duc la respingerea din partea comunității.

3.Semnale slabe în sine: mai mulți alți indicatori trebuie să apară simultan. Amenințare imediată sau pe termen lung. Exemple: renunțarea la obiecte personale, dezumanizarea majorității comunității, schimbări în vocabular, aspect, stil de vorbire, comportament, care pot fi asociate cu gândirea violentă/extremistă.

4. Titlul activității: Creează o lume mai bună!

Scop: Să găsim modalități de combatere a bullying-ului în școli, exercițiul final

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 30 minute

Instrumente: tablă flipchart, hârtie flipchart, pixuri, post-it

Descrierea activității: Participanții au ocazia să facă o minune. Au ocazia să deseneze un glob mare al Pământului. Fiecare se gândește la bullying (fie că e în școală, online, sub orice formă). Se gândește cum ar schimba asta, apoi scrie pe un post-it, pe rând le așază pe Pământ și își exprimă gândurile despre el. Împreună, creează o lume fără abuz.

Oportunități de reflecție / cadru de reflecție: Poate fi introdus conceptul și clarificarea prevenției.

Un gând pentru următoarele trei jocuri: acum creăm o lume mai bună. Credem că dacă dezvoltăm încrederea în sine, capacitatea de a spune nu și empatia, bullying-ul va scădea.

Clarificarea teoriei și conceptelor: *Consecința nevoilor neîndeplinite este hărțuirea. Cum poate fi prevenită hărțuirea?*

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Prevenția – cunoscută și sub numele de anticipare – urmărește să oprească problemele înainte să înceapă sau cel puțin să reducă șansa ca ele să apară. Prevenția poate fi primară – acționează înainte să apară problema, secundară – vizează detectarea timpurie și intervenția, sau terțiară – vizează reducerea consecințelor negative.

Accentul sesiunii este pe prevenția primară, care urmărește să prevină bullying-ul înainte să înceapă. În acest scop, ne concentrăm pe dezvoltarea unor abilități precum încrederea în sine, capacitatea de a spune nu și empatia. Aceste competențe sunt esențiale pentru construirea de relații sănătoase între egali și crearea de comunități sigure, în care există acceptare.

5. Titlul activității: Oglindă – oglinduită

Scop: Dezvoltarea empatiei, recunoașterea emoțiilor, joc de încălzire și reglare emoțională

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 15 minute

Instrumente: –

Descrierea activității: Participanții se așază în perechi, față în față. O persoană este „vorbitorul”, iar cealaltă este „oglanda”. Vorbitorul trebuie să împărtășească ceva personal sau provocator prin care trece, iar oglinda trebuie să asculte cu atenție și să încerce să reflecte nonverbal emoțiile vorbitorului prin expresii faciale și limbaj corporal. Oglinda nu trebuie să ofere sfaturi sau soluții, ci doar să încerce să înțeleagă și să reflecte sentimentele vorbitorului. După câteva minute, rolurile se inversează.

Oportunități de reflecție / cadru de reflecție: Procesare în grup mare. Cum ne-am simțit în rolul de vorbitor, având pe cineva care ne-a ascultat și ne-a validat emoțiile? Cum a fost să fim oglindă și să intrăm în pielea celuilalt? Cum a fost să mentalizăm persoana din fața noastră?

6. Titlul activității: Trage linia – Spune nu!

Scop: Exersarea exprimării refuzului, trasarea limitelor

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 15 minute

Instrumente: –

Descrierea activității:

Pasul 1: Membrii grupului își aleg câte un partener, de preferință pe cineva pe care nu-l cunosc foarte bine. Discută cine va fi paznicul graniței și cine va fi cel care se apropie de graniță. Cei doi pornesc de la o distanță de aproximativ un metru și jumătate – doi metri. Paznicul graniței alege mental o distanță care este confortabilă pentru el, aici și acum. Cel care se apropie încearcă să simtă unde se află această limită. Dacă paznicul simte că celălalt nu percepe corect limita (se oprește prea aproape sau prea departe), își poate schimba

semnalele metacomunicative pentru a indica ce are nevoie. Dacă se poate stabili o distanță optimă, se face schimb de roluri.

Pasul 2: Se alege alt partener. Din nou se definesc limitele mental, dar de această dată ignorând limita reală sau percepută a celuilalt.

Oportunități de reflecție / cadru de reflecție: Cum a fost să fii la limită? A fost ușor de perceput limita celuilalt? Ce a fost? Cum a fost să ignori limita celuilalt? Cum a fost să simți că celălalt nu respectă limitele tale? Cum a fost să încalci o limită?

7. Titlul activității: Interceptarea

Scop: Dezvoltarea capacității de a interveni atunci când asistăm la o situație de bullying

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 20 minute

Instrumente: –

Descrierea activității: Participanții sunt invitați să joace roluri. În fiecare scenetă există un agresor, o victimă și cel puțin un martor. După ce sceneta este interpretată, facilitatoarea oprește jocul și întreabă martorii dacă pot interveni și cum. Participanții pot interveni în scenetă și o pot rescrie astfel încât să devină mai favorabilă pentru victimă. Fiecare scenetă este urmată de o scurtă reflecție în grup.

Oportunități de reflecție / cadru de reflecție: Cum a fost să intervii? Ce ai simțit ca martor? Ce ai fi avut nevoie pentru a interveni? A fost greu să iei partea victimei? Ce ai învățat despre tine?

8. Titlul activității: Acceptă – Respinge

Scop: Joc de încălzire pentru a intra în atmosferă

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 15 minute

Instrumente: –

Descrierea activității:

Adoptare: membrii grupului încep să se plimbe prin spațiu. Există o singură regulă: toate invitațiile trebuie acceptate, nimeni nu poate fi refuzat. Folosind semnale nonverbale, invitatul și invitatul se așază într-o parte a încăperii, iar cel care a invitat spune de ce l-a ales pe celălalt. Invitatul nu comentează.

Respingere: Prim ajutor pentru cel respins: participanții se grupează în perechi după cum doresc. Un membru al perechii joacă rolul persoanei respinse, celălalt rolul celui mai bun prieten. Vorbesc timp de 5 minute, iar prietenul încearcă să îl ajute și să discute cu el despre ceea ce simte. Dacă este necesar, rolurile se inversează.

Oportunități de reflecție / cadru de reflecție: În grup mare, readucerea trăirilor și emoțiilor.

9. Titlul activității: Conflict cotidian – bullying școlar, care este diferența?

Scop: Să diferențiem conflictele normale, cotidiene de situațiile de bullying și să ajutăm la aplicarea corectă a definiției

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 20 minute

Instrumente: hârtie pentru flipchart, tablă flipchart, pixuri

Descrierea activității: Participanții sunt rugați să dea exemple de conflicte cotidiene și de abuz, iar apoi să le discute pe baza teoriei.

10. Titlul activității: Numește ceea ce sunt

Scop: Acordare, sensibilizare

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 15 minute

Instrumente: hârtie, pix

Descrierea activității: Fiecare participant scrie pe o bucată de hârtie o poreclă care nu îi place. Le rulează sub formă de bilă și le aruncă simultan într-un coș de gunoi, simbolizând că au scăpat de ele. Pe o altă bucată de hârtie, fiecare scrie numele cu care îi place sau și-ar dori să fie strigat și apoi acestea sunt citite cu voce tare.

11. Titlul activității: Puterea cuvintelor

Scop: Sensibilizare, empatie, identificarea abuzului verbal

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 20 minute

Instrumente: hârtie pentru flipchart, tablă flipchart, pix, post-it-uri, pixuri

Descrierea activității: Pe o hârtie de flipchart se desenează o siluetă de copil, pe care participanții lipesc post-it-uri cu cuvinte jignitoare, dureroase. Când silueta este complet acoperită, aceasta este făcută ghem. Apoi li se cere participanților să încerce să o netezească. Activitatea poate fi înlocuită și cu lucrul pe baza următorului scurtmetraj:

<https://www.youtube.com/watch?v=ITWsXG3N574>

12. Titlul activității: Jocul oglinzii

Scop: Consolidarea încrederii în sine și a stimei de sine

Vârsta recomandată a participanților: 7+

Spațiu necesar: spațiu închis

Durată: 10 minute**Instrumente:** o cutie cu o oglindă**Descrierea activității:**

1. Pregătire: Se plasează o oglindă în cutie, astfel încât cel care privește înăuntru să se vadă doar pe sine.
2. Introducere: Profesorul sau facilitatorul se adresează grupului astfel: „În această cutie veți vedea cine este cel mai bun din clasă! Veți veni pe rând și veți privi înăuntru, dar nu aveți voie să spuneți nimănui pe cine ați văzut.”
3. Vizualizare: Pe rând, elevii merg la cutie, se uită înăuntru, apoi se așază la loc fără să spună ce au văzut.
4. Discuție: După ce toți au privit în cutie, profesorul întreabă: „De ce credeți că voi sunteți cei mai buni?” „Cum v-ați simțit când ați privit în cutie?” „Ce înseamnă acest mesaj pentru voi?”

13. Titlul activității: Ce fel de supererou sunt eu?**Scop:** Creșterea stimei de sine și identificarea punctelor forte personale**Vârsta recomandată a participanților:** 7+**Spațiu necesar:** spațiu închis**Durată:** 10 minute**Instrumente:** hârtie, carioci colorate, lipici**Descrierea activității:**

1. Introducere: Fiecare elev este invitat să se gândească la un supererou care îi reflectă personalitatea. Copiii pot alege să scrie lângă numele lor un nume de supererou care îi exprimă (ex: „Elful Ajutător” sau „Reprezentantul Curajos”).
2. Jocul: După ce toți și-au ales supereroul, li se cere să își deseneze propriul „supererou”. Pentru aceasta, le oferim hârtie și carioci colorate. Lângă desen, își scriu superputerea: „Ajut când văd pe cineva trist” sau „Îmi dau mereu silința”.
3. Discutarea temei: După ce copiii termină desenele, le pot prezenta colegilor, iar apoi discută împreună ce puncte forte au și cum se pot ajuta între ei folosindu-le.

Oportunități de reflecție / cadru de reflecție: Fiecare persoană are puncte forte unice, iar cel mai important lucru este să ne recunoaștem propriile superputeri, deoarece acestea ne ajută nu doar să ne dezvoltăm, ci și să îi susținem pe ceilalți.

1. Capitol**3. Modul: Hărțuirea cibernetică**

Nr. Crt	Obiective de referință	Conținutul de bază	Metode de formare	Mijloace de instruire, materiale de învățare	Criterii de evaluare
1	2	3	4	5	6
III. Traficul de persoane și prevenirea abuzului de droguri (durata: 5 ore)					
1.	La sfârșitul modulului, participanții vor fi capabili să: Înțelegerea fenomenului traficului de persoane și măsurile de prevenire. Înțelegerea riscurilor consumului de droguri și prevenirea acestuia. Dezvoltarea personală: Cum să ai încredere în tine pentru a spune „nu” și a lua decizii corecte în fața presiunilor externe.	Conținut Teoretic: Definirea traficului de persoane și măsuri de protecție. Riscuri și semne de avertizare în cazul consumului de droguri. Exercițiu de auto-reflecție: Ce te motivează să rămâi pe drumul corect? Care sunt valorile tale?	Prezentări interactive Discuții de grup Lucru în echipa Jocuri de rol Dezvoltare personală: Exerciții de dezvoltare a încrederii în sine, cum să iei decizii informate și să îți stabilești limite clare. Role-play: Cum răspunzi unei oferte de droguri sau unei încercări de a fi traficată?	În sală: Laptop, conectare de internet, tablă albă magnetică SAU Online: Laptop, Conectare de internet, microfon, webcam, prezentare PowerPoint, online whiteboard, flipchart	Capacitatea de a defini principiile de baza în cadrul unor discuții de grup cu colegii; Test de cunoștințe privind traficul de persoane și prevenirea consumului de droguri. Reflecție personală: Participanții scriu un scurt jurnal despre cum își pot întări capacitatea de a face față presiunilor sociale.

Fenomenul cyberbullying-ului în rândul adolescenților: definiții, cauze, efecte și măsuri de prevenire

1. Denumirea activității: Introducere tematică – „Lumea digitală și fața ei ascunsă”

Scop: Să familiarizeze participanții cu tema cyberbullying-ului, să le trezească interesul pentru subiect și să evidențieze relevanța acestuia în viața de zi cu zi, în contextul utilizării intense a rețelelor de socializare.

Vârsta recomandată: 12+

Necesar de spațiu: Spațiu închis, tip clasă sau sală de training, dotat cu proiector / tablă interactivă

Durată: 15–20 minute

Instrumente: Laptop, proiector, slide introductiv, video scurt sau colaj de știri reale (1-2 min), fișe de întrebări, post-it-uri, flipchart

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

Cyberbullying-ul este o formă de hărțuire desfășurată prin intermediul tehnologiei – social media, chat-uri, platforme online. A apărut ca o extensie a bullying-ului tradițional și afectează un număr tot mai mare de adolescenți. Se caracterizează prin ușurința de a distribui conținut ofensator, posibilitatea anonimatului și impactul psihologic profund. Tema este extrem de actuală într-o lume digitalizată, în care limitele intimității devin tot mai fragile.

Descrierea activității:

1. **Warm-up interactiv:** Facilitatorul întreabă deschis:
„Care este prima aplicație pe care o deschizi dimineața? De ce?”
Răspunsurile se notează pe flipchart pentru a evidenția conectarea constantă la spațiul digital.
2. **Mini-video / colaj introductiv:** Se proiectează un video de impact (ex: colaj de titluri reale din știri despre cazuri de cyberbullying sau o mărturie anonimă).
3. **Scurtă reflecție ghidată (individuală):**
Participanții răspund pe post-it sau fișe la 3 întrebări:
 - o Ce te face să te simți bine în online?
 - o Ce te face să te simți inconfortabil sau nesigur?
 - o Ai auzit vreodată de cazuri de cyberbullying? Ce ai simțit?
4. **Discuție colectivă:** Se citesc câteva răspunsuri (voluntar), iar facilitatorul face legătura cu tema: „Astăzi vom discuta despre fața nevăzută a lumii online – cyberbullying-ul: ce este, cum ne afectează și cum putem acționa.”
5. **Slide de încheiere a introducerii:**
 - o Ce este cyberbullying-ul (definiție scurtă)
 - o De ce este important să vorbim despre el
 - o Ce urmează în cadrul cursului

2. Denumirea activității: Explorăm conceptul – „Este sau nu cyberbullying?”

Scop: Să conducă participanții spre o înțelegere clară a conceptului de **cyberbullying**, pornind de la situații concrete, și să evidențieze diferențele față de bullying-ul tradițional.

Vârsta recomandată: 12+

Necesar de spațiu: Spațiu închis, cu proiector și tablă sau flipchart

Durată: 20–25 minute

Instrumente: Cartonașe/situații imprimare, semne „DA = este cyberbullying” / „NU = nu este cyberbullying”, prezentare PowerPoint (1 slide cu definiția finală), markere

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

Cyberbullying = agresiune intenționată, repetitivă, transmisă prin mijloace electronice, având scopul de a răni emoțional o persoană.

Diferențe esențiale față de bullying-ul clasic:

- *Accesibilitate 24/7 (victima nu poate „fugi”)*
- *Anonimatul agresorului*
- *Distribuție publică rapidă a conținutului jignitor*
- *Persistența în timp a mesajelor (nu „dispar” ușor)*

Descrierea activității:

Introducere scurtă (2 min):

Facilitatorul întreabă: „Care credeți că e diferența între o glumă nevinovată și o formă de agresiune online?” Se notează ideile pe tablă.

Activitate principală (10–12 min):

Participanții primesc pe rând sau în perechi cartonașe cu situații reale sau simulate. Elevii trebuie să decidă: Este sau nu cyberbullying?

(Ridică semnele DA/NU sau se mută într-o parte a sălii.)

Exemple:

- *Un coleg creează un cont fals cu pozele tale și începe să posteze mesaje jignitoare în numele tău.*
- *față este exclusă în mod deliberat dintr-un grup de clasă pe WhatsApp, iar ceilalți râd de ea în privat.*
- *După ce te cerți cu cineva, el postează pe InstaStory un mesaj vag, dar jignitor, adresat „cuiva care știe bine despre cine e vorba”.*
- *Un băiat face screenshot la un mesaj personal primit de la o colegă și îl distribuie în alt grup.*
- *Mai mulți colegi dau reacții haioase (emoji de râs) la o poză în care cineva apare cu ochii închiși, pe contul său.*
- *Cineva trimite constant comentarii despre felul în care arată un coleg („ești gras”, „ce față ai azi”) – uneori în glumă, alteori serios.*
- *Un elev editează o poză cu chipul unui coleg și o postează ca meme pe contul personal.*
- *elevă e ironizată într-un chat privat pentru accentul ei, iar mesajele sunt distribuite mai departe altor colegi.*
- *Într-o conversație de grup, cineva este etichetat ca fiind „cea mai inutilă persoană din clasă”, iar restul colegilor dau like.*
- *elevă își exprimă o opinie într-un comentariu la un video și este imediat atacată verbal de colegi pentru că „se dă mare”.*
- *Un coleg trimite mesaje în fiecare zi în care spune „ar fi mai bine să dispari”, dar le șterge imediat.*
- *Un elev e ignorat total într-un grup de proiecte: ceilalți discută între ei, dar nu îi răspund niciodată.*
- *Se creează un cont fals de TikTok cu pozele unui coleg, în care se fac glume despre modul în care se îmbracă.*

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

- O colegă scrie într-un grup: „Hai să-i dăm unfollow lui X, nu merită să fie aici”, iar alții o urmează.
- Cineva trimite în mod repetat meme-uri cu tentă jignitoare despre religia sau etnia unui coleg.
- colegă e etichetată în mod constant în meme-uri care o ridiculizează.
- Un prieten dă like la o postare care ironizează alt elev.
- Un coleg postează un comentariu negativ o singură dată.”
- Se face un grup privat unde o fată e ironizată zilnic.”
- Cineva trimite mesaje pasiv-agresive noaptea.”

Discuție ghidată (7–8 min):

Facilitatorul întreabă „De ce ați spus DA/NU?”, iar elevii își justifică răspunsul. Apoi, se clarifică împreună:

- Dacă fapta este intenționată
- Dacă este repetată
- Dacă implică tehnologie
- Dacă are un impact emoțional negativ

Concluzie – Definirea colectivă (5 min):

Se scrie pe flipchart împreună definiția cyberbullying-ului (ghidată de facilitator), apoi se afișează slide-ul cu definiția oficială.

3. Denumirea activității: Clasificăm formele – „Cum se manifestă cyberbullying-ul?”

Scop: Să ajute participanții să identifice și să diferențieze **principalele forme de manifestare ale cyberbullying-ului**, printr-un exercițiu interactiv de analiză, clasificare și reflecție.

Vârsta recomandată: 12+

Necesar de spațiu: Spațiu închis, cu mese pe grupuri sau cu tablă/flipchart pentru lucru colaborativ

Durată: 25–30 minute

Instrumente: Cartonașe cu situații variate (simulare), plicuri de clasificare (categorii predefinite), fișe de grup, markere, flipchart

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

Formele principale ale cyberbullying-ului includ:

1. Mesaje jignitoare sau amenințătoare – prin SMS, mesagerie, comentarii.
2. Conturi false – folosite pentru a manipula sau ataca imaginea altcuiva.
3. Răspândirea zvonurilor / informațiilor false – afectează reputația unei persoane.
4. Excluderea din grupuri – online (WhatsApp, Discord, etc.) ca formă de izolare socială.
5. Distribuirea de imagini/video fără consimțământ – violarea intimității.
6. Hărțuirea sexuală online – sexting forțat, grooming (câștigarea încrederii în scopuri abuzive).

Descrierea activității:

1. **Împărțirea pe echipe:** Participanții se organizează în grupuri de 3-5.
2. **Activitate principală (15-20 min):**

Fiecare echipă primește:

- Un set de cartonașe cu situații reale/simulate (vezi mai jos)
- Un plic cu categoriile de manifestare (ex: „Mesaje jignitoare”, „Cont fals”, „Zvonuri”, etc.)

Sarcina lor: să asocieze fiecare situație cu forma de cyberbullying corespunzătoare.

Exemple de situații pentru clasificare (15):

- *Un coleg trimite în fiecare zi mesaje cu „Ești jalnic, mai bine ți-ai șterge contul.” → Mesaje jignitoare*
- *Cineva creează un cont fals cu poza altei persoane și trimite mesaje rușinoase colegilor. → Creare cont fals*
- *Într-un grup de clasă, cineva scrie: „Am auzit că X s-a certat cu toți profesorii și o să fie exmatriculat.” → Zvonuri/informații false*
- *O elevă este scoasă fără motiv din grupul de WhatsApp al clasei, apoi ignorată total la școală. → Excludere intenționată*
- *Un elev distribuie pe Instagram un screenshot cu o conversație personală și jenantă. → Distribuie fără consimțământ*
- *O colegă primește cereri insistente de a trimite poze intime, iar când refuză, este amenințată că va fi expusă. → Hărțuire sexuală (sexting neconsensual)*
- *Un băiat distribuie zilnic meme-uri despre orientarea sexuală a unui coleg. → Zvonuri / hărțuire indirectă*
- *O colegă este adăugată într-un grup de Instagram unde ceilalți doar râd de ea și postează glume despre corpul ei. → Excludere + mesaje jignitoare*
- *Cineva trimite un e-mail dintr-o adresă falsă către profesori, pretinzând că X a copiat la test. → Cont fals + informații false*
- *Se creează un video TikTok în care o fată este parodiată pentru felul în care vorbește. → Distribuie fără consimțământ*
- *Într-un joc online, cineva este urmărit constant de alți jucători care îl insultă verbal în chat. → Mesaje jignitoare*
- *O persoană matură scrie unui elev: „Îți ofer ceva dacă îmi trimiți o poză doar cu tine în cameră.” → Grooming*
- *Se face un cont de „glume” al clasei, unde sunt postate zilnic poze cu elevi în ipostaze penibile. → Distribuie fără acord + excludere indirectă*
- *Un coleg postează o poveste în care insinuează că alt elev „se dă interesant pentru like-uri”. → Zvon / hărțuire subtilă*
- *După un refuz romantic, fata primește mesaje de genul: „Dacă nu vrei, îți trimit poza aia părinților tăi.” → Sextortion / hărțuire sexuală*

3. Exercițiu de reflecție ghidată:

Fiecare echipă alege 1 situație și explică de ce au plasat-o într-o anumită categorie.

4. Facilitatorul clarifică eventualele neînțelegeri și completează, dacă e cazul, noțiuni suplimentare (ex: grooming ≠ sexting).**5. Încheiere:** Se realizează un colaj sau schemă vizuală cu toate formele, exemplificate.**4. Denumirea activității: Analizăm cauzele – „De ce apare cyberbullying-ul?”**

Scop: Să ajute participanții să înțeleagă și să identifice cauzele și factorii favorizanți ai cyberbullying-ului, atât la nivel individual (emoțional, comportamental), cât și social (familie, școală, tehnologie).

Vârsta recomandată: 12+

Necesar de spațiu:

Spațiu închis, tip sală de clasă, cu organizare pe grupuri mici

Durată: 25–30 minute

Instrumente: Cartonașe cu factori cauzali, seturi de cauze „vizibile” și „ascunse”, flipchart, fișe de analiză, stickere colorate

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

Cyberbullying-ul nu apare întâmplător. Este alimentat de o serie de factori favorizanți, printre care:

1. *Lipsa educației digitale și a empatiei*
2. *Anxietate, frustrare, dorința de control sau de validare socială*
3. *Expunerea la violență acasă sau în media*
4. *Modelul colegilor / presiunea de grup*
5. *Lipsa controlului parental și anonimatul online*
6. *Accesul constant la tehnologie fără limite sau reguli*
7. *Invidia, gelozia sau nevoia de a domina social*

Descrierea activității efective:**1. Warm-up (3–5 min):**

Facilitatorul lansează întrebarea: „De ce credeți că cineva ar alege să-i facă rău altcuiva online?” Răspunsurile sunt notate pe tablă fără a fi judecate.

2. Activitate principală (15–20 min):

Participanții sunt împărțiți în grupuri și primesc:

- Un set de cartonașe cu posibile cauze ale comportamentelor de cyberbullying.

Exemple de cartonașe cu cauze:

- „Elevul nu are încredere în sine și compensează atacând pe alții online.”
- „Are un model agresiv acasă (părinte, frate, etc.).”
- „Vrea să fie acceptat de un grup care practică bullying.”
- „Crede că, fiind online, nu poate fi tras la răspundere.”
- „A fost el însuși victima unui abuz anterior.”
- „Este gelos pe popularitatea unui coleg.”

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

- „Consideră că e doar o glumă și nu realizează efectul.”
- „Nu are limite clare stabilite de părinți privind folosirea telefonului.”
- „A învățat acest comportament de pe TikTok / Youtube.”
- „Nu primește atenție acasă și o caută în altă parte.”

O fișă împărțită în două coloane:

- „Factori Vizibili” (ex: furie, popularitate, conflict personal)
- „Factori Invizibili / Subiacenți” (ex: probleme acasă, stimă de sine scăzută, lipsă de sprijin)

Sarcina: Să sorteze cauzele în cele două categorii și să argumenteze de ce le-au plasat acolo.

3. Reflecție ghidată:

Fiecare grup alege 1–2 cauze și explică în fața celorlalți. Facilitatorul îi ajută să tragă concluzii despre **rădăcinile invizibile** ale agresivității online.

4. Concluzie (5 min):

Se realizează un „**copac al cauzelor**” pe flipchart:

- Rădăcinile = cauze invizibile
- Tulpina = comportamentele agresive
- Fructele = efectele asupra victimei

5. Denumirea activității: Impact real – "Urmările nevăzute ale cyberbullying-ului"

Scop: Să ajute elevii să conștientizeze consecințele grave ale cyberbullying-ului, nu doar la nivel emoțional, ci și social și educațional. Activitatea favorizează empatia, introspecția și dezvoltarea unei atitudini proactive față de victime.

Vârsta recomandată: 12+

Necesar de spațiu: Spațiu liniștit, organizat pentru lucru individual și discuții colective

Durată: 30 minute

Instrumente: Cartonașe cu efecte, povestiri scurte (studii de caz), fișă de reflecție individuală, post-it-uri, flipchart

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

Consecințele cyberbullying-ului sunt deseori subestimate. Ele pot varia de la simptome emoționale ușoare (rușine, izolare) la tulburări grave (depresie, comportamente autodistructive). Impactul poate fi durabil, afectând dezvoltarea personală, relațiile și parcursul școlar.

Consecințe principale:

- Probleme emoționale: anxietate, depresie, frică, rușine
- Scăderea stimei de sine și a încrederii
- Izolare socială, evitarea colegilor, retragere
- Scăderea performanței școlare, absenteism
- Ideea sau comportament suicidar (cazuri grave)

Descrierea activității:

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

Etapa 1: Povestea care atinge (7 min) Facilitatorul citește o poveste reală sau simulată, care are scopul de a sensibiliza participanții. Exemplu extins:

Povestea lui Andrei

Andrei are 14 ani și învață bine. Este liniștit și are câțiva prieteni apropiați. Totul se schimbă într-o zi, când cineva creează un cont fals de Instagram pe care postează poze cu el editate în mod jenant. Zilnic, colegii râd la postările de pe acel cont, fără ca Andrei să știe cine le creează. Începe să evite pauzele, apoi absentează de la ore. Nu mai vorbește cu nimeni și pare mereu obosit. Acasă, părinții îl văd mereu cu telefonul, dar nu bănuiesc nimic. La un moment dat, Andrei postează pe propria pagină un mesaj vag, dar tulburător: „E mai ușor să dispari decât să fii invizibil.” Un coleg îl observă și îl raportează dirigintei, care intervine rapid. Familia, școala și psihologul școlar colaborează pentru a-l sprijini. A fost nevoie de luni pentru ca Andrei să se simtă din nou în siguranță.

Etapa 2: Gânduri pe post-it (10 min) Fiecare elev primește 2 post-it-uri și este invitat să răspundă anonim la două întrebări:

- Ce crezi că a simțit Andrei?
- Ce efecte pot apărea asupra cuiva care trece prin cyberbullying?

Post-it-urile sunt lipite pe tablă sau perete sub două coloane: "Simțiri" și "Consecințe".

Etapa 3: Clasificare și explicare (10 min) Facilitatorul alege 3-4 post-it-uri și le citește cu voce tare. Elevii sunt invitați să spună:

- Această reacție este emoțională sau comportamentală?
- Este temporară sau cu impact pe termen lung?

Se construiește pe flipchart o schemă de tip:

- Efecte emoționale (ex: rușine, frică, anxietate)
- Efecte sociale (ex: izolare, neîncredere în colegi)
- Efecte educaționale (ex: absențe, note mici)
- Efecte severe (ex: ideea de suicid, depresie cronică)

Etapa 4: Reflecție individuală (5-7 min) Elevii completează o fișă de reflecție cu întrebări deschise:

- Ai cunoscut pe cineva care a suferit din cauza comentariilor online?
- Cum ai reacționat?
- Ce ai face diferit acum, știind aceste consecințe?
- Cum ai putea ajuta pe cineva într-o astfel de situație?

Sugestie pentru dezvoltare ulterioară:

La final, se poate crea un colaj colectiv: "Ce NU se vede când cineva e rănit online", cu desene, cuvinte cheie sau imagini. Colajul rămâne expus în clasă/sală ca mesaj de conștientizare.

Notă pentru facilitator: Fii atent la reacțiile emoționale ale elevilor. Creează un spațiu de siguranță. Dacă apar semne de disconfort, oferă sprijin sau direcționează spre consilierul școlar.

6. Denumirea activității: Știi ce spune legea? – „Cyberbullying-ul și responsabilitatea legală”

Scop: Să familiarizeze elevii cu elementele de bază ale cadrului legislativ din România și Uniunea Europeană referitor la cyberbullying, precum și cu drepturile și responsabilitățile lor în mediul online. Activitatea îi încurajează să devină cetățeni digitali informați.

Vârsta recomandată: 12+

Necesar de spațiu: Sală de clasă cu acces la tablă, proiector sau materiale printate

Durată: 30 minute

Instrumente: Cartonașe cu afirmații legale/parțial corecte/incorecte, tabel „Adevărat / Fals”, fișe informative, markere, flipchart

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

În România:

- *Legea educației naționale nr. 1/2011 definește violența psihologică – bullying, inclusiv forma sa digitală.*
- *Începând cu 2020, prin modificările aduse Legii 221/2019, cyberbullying-ul este recunoscut ca formă distinctă de agresiune.*
- *Elevii și cadrele didactice au obligația de a respecta normele de comportament online stabilite în regulamentul școlar.*

La nivel european:

- *Programele precum Better Internet for Kids (BIK) și recomandările Consiliului Europei promovează siguranța digitală și educația pentru cetățenie online*

Cyberbullying-ul poate atrage răspundere disciplinară, civilă sau chiar penală, în funcție de gravitatea faptelor (ex: distribuirea de imagini intime, amenințări, hărțuire persistentă).

Descrierea activității:

Etapa 1: Adevărat sau Fals? (15 min)

1. Facilitatorul citește (sau proiectează) 10 afirmații legate de legislație și drepturi online.
2. Participanții trebuie să răspundă dacă este Adevărat (A) sau Fals (F), argumentându-și răspunsul în grupuri.
3. Se clarifică fiecare afirmație, corectând concepțiile greșite și explicând ce prevede legea.

Cele 10 afirmații propuse:

- Cyberbullying-ul este o infracțiune în România. – (FALS) (Este recunoscut ca formă de violență psihologică, dar poate fi sancționat penal în funcție de fapte)
- Profesorii pot interveni dacă află că un elev este agresat online de un coleg. – (ADEVĂRAT)
- Nu există nicio lege care să protejeze minorii în mediul online. – (FALS)
- Este permis să distribui poze cu alți colegi pe rețele sociale fără acordul lor. – (FALS)
- Elevii pot fi sancționați în cadrul școlii pentru comportamente de cyberbullying. – (ADEVĂRAT)
- Cyberbullying-ul poate afecta și persoanele care doar asistă pasiv. – (ADEVĂRAT)

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

- Dacă o glumă online nu are intenție de rău, nu este considerată bullying. – (FALS)
- Părinții au obligația legală să monitorizeze activitatea online a minorilor. – (ADEVĂRAT)
- Legea protejează libertatea de exprimare, deci putem posta orice dorim despre colegi. – (FALS)
- Amenințările sau jignirile online pot duce la plângeri penale. – (ADEVĂRAT)

Etapa 2: Drepturile mele în online (10 min) Elevii lucrează în perechi și completează o fișă cu 3 drepturi și 3 responsabilități pe care le au ca utilizatori de internet:

- Ex: „Am dreptul la intimitate.” / „Am responsabilitatea de a nu distribui conținut jignitor.”

Etapa 3: Discuție și concluzie (5 min) Facilitatorul încheie cu un mini-rezumant:

- Ce prevede legea
- Cine sunt actorii implicați (școală, familie, poliție, platforme)
- Cum pot fi raportate faptele

Sugestie pentru extindere:

Se poate crea un afiș colectiv cu titlul „Codul meu de conduită online”, care să fie afișat în clasă sau în școală.

Notă pentru facilitator: Evită folosirea unui limbaj juridic complicat. Clarifică fiecare termen și încurajează elevii să pună întrebări legate de propriile experiențe online (ex: ce înseamnă „consimțământ” sau „raportare”).

7. Denumirea activității: A alegem soluții – „Cum prevenim și reacționăm la cyberbullying?”

Scop: Să dezvolte capacitatea elevilor de a identifica măsuri de prevenție și intervenție în fața cyberbullying-ului, punând accent pe responsabilitatea personală, rolul școlii și al familiei. Elevii vor învăța cum pot acționa concret dacă ei sau altcineva este victima unui abuz digital.

Vârsta recomandată: 12+

Necesar de spațiu: Spațiu de clasă organizat pe grupe sau semicerc

Durată: 30–40 minute

Instrumente: Cartonașe cu situații-problemă, plicuri cu posibile soluții, fișe de grup, flipchart, stickere, post-it-uri

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

Prevenția înseamnă mai mult decât a reacționa – înseamnă a educa, a construi un climat sigur și a încuraja raportarea. Intervenția eficientă presupune colaborare între elevi, profesori, părinți și instituții.

Strategii de prevenție și intervenție:

- Campanii de informare și conștientizare (pliante, afișe, evenimente)
- Programe educaționale despre siguranță digitală (atelier, lecții tematice)
- Formarea cadrelor didactice pentru a recunoaște semnele de abuz digital
- Implicarea părinților în educația pentru tehnologie și empatie

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

- *Utilizarea platformelor sigure de raportare și protecție (ex: ctrlABUZ, Sigur.info, TikTok / Instagram tools)*

Descrierea activității efective:**Etapă 1:** Analizăm și reacționăm (20 min)

1. Participanții sunt împărțiți pe echipe.
2. Fiecare echipă primește un cartonaș cu o situație-problemă și un plic cu soluții amestecate (corecte și incorecte).
3. Elevii aleg din plic 2 soluții eficiente și 1 soluție nepotrivită, explicând alegerea lor.
4. Se prezintă în fața clasei, iar facilitatorul discută despre cum s-ar putea acționa în realitate.

Exemple de situații:

- „Maria este ironizată zilnic într-un grup de WhatsApp. Niciun coleg nu intervine.”
- „Un elev distribuie un video rușinos cu un coleg, care apoi nu mai vine la școală.”
- „Un coleg face conturi false și postează comentarii jignitoare anonim.”

Exemple de soluții:

- Să ignorăm totul, până se oprește. (*ineficient*)
- Să raportăm contul la platformă și să informăm un adult. (*eficient*)
- Să organizăm o campanie în clasă despre respectul online. (*eficient*)
- Să-l facem de râs și pe agresor. (*ineficient*)

Etapă 2: Creăm o campanie (15–20 min) Echipele își aleg o măsură de prevenție din cele discutate și propun:

- Un slogan
- Un mesaj cheie
- Un afiș / postare / mesaj video care să poată fi distribuit în școală sau pe social media

Etapă 3: Concluzie și reflecție (5 min) Facilitatorul recapitulează:

- Ce poate face un elev pentru a preveni cyberbullying-ul?
- Cine poate interveni?
- Ce resurse există în școală și în afara ei?

Sugestie pentru dezvoltare : Afișele realizate pot fi expuse în clasă sau folosite într-un eveniment de tip „Ziua Siguranței Online”. Se poate crea un colț permanent de resurse (pliante, cod QR pentru raportare, ghiduri pentru părinți). Notă pentru facilitator: Încurajează ideile creative, colaborarea și gândirea critică. Subliniază faptul că a acționa este întotdeauna mai valoros decât a rămâne spectator.

8. Denumirea activității: Reflectăm și acționăm – „Ce luăm cu noi din această experiență?”

Scop: Să faciliteze încheierea cursului printr-o activitate de reflecție personală și colectivă, oferindu-le elevilor ocazia să își exprime ideile, emoțiile și angajamentele personale legate de

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

prevenirea și combaterea cyberbullying-ului. Activitatea consolidează valorile de empatie, responsabilitate și implicare activă.

Vârsta recomandată: 12+

Necesar de spațiu: Clasă organizată în cerc sau grupuri mici

Durată: 20–25 minute

Instrumente: Fișe de reflecție individuală, coli de flipchart, post-it-uri colorate, markere

Noțiuni teoretice de bază pentru training I

Cyberbullying-ul nu este o simplă glumă sau o problemă de moment. Este o formă gravă de violență psihologică ce necesită intervenție, educație și solidaritate. Cultura respectului începe cu fiecare dintre noi, prin decizii și reacții conștiente în mediul digital.

Mesaj-cheie: „Un clic poate răni, dar tot un clic poate proteja. Alege să fii parte din soluție.”

Descrierea activității:

Etapă 1: Jurnal de gânduri (10 min) Elevii completează individual o fișă de reflecție care conține întrebări precum:

- Ce am învățat nou despre cyberbullying?
- Ce m-a impresionat sau surprins cel mai mult?
- Ce aleg să fac diferit de acum înainte în mediul online?
- Cum pot ajuta un coleg care este agresat online?
- Un mesaj personal pentru „agresor” și unul pentru „victimă” (anonym, simbolic)

Etapă 2: Zidul responsabilității (10 min)

1. Fiecare elev scrie pe un post-it un angajament personal:
 - Ex: „Voi raporta comentariile urâte pe care le văd.” / „Voi spune STOP dacă văd ceva greșit.”
2. Post-it-urile sunt lipite pe un panou/colț de perete care devine „Zidul responsabilității digitale”.

Etapă 3: Cercul concluziilor (5 min) Participanții, așezați în cerc, sunt invitați (opțional) să rostească o frază începând cu:

- „Plec de aici cu gândul că...”
- „Cel mai important lucru pe care îl iau cu mine este...”
- „Vreau ca ceilalți să știe că...”

Facilitatorul încheie activitatea cu un mesaj de încurajare, reamintind că schimbarea pornește de la fiecare și că respectul în online este o formă de curaj.

Bibliografie

- Smith, P.K., Mahdavi, J., Carvalho, M., & Tippet, N. (2008). Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils. Journal of Child Psychology and Psychiatry.
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., & Agatston, P. W. (2012). Cyberbullying: Bullying in the Digital Age. Wiley.

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

- Olweus, D. (1993). Bullying at School: What We Know and What We Can Do. *Blackwell*.
- Consiliul Europei – „Manual pentru prevenirea cyberbullying-ului în școli.”
- Legea educației naționale nr. 1/2011, cu modificările ulterioare

1. Capitol

4. Modul: Prevenirea traficului de persoane și a consumului de droguri

Nr. Crt.	Obiective de referință	Conținut de bază	Metode de instruire	Instrumente educaționale,	Criterii de evaluare
1	2	3	4	5	6

4. Prevenirea traficului de persoane și a consumului de droguri (durată: 5 ore)

1.	La finalul modului, participanții vor putea: Înțelege fenomenul traficului de persoane și măsurile de prevenire. Înțelege riscurile consumului de droguri și modalitățile de prevenire. Dezvoltare personală: Cum să avem încredere în noi înșine pentru a spune „nu” și a lua decizii corecte în fața presiunilor externe. Integrarea conștientizării, cererii de ajutor și acceptării în viața adolescenților. Cum să cerem ajutor. Oferirea unei perspective asupra problematicei consumului de droguri.	Conținut teoretic: Definiția traficului de persoane și măsuri de protecție Riscurile consumului de droguri și semnalele de avertizare Exercițiu de auto-reflecție: Ce te motivează să rămâi pe drumul cel bun? Care sunt valorile tale? Strategii de coping ale adolescenților și crizele specifice acestei etape	Prezentări interactive Discuții de grup Lucru în echipă Joc de rol Dezvoltare personală: exerciții pentru dezvoltarea încrederii în sine, luarea deciziilor informate și stabilirea limitelor clare Joc de rol: Cum ai reacționa în fața unei oferte de droguri sau a unei încercări de trafic? Bibliotecă vie	În sală: Laptop, conexiune la internet, tablă magnetică SAU Online: Laptop, conexiune la internet, microfon, cameră web, prezentare PowerPoint, tablă albă online, flipchart, Quizizz, coli colorate (discuri, post-it-uri), foi în formă de pantofi, marker, scaune, seturi de cartonașe (OH, Resilio, Habitat, Associational)	Capacitatea de a formula principii în discuțiile de grup cu colegii Test de cunoștințe privind traficul de persoane și prevenirea consumului de droguri Reflecție personală: Participanții redactează un scurt jurnal despre cum își pot consolida abilitatea de a face față presiunii sociale
----	--	--	---	--	---

1. Titlul activității: Sunt un publicist

Scop: Reflecție asupra societății de consum

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 10 minute

Instrumente: –

Sarcină: Spune un slogan publicitar despre tine.

Descrierea activității:

Instrucțiuni ale formatorului: „Imaginează-ți că ești un produs pe care lumea ar vrea să îl „vândă” astăzi. Sarcina ta este să creezi propriul tău slogan publicitar care să te prezinte ca persoană. Poate fi amuzant, ironic, serios sau care dă de gândit – important este să reflecte ceea ce crezi despre tine sau cum ai vrea să fii perceput de ceilalți.”

Exemple ajutătoare:

„Sunt la fel de rapid ca o idee – și uneori vin atât de brusc încât te surprind.”

„100% onestitate – cu efecte secundare care uneori pot răni.”

„Pornire lentă, dar impact puternic.”

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

Fiecare spune sloganul său, sau doar cei care doresc. Întrebări de reflecție: Cât de asemănătoare este această „publicitate” cu modul în care ne prezentăm în social media? Ce arătăm „lumii” și ce nu? Cum ne influențează lumea publicității în ceea ce „vrem să fim”?

2. Titlul activității: Mini quiz

Scop: Clarificarea conceptelor, definițiilor și teoriei

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 30 minute

Instrumente: Quizizz

Sarcină: Participanții vor folosi platforma Quizizz pentru a completa un test educativ. Întrebările se vor concentra pe încrederea în sine, luarea deciziilor, exprimarea refuzului, recunoașterea situațiilor periculoase și crearea unui plan de siguranță.

1. Încredere în sine

Care comportament arată încredere în sine?

- a) Mă adaptez mereu la ceilalți.
- b) Pot să-mi susțin opinia. ✓
- c) Mă retrag în orice situație.
- d) Îi critic pe ceilalți ca să par mai bun.

Care propoziție îți poate întări încrederea în sine?

- a) Oricum nu o să iasă.
- b) Sunt valoros chiar și când greșesc. ✓
- c) Nu sunt suficient de bun.
- d) Toți ceilalți sunt mai buni ca mine.

Ce înseamnă „încredere în sine”?

- a) Să controlezi pe alții.
- b) Să crezi în propriile abilități. ✓
- c) Să gândești fără îndoieli.
- d) Să aștepti laude.

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

2. Luarea deciziilor bune

Ce te ajută să iei decizii corecte?

- a) Iau decizii brusc, pe fond emoțional.
- b) Mă gândesc la consecințe. ✓
- c) Ascult mereu de alții.
- d) Aleg ce e mai ușor.

Ce ar putea fi un semn al unei decizii bune?

- a) Dacă nu simt nicio teamă sau îndoială după aceea. ✓
- b) Dacă toată lumea e de acord cu mine.
- c) Dacă evit responsabilitatea.
- d) Dacă trec repede peste.

Ce poți face într-o situație dificilă de luare a deciziilor?

- a) Mă opresc și mă gândesc. ✓
- b) Mă las purtat de evenimente.
- c) Strig la ceilalți.
- d) Mă ascund de el/ea.

3. Spunerea refuzului

Care este cea mai potrivită formă de a spune nu?

- a) „Nu știu... poate...”
- b) „Nu am chef acum.”
- c) „Nu, acest lucru nu e potrivit pentru mine.” ✓
- d) „O să mă mai gândesc.”

Ce poate face dificilă spunerea refuzului?

- a) Teamă de respingere. ✓
- b) Încrederea în sine.
- c) Un mediu care susține.
- d) Cunoașterea limitelor.

Ce tehnică te ajută să spui nu?

- a) Evitarea subiectului.
- b) Acțiune violentă.
- c) Răspuns scurt și ferm. ✓
- d) Tăcerea.

4. Recunoașterea situațiilor periculoase

Ce situație poate fi periculoasă?

- a) Dacă cineva îmi cere ceva în secret. ✓
- b) Când vorbim în public.
- c) Dacă ajut pe cineva.
- d) Dacă cineva cere ajutor în magazin.

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

Ce poți face dacă nu ești sigur în legătură cu o situație?

- a) Decid singur.
- b) Întreb un adult sau un prieten. ✓
- c) Accept ce mi se spune.
- d) Ascund ce simt.

Ce ar putea fi un semnal de avertizare?

- a) Dacă cineva insistă, cere un secret sau amenință. ✓
- b) Dacă toată lumea e de față.
- c) Dacă cineva e politicos.
- d) Dacă cineva face glume.

5. Plan de siguranță

Care este primul pas într-un plan de siguranță?

- a) Să nu te gândești la asta.
- b) Lista de contacte de urgență. ✓
- c) Să taci mereu.
- d) Să îi imiți pe ceilalți.

Ce poate include un plan de siguranță?

- a) La cine poți apela pentru ajutor?
- b) Cum eviți problema?
- c) Ce simți?
- d) Toate trei. ✓

Când merită să creezi un plan de siguranță?

- a) Dacă o problemă a apărut deja.
- b) Doar pentru adulți.
- c) Din timp, ca măsură de precauție. ✓
- d) Nu contează dacă ai încredere în toți.

Descrierea activității: După joc, urmează o discuție comună: se adună în trei categorii ce ajută la luarea de decizii sigure, acțiune hotărâtă și autoapărare (plan de siguranță).

Clarificarea teoriei și conceptelor:

1. Consolidarea încrederii în sine

Încrederea în sine este o resursă internă care permite indivizilor să creadă în propria lor valoare, în abilitățile lor și în corectitudinea deciziilor pe care le iau. Este deosebit de importantă în adolescență, când tinerii își caută identitatea și sunt foarte sensibili la feedback-ul grupului de egali. O încredere scăzută în sine poate crește presiunea de conformare, influențarea și chiar șansa de a deveni victimă a bullying-ului. Pentru a preveni acest lucru, tinerii trebuie să experimenteze sentimentul de competență, să primească întărire pozitivă și să li se ofere oportunități de exprimare de sine și afirmare.

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

2. Capacitatea de a lua decizii sigure și de a spune nu

Luarea deciziilor bune și exprimarea unui refuz asertiv (ferm, dar respectuos) sunt abilități sociale care ajută la evitarea situațiilor periculoase sau presante. În adolescență, dorința de a aparține unui grup joacă un rol deosebit de important, ceea ce poate face dificilă exprimarea unui refuz clar. Din perspectiva prevenirii, este esențial ca tinerii să își recunoască limitele și să stăpânească tehnici (ex. mesajul de sine, oferirea de alternative, tehnica repetiției) care să le permită să își exprime clar și cu încredere propriile limite.

3. Recunoașterea situațiilor periculoase și dezvoltarea unui plan de siguranță

Unul dintre cei mai importanți piloni ai prevenirii este ca tinerii să poată recunoaște semnele de pericol: acestea pot include cereri de confidențialitate, insistență, manipulare, șantaj emoțional sau inducerea fricii. Un plan de siguranță este o serie de pași gândiți conștient pentru a se pregăti pentru astfel de situații, care ia în considerare și factori de protecție individuali și de mediu. Poate include, de exemplu, o listă de adulți de încredere și organizații de sprijin, rute de scăpare sau reguli legate de autoprotecția digitală. Scopul unui plan de siguranță nu este să sperie tinerii, ci să-i pregătească, să le redea sentimentul de control.

3. Titlul activității: „Voci interioare” (Îngerași și drăcușori)

Scop: joc introductiv, de acordare, sistem de valori, manipulare

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 30 minute

Instrumente: –

Descrierea activității: O persoană stă pe un scaun, iar grupul este împărțit în două. Cele două grupuri se aliniază în spatele persoanei așezate pe scaun. Un șir este format din micii drăcușori, celălalt din micii îngerași. Drăcușorii spun în urechea persoanei de pe scaun propoziții care o încurajează și motivează să încerce droguri, iar îngerașii spun propoziții care o protejează și întăresc capacitatea de a spune nu. Mai multe persoane pot încerca cum se simte „ispita” consumului de droguri.

Exemple de propoziții:

„O să te simți mult mai curajos.”

„Încearcă o dată, nu dă dependență.”

„Toată lumea face asta, încetează să mai fii laș!”

„Prietenii adevărați te acceptă chiar și când spui nu.”

„Poți să te aperi cu curaj – asta e adevărata putere.”

„Nu ai nevoie de nimic ca să te simți bine.”

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

Cum te-ai simțit pe scaun? Cât de greu a fost să rezisti? Ce te-a atras?

Clarificarea teoriei și conceptelor:

Efectul grupului de egali: influența relațiilor sociale asupra comportamentului individual, care are

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

o importanță deosebită în adolescență, deoarece rolul relațiilor cu egali crește în detrimentul celor parentale. În unele cazuri, poate avea și un efect de presiune.

4. Titlul activității: Pierderea valorii

Scop: Sistemul de valori se modifică în paralel cu dezvoltarea dependenței. Conștientizarea valorilor, dezvoltarea autocunoașterii. Fază de pregătire pentru tema crizei și a pierderii

Vârsta recomandată a participanților: 15+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 45 minute

Instrumente: hârtie A4, pix, carioci

Descrierea activității: Participanții stau în cerc. Fiecare primește 10 bucăți de hârtie, pe fiecare scriind câte o valoare importantă pentru ei. După aceea, formatorul le cere să se uite prin cele 10 foi și să renunțe la o valoare. Apoi se uită din nou la ce a rămas și alege o altă valoare pe care o aruncă. Se continuă în același mod până când rămâne o singură foaie.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

Discuție în grup mare:

Cum a fost să aduni aceste valori? Cum a fost să renunți la ele? Cum ai luat deciziile pe parcurs? Ce a rămas? În ce situație de viață crezi că cineva ar putea fi nevoit să ia o decizie similară? De ce ar avea nevoie în acea situație? Cum poate fi ajutat?

Clarificarea teoriei și conceptelor:

Criza adolescenței

Criza adolescenței este o stare naturală de tensiune interioară legată de o etapă de dezvoltare, care apare ca răspuns la schimbările fizice, psihologice și sociale. Este caracterizată prin căutarea identității, opoziția față de reguli, nevoia de separare față de părinți, dorința de independență și valorizarea relațiilor cu grupul de egali.

Strategii de coping

O strategie de coping este un mod conștient sau instinctiv de a gândi și de a acționa prin care o persoană face față situațiilor stresante, de criză sau provocatoare. Un coping eficient ajută la menținerea echilibrului psihologic, în timp ce strategiile nepotrivite (de exemplu, evitarea, agresivitatea) pot avea efecte negative asupra sănătății mintale pe termen lung.

5. Titlul activității: Activitate bazată pe basmul „Pantofiorii roșii”

Scop: Explicarea parcursului dependenței

Vârsta recomandată a participanților: 15+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 1 oră

Instrumente: coli colorate (discuri, post-it), foi în formă de pantofi, marker, basmul

Descrierea activității:

Introducere, sarcină de setare a activității: Participanții aleg un cartonaș colorat dintr-o

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

pălărie și trebuie să spună o comparație legată de acea culoare. Exemplu: „Este atât de albastru ca...”

Acordare pentru poveste: Ale cui pantofi sunt de ce culoare? Aplaudă dacă ai pantofi verzi. Căprui? Albi? Negri?

Descrierea sarcinii: După ce se finalizează activitățile introductive legate de poveste, formatorul povestește (nu citește) basmul.

Întrebări pentru discuția de după poveste: (Nu este obligatoriu să fie puse toate întrebările, se alege în funcție de ritmul grupului)

1. Ce se întâmplă în acest basm?
2. Care este conflictul din basm?
3. De ce era fetița?
4. Ce creează tensiunea în basm?
5. Care este miza poveștii?
6. Cine sau ce sunt ajutoarele aici?
7. Ar fi putut să se întâmple altfel?
8. În ce punct și cum ai „interveni” în poveste ca totul să se desfășoare diferit?
9. Există un oponent în basm? Cine este?
10. Există o propoziție sau o scenă importantă pe care ai evidenția-o?

Activitate de procesare a poveștii:

Fiecare participant primește o bucată de hârtie roșie în formă de pantof, pe o parte poate scrie sau desena care este adevăratul său „pantof roșu bun” – o bucurie pe care a creat-o el și care este importantă pentru el.

Pe cealaltă parte a hârtiei poate nota ce îi este greu să „lase să plece”, ce îl trage înapoi în afara realității, ce reprezintă un substitut, o înlocuire.

Clarificarea teoriei și conceptelor:**Rezumatul poveștii:**

Personajul principal al poveștii este Karen, o fetiță săracă adoptată de o doamnă bogată. Karen alege o pereche de pantofi roșii pe care îi consideră frumoși, dar pe care mama adoptivă nu îi consideră potriviți. Fata îi poartă în secret, iar odată ce începe să danseze cu ei, pantofii nu o mai lasă să se oprească. Karen dansează compulsiv, fie că vrea sau nu. Dansul continuă până când nu mai poate suporta și trebuie să facă un mare sacrificiu pentru a se elibera de ei.

Pantoful roșu:

Pantoful roșu, interzis, strălucitor, seducător în mod minunat, este un obiect al dorinței, care inițial promite bucurie și unicitate. Pantoful simbolizează tentația, care treptat preia controlul asupra vieții sale. După ce începe să poarte pantoful, Karen își pierde controlul: pantoful nu o lasă să se oprească – dansează împotriva voinței sale, din ce în ce mai obosită, fără speranță. Această parte este o metaforă exactă pentru dinamica dependenței: după alegerea inițială voluntară, pierderea controlului domină viața. Din cauza dansului, Karen devine izolată, rușinată

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

și, în cele din urmă, trebuie să faci un sacrificiu dureros pentru a se elibera de constrângere – acesta este prețul vindecării și al renunțării.

Concepte legate de poveste:**Dependență:**

Dependență, adicție și comportament dependent sunt termeni folosiți de obicei sinonim. Ei se referă la un tip de comportament pe care o persoană îl repetă în mod constant, fără a mai putea exercita control asupra sa, în ciuda consecințelor negative pentru sine sau pentru mediu. (Balázs și Miklósi, 2005)

6. Titlul activității: Fac față

Scop: consolidarea strategiilor de coping, promovarea strategiilor adaptative, identificarea strategiilor dezadaptative ca posibile puncte de intrare pentru obiceiuri de consum

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 25 minute

Instrumente: hârtie pentru flipchart, tablă flipchart, carioci

Descrierea activității: Participanții alcătuiesc o listă cu situațiile din viața lor care îi deranjează, le provoacă supărare sau dificultăți. Din listă, aleg 2–3 situații care, în general, îi supără pe toți sau care îi afectează în mod direct. Apoi scriu ce simt în legătură cu acele situații și ce soluții văd pentru ele. Dintre soluții, selectează pe cele considerate cele mai eficiente.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

Cum ne afectează situațiile dificile? Ce ne influențează în felul în care reacționăm într-o anumită situație? Cum ne simțim atunci când nu reușim să facem față unei astfel de situații? Ce resurse avem la dispoziție dacă nu reușim să depășim aceste situații singuri?

7. Titlul activității: Plan de siguranță

Scop: recunoașterea resurselor

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 30 minute

Instrumente: –

Descrierea activității: Participanții extrag trei cartonașe asociate cu următoarele întrebări:

- Ce mă protejează?
- Cine mă ajută?
- Care sunt punctele mele forte?

Metoda de extragere: extrage un cartonaș cu ochii închiși, alege unul, primește unul de la altcineva – extrage un cartonaș și oferă-l persoanei din stânga ta.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare: Ce ai descoperit despre punctele tale forte prin intermediul cartonașelor și asocierii?

8. Titlul activității: Discuție la masa rotundă

Scop: dezvoltarea luării deciziilor responsabile, identificarea problemelor și a abilităților de rezolvare a acestora, cunoașterea oportunităților actorilor implicați în subcultura consumului

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 25 minute

Instrumente: –

Descrierea activității: Formatorul povestește un scurt caz în care este implicat un tânăr. De exemplu, un elev află de la un coleg că acesta folosește ocazional ecstasy. Elevul spune dirigintelui. Părinții băiatului bănuiau de mai mult timp că acesta consumă droguri și, disperați, îl duc la clinica locală pentru dependențe. Un ziar local află și el despre caz. Din participanți se formează următoarele grupuri: elevi, părinți, profesori, redacția ziarului, personalul clinicii de tratament, și alte grupuri ce pot fi implicate: poliția, foști consumatori recuperați. Fiecare grup discută problema timp de 15 minute și decide cum ar rezolva-o. Un delegat principal din fiecare grup participă la discuția la masa rotundă, își prezintă poziția și se elaborează o strategie comună de soluționare.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

S-a putut ajunge la o soluție comună? Dacă da, ce a ajutat și ce a îngreunat procesul? Dacă nu s-a putut ajunge la un consens, care a fost motivul?

9. Titlul activității: Dezbateri în mass-media pe tema consumului de droguri

Scop: luarea deciziilor responsabile, dezvoltarea gândirii critice axate pe subiect, comunicare și abilități de comunicare asertivă, extinderea cunoștințelor pe tema discutată

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 25 minute

Instrumente: –

Descrierea activității: Formatorul adresează participanților o întrebare legată de problema consumului de substanțe: „Există o problemă legată de droguri în rândul tinerilor?” Grupul este împărțit în două părți, iar fiecare parte trebuie să colecteze argumente care să susțină punctul lor de vedere. Argumentele vor fi prezentate în cadrul unei emisiuni de tip dezbateri. Regulile dezbaterii trebuie stabilite dinainte.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

Care au fost cele mai importante lucruri rostite? Și-a schimbat cineva poziția? De ce?

10. Titlul activității: Biblioteca vie

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Scop: sensibilizare, înțelegerea dinamicii obiceiurilor de consum, cunoașterea procesului de dezvoltare a dependenței și a posibilităților de recuperare, introducerea metodei „bibliotecii vii”

Vârsta recomandată a participanților: 15+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 30 minute

Instrumente: –

Descrierea activității: Povești de viață ale unor persoane care s-au recuperat din consumul de substanțe.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare: Ce te-a atins cel mai mult? Cum te-a influențat povestea?

11. Titlul activității: Distanță – apropiere

Scop: acordare pe tema discuției, exercițiu de încălzire și clarificarea nivelului de implicare

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 15 minute

Instrumente: scaun

Descrierea activității: Scaunul simbolizează substanțele și comportamentele adictive. Participantul trebuie să se poziționeze cât de aproape sau de departe de scaun simte că este față de acest subiect.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare: Cum ești acum în raport cu această imagine, distanță / apropiere?

12. Titlul activității: Experiență personală

Scop: sensibilizare, dezvoltarea empatiei, înțelegere și privire retrospectivă

Vârsta recomandată a participanților: adulți

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 30 minute

Instrumente: scaune

Descrierea activității: Un participant voluntar „interpretează” rolul unui adolescent ai cărui părinți sunt alcoolici – formatorul citește povestea de fundal a acestuia, apoi participantul se așază în mijlocul cerului, închide ochii, fiind înconjurat de 7 alți voluntari și de formator. Aceștia rostesc pe rând mesaje care reflectă comportamentul părinților și cum îl percepe adolescentul, de exemplu:

„Cum îndrăznești să spui că sunt alcoolic?!”

„Nu ești important.”

„Sarcina ta e să mă scoți din șanț când sunt ud learcă!”

„Nu ai voie să spui nimănui ce se întâmplă cu noi!”

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

„Beau din cauza ta; dacă te-ai comporta mai bine, nu aş pune mâna pe pahar.”

„Nu avem bani pentru ce vrei tu, beau orice gălesc.”

„Ar trebui să-ți fie și ție rușine cu mine!”

Cei care nu joacă un rol rămân observatori.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

În cadrul unui grup mare: ce sentimente au experimentat participanții? Se face procesarea cu întreaga grupă – adresându-ne personajului principal, celor din cerc și apoi observatorilor. Se discută trăirile, gândurile și experiențele. Se continuă sarcina prin formularea de mesaje pozitive, păstrând aceleași roluri.

Clarificarea teoriei și conceptelor:**Droguri clasice:**

Droguri identificabile, cu o compoziție cunoscută, care se regăsesc pe lista substanțelor interzise.

Deviere / comportament deviant:

Devierea reprezintă un comportament care încalcă normele acceptate de o mare parte a unei comunități sau societăți. Este un concept larg. Termenul vine din latinescul deviatio („abatere de la drum”). Comportament care încalcă normele.

Substanță psihoactivă:

Substanțele psihoactive sunt substanțe chimice naturale sau sintetice care își exercită efectele prin intermediul sistemului nervos central, adică asupra creierului și măduvei spinării.

Drog de sinteză (designer drug):

Nou tip de substanță psihoactivă. O substanță (semi)sintetică, a cărei structură chimică diferă doar cu câțiva atomi față de cele aflate pe listele de droguri, apărând astfel ca înlocuitor pentru drogurile ilicite. Creșterea consumului de substanțe noi psihoactive (droguri de sinteză / New Psychoactive Substances – NPS) în ultimii zece ani a cauzat probleme tot mai grave. Conform definiției EMCDDA, o „nouă substanță psihoactivă” (NPS) este o substanță găsită în formă pură sau într-o preparare, care nu este inclusă în convențiile ONU din 1961 sau 1971 privind drogurile narcotice sau substanțele psihotrope și care poate reprezenta o amenințare similară pentru sănătatea publică (ex. opioide sintetice, canabinoizi sintetici și catinone sintetice).

Prevenire:

Prevenirea este o intervenție planificată care vizează schimbarea factorilor sociali și de mediu care influențează consumul de droguri și alcool, incluzând prevenirea inițierii consumului și a trecerii către utilizare frecventă în rândul populațiilor vulnerabile. Intervențiile preventive pot viza populația generală (ex. campanii de informare, inițiative comunitare, programe școlare), dar și grupuri vulnerabile (ex. copii ai consumatorilor de droguri, tineri aflați în abandon școlar, infractori etc.).

Activitățile preventive se axează pe:

- Conștientizare, educație despre droguri și efectele nocive ale consumului
- Susținerea normelor anti-drog și a comportamentului social sănătos

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313**

- Dezvoltarea abilităților personale și sociale care să susțină atitudini anti-drog
- Promovarea unui mediu de susținere și a unui stil de viață sănătos și productiv

Forme de prevenire:

- Prevenire universală – generală
- Prevenire selectivă – țintită
- Prevenire indicată – recomandată

Prevenirea traficului de persoane

Traficul de persoane este o încălcare gravă a drepturilor omului, care afectează milioane de oameni la nivel mondial, inclusiv copii și tineri.

În cadrul acestui modul, participanții vor învăța să recunoască tacticile de recrutare, semnele de avertizare și modalitățile prin care se pot proteja pe ei înșiși și pe ceilalți.

Prin exerciții practice și reflecție personală, se va încuraja dezvoltarea gândirii critice, curajul de a spune „nu” și capacitatea de a cere ajutor într-un mod responsabil.

13. Titlul activității: Ce este traficul de persoane? – „Dincolo de aparențe”

Scop: Să ajute participanții să înțeleagă clar conceptul de trafic de persoane, scopurile acestuia și principalele forme în care se manifestă

Vârsta recomandată a participanților: 12–18 ani

Spațiu necesar: spațiu închis, de dimensiuni medii (sală de clasă sau spațiu de discuții)

Durată: 40 minute

Instrumente:

- Laptop și proiector (opțional)
- Flipchart sau tablă magnetică
- Markere
- Cartonase cu exemple de situații (pentru activitatea de grup)

Noțiuni teoretice:

Traficul de persoane presupune recrutarea, transportul, adăpostirea sau primirea unor persoane prin mijloace de fraudă, constrângere sau abuz, în scopul exploatarei (muncă forțată, exploatare sexuală, cerșetorie forțată, prelevare ilegală de organe etc.).

Victimele sunt adesea atrase prin promisiuni false de muncă, educație sau oportunități financiare. Traficul nu implică neapărat o deplasare geografică – el poate avea loc chiar în cadrul aceleiași comunități.

Descrierea activității:**Etapă 1: Brainstorming deschis (10 minute)**

Facilitatorul scrie întrebarea pe tablă: „Ce credeți că înseamnă traficul de persoane?”

Participanții răspund liber, iar facilitatorul notează toate ideile (fără să le corecteze). După brainstorming, facilitatorul definește clar conceptul, subliniind diferența dintre traficul de persoane și migrația legală.

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

Etapă 2: Exercițiu de grup – Clasificarea exemplurilor (20 minute)

Participanții sunt împărțiți în 5 echipe. Fiecare echipă primește un set de 5 cartonașe cu situații (reale sau fictive).

Sarcina este să clasifice fiecare situație:

- Este trafic de persoane – Da / Nu
- De ce? (scurtă justificare)

Exemple de situații:

- O agenție promite un loc de muncă în străinătate, dar la sosire pașapoartele sunt confiscate.
- O rudă invită un adolescent să lucreze legal și plătit în magazinul familiei.
- O ofertă online promite câștiguri mari pentru muncă ușoară, fără detalii clare despre angajator.
- O școală oferă burse reale pentru studii în alte orașe, cu documente complete și sprijin.
- Un copil este forțat să cerșească pe stradă și trebuie să aducă zilnic o sumă minimă unui adult.

Etapă 3: Discuție de grup (10 minute)

După clasificare, fiecare echipă își prezintă răspunsurile. Facilitatorul corectează eventualele neînțelegeri și subliniază ideile esențiale:

- Nu toate ofertele sunt sigure.
- Traficul poate părea inițial o oportunitate.

14. Titlul activității: Semnale de avertizare și metode de recrutare – „Când ceva sună suspect...”

Scop: familiarizarea participanților cu principalele metode de recrutare folosite de traficanții de persoane și sprijinirea recunoașterii semnalelor de avertizare ale unei situații periculoase

Vârsta recomandată a participanților: 12–18 ani

Spațiu necesar: spațiu închis, amenajat pentru lucru în echipă și discuții deschise

Durată: 45 minute

Instrumente:

- Flipchart sau tablă albă
- Markere
- Cartonașe cu exemple de situații de recrutare
- Postere cu „Semne de pericol” (pentru perete sau tablă)

Noțiuni teoretice:

Traficanții de persoane folosesc diverse tactici pentru a recruta victime:

- Promisiuni de locuri de muncă bine plătite, fără contract sau detalii clare
- Propuneri de căsătorie sau relații romantice care evoluează neobișnuit de rapid
- Oferte de contracte în modelling sau cariere artistice cu foarte puține formalități

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

- *Invitarea la călătorii fără aprobarea părinților sau garanții clare*
- *„Prietenii” dezvoltate online care duc la oferte suspecte*

Semnale de avertizare:

- *Presiunea de a păstra oportunitatea secretă*
- *Solicitarea de documente personale sau fotografii*
- *Planuri de călătorie grăbite și fără transparență*
- *Insistența de a te izola de familie/prieteni*
- *Oferte „prea bune ca să fie adevărate”*

Descrierea activității:**Etapă 1: Prezentarea posterului (10 minute)**

Facilitatorul prezintă un poster cu principalele semnale de avertizare. Discuție scurtă: „De ce credeți că traficanții insistă pe secret?” „Ce semnale v-ar face să vă îndoiiți de o ofertă?”

Etapă 2: Analiza situațiilor în echipă (20 minute)

Participanții sunt împărțiți în 4-5 echipe. Fiecare echipă primește cartonașe cu situații reale sau simulate de recrutare.

Exemple:

- O persoană pe care o cunoști abia din mediul online îți oferă un contract de modelling în străinătate.
- Un prieten insistă să accepți un loc de muncă în afară, fără să le spui părinților, susținând că „le vei face o surpriză.”
- Un verișor îndepărtat propune un loc de muncă bine plătit, dar evită să ofere detalii despre locul de muncă.
- O colegă de clasă povestește despre un nou prieten care îi oferă să o ducă la studii într-o altă țară, cu toate cheltuielile plătite, dar trebuie să plece urgent.
- Un vecin propune unei fete de 16 ani să meargă cu el într-un alt oraș „pentru o viață mai bună.”

Sarcina echipelor:

- Să identifice 2-3 semnale de avertizare
- Să explice de ce situația este riscantă

Etapă 3: Prezentarea în grup mare (10 minute)

Fiecare echipă își prezintă analiza. Facilitatorul notează pe flipchart semnalele de avertizare identificate, construind o listă comună.

Etapă 4: Concluzii (5 minute)

Facilitatorul rezumă ideile principale:

- Ai încredere în instinct: dacă ceva pare în neregulă, probabil chiar este.
- Pune întrebări: o oportunitate reală va fi întotdeauna transparentă.
- Discută cu adulți în care ai încredere: nu pleca niciodată în secret sau fără să-ți informezi familia.

15. Titlul activității: Strategii de protecție – „Cum rămân în siguranță?”

Scop: echiparea participanților cu strategii practice pentru a se proteja împotriva riscului de trafic de persoane și încurajarea gândirii critice în fața ofertelor suspecte

Vârsta recomandată a participanților: 12–18 ani

Spațiu necesar: spațiu interior care să permită lucru în grupuri mici

Durată: 40 minute

Instrumente:

- Flipchart sau tablă albă
- Markere
- Cartonase „Strategii de protecție”
- Fișe de lucru pentru activitatea în echipă

Noțiuni teoretice:

Comportamentele de protecție împotriva traficului includ:

- Verificarea credibilității ofertelor (de muncă, studii, călătorii)
- Neexpedierea de documente sau fotografii fără certitudinea identității destinatarului
- Informarea și consultarea părinților sau a adulților de încredere înainte de a accepta o oportunitate
- Prudență în relațiile online
- Cunoașterea detaliilor de contact în caz de urgență
- Stabilirea de limite personale clare și ascultarea propriei intuiții
- Solicitarea de contracte scrise, documente oficiale, și verificarea atentă a acestora
- Călătoriile doar cu știința și acordul familiei

Descrierea activității:**Etapă 1: Discuție deschisă (5–7 minute)**

Facilitatorul întreabă: „Dacă ai vrea să pleci în străinătate cu o bursă sau pentru un loc de muncă, ce ai face ca să te asiguri că e în siguranță?”

Participanții răspund spontan, iar răspunsurile sunt notate pe tablă.

Etapă 2: Atelier de echipă – Construirea Codului de siguranță (20 minute)

Participanții sunt împărțiți în echipe. Fiecare echipă primește un set de cartonase cu sfaturi (corecte sau greșite).

Exemple de cartonase:

- „Nu-ți informa niciodată părinții dacă accepți o ofertă în străinătate.” (*greșit*)
- „Verifică dacă angajatorul are o companie înregistrată și verificată.” (*corect*)
- „Dacă cineva îți oferă o oportunitate și îți cere să o păstrezi secretă, probabil e de încredere.” (*greșit*)
- „Cere un contract și citește-l cu atenție înainte de a semna orice.” (*corect*)
- „Ai încredere în ofertele care vin printr-un prieten de-al unui prieten.” (*greșit*)

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Sarcinile echipelor:

- Să identifice strategiile corecte
- Să construiască un „Cod de siguranță” pentru tineri

Etapa 3: Prezentare și creare de poster (10 minute)

Fiecare echipă își prezintă „Codul de siguranță.” Împreună, se creează un poster mare pe flipchart cu cele mai importante reguli de protecție.

Etapa 4: Concluzii (3-5 minute)

Facilitatorul subliniază:

- Informația = protecție
- Dialogul cu adulții = prevenție
- Gândirea critică = instrument de supraviețuire

16. Titlul activității: Adevărat sau fals? – „Demontarea miturilor despre traficul de persoane”

Scop: să ajute participanții să identifice și să corecteze convingerile false despre traficul de persoane, promovând o înțelegere realistă și informată a fenomenului

Vârsta recomandată a participanților: 12-18 ani

Spațiu necesar: spațiu interior amenajat pentru activități de mișcare

Durată: 30-35 minute

Instrumente:

- Afișe „ADEVĂRAT / FALS” (pentru cele două părți ale sălii)
- Cartonase cu mituri și fapte
- Flipchart sau tablă albă pentru concluzii

Noțiuni teoretice:

Miturile și dezinformarea despre traficul de persoane pot duce la vulnerabilitate și neatenție. Printre cele mai comune mituri:

- „Doar fetele sunt victime ale traficului.” (Fals – și băieții pot fi victime.)
- „Traficanții sunt întotdeauna străini.” (Fals – pot fi cunoscuți sau chiar membri ai familiei.)
- „Traficul înseamnă doar trimiterea oamenilor în străinătate.” (Fals – are loc și pe plan intern.)
- „Dacă pleci cu consimțământul tău, nu poate fi trafic.” (Fals – consimțământul obținut prin înșelăciune este invalid.)
- „Victimele știu întotdeauna că sunt traficate.” (Fals – manipularea poate împiedica recunoașterea exploatarei.)

Descrierea activității:**Etapa 1: Joc de mișcare – „Adevărat sau fals?” (15 minute)**

Facilitatorul explică regulile:

- Sala este împărțită în două zone: ADEVĂRAT și FALS.
- Facilitatorul citește o afirmație despre trafic.
- Participanții se deplasează în zona care corespunde opiniei lor.

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

Exemple de afirmații:

- „Traficul de persoane are loc doar în afara țării.” (*Fals*)
- „Este periculos să ai încredere în cineva care insistă să păstrezi un secret.” (*Adevărat*)
- „Victimele pot fi persoane care credeau inițial că merg la un loc de muncă legal.” (*Adevărat*)
- „Doar adolescenții fără familie sunt expuși riscului.” (*Fals*)
- „Relațiile online pot fi uneori folosite pentru recrutare.” (*Adevărat*)

Se oferă explicații scurte după fiecare afirmație.

Etapă 2: Reflecție în grup (10–15 minute)

Participanții revin la locurile lor. Facilitatorul întreabă:

- În ce mituri credeți înainte?
- De ce sunt periculoase aceste mituri?
- Cum ne putem proteja mai bine prin informare?

Etapă 3: Concluzie (3–5 minute)

Mesaj final: „**A cunoaște adevărul te protejează. Nu lăsa miturile să decidă pentru tine!**”

17. Titlul activității: Cum cer ajutor – „Nu ești singur”

Scop: să îi învețe pe participanți cum să ceară ajutor în mod sigur și eficient dacă ei sau cineva cunoscut este în pericol de trafic sau exploatare

Vârsta recomandată a participanților: 12–18 ani

Spațiu necesar: spațiu interior organizat pentru discuții în grup

Durată: 30 minute

Instrumente:

- Cartonașe cu contacte de urgență (DGASPC, Telefonul Copilului 119, Poliție, adulți de încredere)
- Cartonașe cu situații pentru joc de rol
- Flipchart sau tablă albă
- Markere

Noțiuni teoretice:

Recunoașterea pericolului este doar primul pas — următorul este solicitarea de ajutor.

Aspecte importante:

- *Nu este rușinos să ceri ajutor.*
- *Ajutorul trebuie cerut de la persoane de încredere: părinți, profesori, consilieri, autorități.*
- *Raportarea timpurie poate preveni consecințe grave.*
- *Trebuie cunoscute numerele de urgență și folosite atunci când este nevoie.*
- *Cu cât oferi mai multe detalii, cu atât autoritățile pot interveni mai eficient.*

Descrierea activității:

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

Etapă 1: Discuție de grup (5–7 minute)

Facilitatorul lansează întrebări:

- De ce este uneori greu să cerem ajutor?
- Ce frici pot apărea? (ex. „Nu mă vor crede”, „E vina mea”, „E rușinos”)
- Cum putem depăși aceste bariere?

Etapă 2: Exercițiu practic – „Cine mă poate ajuta?” (10–15 minute)

Participanții sunt împărțiți în grupuri mici. Fiecare grup primește o situație și trebuie să creeze un „Plan de ajutor”.

Exemple de situații:

- Primești o ofertă de muncă online care pare suspectă.
- Un prieten îți spune că intenționează să plece cu cineva cunoscut online.
- Observi că un coleg comunică frecvent și în secret cu un adult necunoscut, online.
- Ești invitat/ă să faci modelling în străinătate de cineva care evită să ofere detalii despre contract.

Planul de ajutor trebuie să includă:

- Cui spun mai întâi?
- Ce informații ofer?
- Cum mă asigur că sunt în siguranță când cer ajutor?

Etapă 3: Rezumat și instrumente (5–7 minute)

Facilitatorul prezintă un slide sau o tablă cu contacte importante:

- Telefonul Copilului 119 (gratuit și confidențial)
- Poliția – 112
- DGASPC (Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului)
- Părinți, profesori, consilieri școlari

Participanții pot primi cartonașe tipărite cu aceste informații.

Concluzie:

„Nu ești singur. A cere ajutor este un act de putere, nu de slăbiciune.”

18. Titlul activității: Reflecție finală – „Am dreptul să fiu în siguranță”

Scop: încheierea modulului de prevenire a traficului de persoane printr-o reflecție individuală și colectivă care consolidează sentimentul de siguranță, responsabilitate și solidaritate al participanților

Vârsta recomandată a participanților: 12–18 ani

Spațiu necesar: spațiu interior liniștit, organizat în cerc

Durată: 20–25 minute

Instrumente:

- Fișe de reflecție
- Markere
- Post-it-uri sau cartonașe colorate
- Flipchart intitulat „Dreptul nostru la siguranță”

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313****Noțiuni teoretice:**

Prevenirea începe cu conștientizarea.

Prin cunoașterea drepturilor, recunoașterea riscurilor și comportamentul responsabil, tinerii se pot proteja pe ei înșiși și pot contribui la o societate mai sigură.

Idei-cheie:

- Fiecare tânăr are dreptul să trăiască în siguranță și libertate.
- Traficul poate fi prevenit prin informare, comunicare și vigilență.
- Curajul, gândirea critică și cererea de ajutor sunt instrumente esențiale.

Descrierea activității:**Etapă 1: Reflecție individuală – „Pactul meu pentru siguranță” (10 minute)**

Participanții primesc o fișă de reflecție pe care răspund la întrebările:

- Care este cel mai important lucru pe care l-am învățat astăzi?
- Ce voi face pentru a mă proteja pe mine și pe prietenii mei?
- Ce mesaj vreau să transmit altora despre siguranță?

Etapă 2: Împărtășire colectivă – „Zidul siguranței” (10 minute)

Fiecare participant scrie pe un cartonaș colorat un cuvânt, un slogan sau un mesaj scurt despre siguranța online și offline. Cartonașele sunt lipite pe flipchart sau pe un perete simbolic: „Dreptul nostru la siguranță.”

Opțional: mesajele pot fi transformate într-un poster care să fie afișat în școală sau în spațiul grupului.

Etapă 3: Cerc final – „Cuvântul cu care plec” (5 minute)

Fiecare participant, dacă dorește, spune un singur cuvânt care rezumă experiența (ex. curaj, vigilență, protecție, sprijin, putere).

Încheiere: Facilitatorul încheie activitatea cu mesajul:

„Ai dreptul să fii în siguranță. Ai puterea de a te proteja pe tine și pe ceilalți.

Informația și solidaritatea salvează vieți.”

1. Capitol**5. Modul: Gândire critică și abilități de recunoaștere a semnelor abuzului**

Nr. Crt	Obiective de referință	Conținutul de bază	Metode de formare	Mijloace de instruire	Criterii de evaluare
1	2	3	4	5	6
5. Gândire critică și abilități de recunoaștere a semnelor de abuz (durata: 5 ore)					

1.	La sfarsitul modulului, participanții vor fi capabili să: Dezvoltarea abilității de gândire critică. Înțelegerea semnelor de abuz și intervenția adecvată. Dezvoltarea personală: Creșterea stimei de sine prin încrederea că pot recunoaște și interveni în cazuri de abuz.	Conținut Teoretic: Definirea gândirii critice și abilități de recunoaștere a abuzului. Semnele de abuz și cum intervenim eficient. Exercițiu de auto-reflecție: Care sunt valorile tale legate de respect și siguranță?	Prezentări interactive Discuții de grup Lucru în echipa Jocuri de rol Dezvoltare personală: Activități de auto-reflecție și creștere a încrederii în sine, de exemplu, prin identificarea abuzurilor care s-au întâmplat în jurul lor și cum ar fi putut să le prevină. Exercițiu de grup: Discutați despre ce abilități de gândire critică sunt necesare pentru a recunoaște abuzul și cum să acționezi atunci când ești martor la o situație de abuz.	În sală: Laptop, conectare de internet, tablă albă magnetică SAU Online: Laptop, Conectare de internet, microfon, webcam, prezentare PowerPoint, online whiteboard, flipchart	Capacitatea de a defini principiile de baza în cadrul unor discuții de grup cu colegii; Test de evaluare a gândirii critice și abilității de a recunoaște semnele abuzului. Feedback personalizat din partea trainerilor despre activitățile de grup.
----	---	---	--	---	--

Introducere generală:

Acest modul urmărește dezvoltarea gândirii critice a tinerilor și consolidarea abilității lor de a recunoaște semnele de abuz emoțional, fizic sau verbal. Prin activități interactive și reflecție personală, participanții vor învăța să gândească independent, să identifice situațiile de risc și să reacționeze în mod responsabil, întărindu-și totodată respectul de sine și siguranța personală.

1. Denumirea activității: *Ce este gândirea critică? – Primii pași spre a gândi independent*

Scop: Să ajute participanții să înțeleagă conceptul de gândire critică și importanța utilizării acesteia în viața de zi cu zi, în special în situații de decizie și evaluare a informațiilor.

Vârsta participanților: 12–18 ani

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Necesar spațiu: Spațiu închis, de dimensiune mică sau medie (sală de clasă, spațiu de întâlnire)

Durată: 40 minute

Instrumente:

- Laptop și proiector (opțional)
- Flipchart sau tablă
- Markere, post-it-uri colorate

Noțiuni teoretice:

Gândirea critică este abilitatea de a analiza informații, de a pune întrebări relevante, de a evita manipularea și de a lua decizii bine argumentate. Ea presupune observare atentă, evaluarea surselor, formarea unei opinii proprii și curajul de a gândi diferit. Într-o lume plină de informații contradictorii, gândirea critică este esențială pentru siguranța personală și pentru luarea unor decizii corecte.

Desfășurarea activității:**Etapă 1: Brainstorming rapid (10 min)**

Facilitatorul scrie pe tablă: „Ce credeți că înseamnă gândirea critică?”

Participanții oferă idei, fără corecturi sau comentarii. Facilitatorul adună toate răspunsurile.

Etapă 2: Mini-lecție (10 min)

Facilitatorul oferă o explicație clară a conceptului, folosind exemple simple:

- Credeți orice citim pe internet? De ce?
- Este bine să punem întrebări? Cum ne ajută?

Etapă 3: Joc de mișcare „Adevărat sau Fals” (15 min)

Facilitatorul citește pe rând următoarele afirmații. Participanții se deplasează în colțul „Adevărat” sau „Fals”, apoi are loc o scurtă discuție:

Lista de afirmații:

1. Tot ce citim pe internet este adevărat.
2. E bine să pui întrebări chiar dacă toți ceilalți sunt de acord.
3. Un profesor sau adult are întotdeauna dreptate, fără excepție.
4. O informație cu multe like-uri este cu siguranță adevărată.
5. Este mai ușor să fii manipulat dacă nu verifici sursele.
6. Gândirea critică te ajută să te protejezi de fake news.
7. Este greșit să pui sub semnul întrebării o regulă dacă pare incorectă.
8. Faptul că o majoritate crede un lucru nu înseamnă automat că este corect.
9. Trebuie să accept orice informație doar pentru că este spusă de o persoană faimoasă.
10. O persoană care gândește critic ascultă, analizează și decide singură.

Discuții rapide după fiecare enunț – încurajează argumentarea deciziilor.

Etapă 4: Reflecție individuală (5 min)

Participanții completează pe un post-it:

„O situație în care am avut nevoie să gândesc critic a fost...”

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

Post-it-urile se lipesc pe un flipchart dedicat „Puterea gândirii mele”.

2. Denumirea activității: **Recunoașterea semnelor de abuz – „Semnale de alarmă”**

Scop: Să ajute participanții să identifice semnele timpurii ale abuzului fizic, emoțional și psihologic și să înțeleagă importanța intervenției corespunzătoare.

Vârsta participanților: 12–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis, de dimensiune medie (sală de clasă sau spațiu de lucru în grupuri)

Durată: 45 minute

Instrumente:

- Laptop și proiector (opțional)
- Flipchart sau tablă magnetică
- Fișe cu exemple de comportamente / semnale
- Markere colorate

Noțiuni teoretice:

Abuzul poate lua forme multiple: fizic, emoțional, psihologic sau sexual.

Semnele de abuz includ: schimbări bruște de comportament, izolare socială, teamă excesivă, leziuni fizice inexplicabile, scăderea performanțelor școlare sau a stimei de sine.

Intervenția corectă presupune observare atentă, sprijin emoțional și apelarea la persoane sau instituții competente.

Desfășurarea activității:

Etapa 1: Introducere interactivă (10 min)

Facilitatorul întreabă:

„Ce înțelegeți prin abuz? Ați recunoscut vreodată semne de abuz în jurul vostru?”

Se notează ideile principale pe flipchart.

Etapa 2: Exercițiu de recunoaștere (15 min)

Participanții lucrează în echipe. Primesc fișe cu comportamente diverse și trebuie să decidă:

- „Este posibil semn de abuz”
- „Nu este semn de abuz”

Exemple de comportamente:

- Un coleg vine frecvent cu vânătăi neexplicate.
- O persoană refuză brusc să participe la activități.
- Cineva glumește ocazional pe seama altora.
- Cineva pare mereu speriat când primește mesaje pe telefon.
- Un coleg devine retras și își evită prietenii.

Discuție de grup: Ce comportamente sunt îngrijorătoare? De ce?

Etapa 3: Joc de mișcare – „Semaforul reacțiilor” (15 min)

Facilitatorul amenajează trei zone în sală:

- Verde = Nu e semn de îngrijorare

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

- Galben = Observ, dar nu intervin direct
- Roșu = Semnal clar, trebuie să cer ajutor

Facilitatorul citește câte un scenariu, iar participanții se deplasează spre zona corespunzătoare. După fiecare deplasare, facilitatorul discută alegerile:

Scenarii:

1. Un coleg lipsește brusc mai multe zile de la școală, iar când revine, evită contactul vizual și este foarte retras.
2. O persoană primește mesaje agresive de la colegi, dar le ignoră aparent și continuă să se comporte normal.
3. Un elev râde de alt coleg într-un mod jignitor, în fața clasei, iar colegul pare foarte afectat.
4. O fată refuză brusc să participe la activitățile sportive preferate și devine foarte temătoare la atingere.
5. Un coleg povestește amuzat că părinții lui „îl pedepsesc” trimițându-l la culcare mai devreme dacă ia note mici.

Discuții scurte: De ce ai ales verde/galben/roșu? Ce reacție ai considera potrivită?

Etapă 4: Reflecție finală (5 min)

Participanții completează pe un bilețel:

„Un semn de abuz pe care îl voi urmări mai atent de acum înainte este...”

Bilețelele pot fi adunate și discutate (anonim) sau afișate.

3. Denumirea activității: Ce înseamnă respectul și siguranța personală? – „Granițele mele contează”

Scop: Să sprijine participanții în definirea conceptelor de respect de sine, respect față de ceilalți și stabilirea limitelor personale pentru siguranța fizică și emoțională.

Vârsta participanților: 12–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis, mediu spre mare (sală de clasă reamenajată sau spațiu de lucru liber)

Durată: 45 minute

Instrumente:

- Flipchart sau tablă albă
- Markere colorate
- Post-it-uri
- Hârtie A4 și pixuri

Noțiuni teoretice:

Respectul personal presupune acceptarea propriei valori și apărarea limitelor personale în mod sănătos. Siguranța personală înseamnă să te simți protejat din punct de vedere emoțional și fizic.

Respectul față de ceilalți implică recunoașterea și respectarea limitelor și nevoilor lor.

Comunicarea asertivă și cunoașterea propriilor limite sunt abilități-cheie pentru a preveni situațiile de abuz sau hărțuire.

Desfășurarea activității:**Etapă 1: Discuție ghidată (10 min)**

Facilitatorul întreabă:

„Ce înseamnă pentru voi respectul? Cum știți că cineva vă respectă?”

Se adună ideile pe flipchart sub două coloane: **Respect față de sine și Respect față de ceilalți.**

Etapă 2: Exercițiu de definire a limitelor personale (15 min)

Fiecare participant primește o foaie A4 pe care scrie:

- 3 lucruri care mă fac să mă simt în siguranță.
- 3 lucruri care mă fac să mă simt inconfortabil.
- 1 exemplu de situație în care aș spune „STOP” pentru a-mi apăra limitele.

Participanții care doresc pot împărtăși un exemplu (facultativ).

Etapă 3: Joc de mișcare – „Cercul confortului” (15 min)

Facilitatorul creează două cercuri simbolice pe podea (cu bandă adezivă sau imaginar):

- Cerc interior = Zona de confort și siguranță
- Cerc exterior = Zona de disconfort

Facilitatorul citește diverse situații, iar participanții se așază în cercul care corespunde reacției lor personale:

Situații:

- Cineva îți cere să împrumuți un obiect personal fără să te întrebe.
- Un coleg glumește constant despre tine, chiar dacă i-ai cerut să nu o mai facă.
- O prietenă îți respectă dorința de a nu participa la o activitate.
- Cineva te critică public pentru o greșeală minoră.
- Un coleg îți mulțumește sincer pentru ajutorul dat.

Discuție scurtă: Cum ne dăm seama ce e confortabil sau nu? De ce este important să ascultăm aceste semnale interne?

Etapă 4: Reflecție finală (5 min)

Pe un post-it, fiecare participant completează:

„Un mod prin care îmi voi proteja mai bine respectul și siguranța este...”

Post-it-urile sunt lipite pe un panou „Zona mea de siguranță”.

4. Denumirea activității: *Joc de rol: Cum reacționez la o situație de abuz? – „Alege să fii vocea schimbării”*

Scop: Să dezvolte abilitățile participanților de a recunoaște situațiile de abuz și de a reacționa în mod asertiv, sigur și responsabil.

Vârsta participanților: 12–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis, de dimensiune mare (sală de activități sau curte acoperită)

Durată: 50 minute

Instrumente:

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

- Cartonașe cu scenarii de abuz (scrise scurt)
- Foi mari sau tablă pentru feedback
- Cronometru

Noțiuni teoretice:

Intervenția într-o situație de abuz presupune trei pași esențiali:

1. *Observarea semnalelor de alarmă.*
2. *Reacționarea în siguranță – fără a agrava conflictul.*
3. *Solicitarea ajutorului de la o persoană de încredere (adult, profesor, consilier).*

Este important să reacționezi calm, să îți păstrezi siguranța și să știi când este necesar să ceri sprijin extern.

Desfășurarea activității:**Etapă 1: Introducere și reguli de siguranță (5 min)**

Facilitatorul explică scopul jocului de rol și stabilește reguli de siguranță:

„Ne imaginăm, dar nu judecăm. Nu râdem, nu minimizăm. Scopul este să învățăm, nu să criticăm.”

Etapă 2: Pregătirea echipelor (5 min)

Participanții se împart în grupuri mici (3–5 persoane). Fiecare grup trage un cartonaș cu un scenariu de abuz.

Exemple de scenarii:

- Un coleg este jignit constant în pauze de alți colegi.
- O persoană este exclusă intenționat din grupurile de lucru.
- Cineva primește mesaje agresive sau batjocoritoare pe telefon.
- Un elev este forțat să își împartă banii sau mâncarea cu alții.
- O persoană este tachinată pe baza aspectului fizic.

Etapă 3: Joc de rol și soluții (25 min)

Fiecare grup:

- Pregătește o scurtă scenetă (2–3 minute) în care ilustrează situația.
- Prezintă soluția propusă: cum reacționează cineva care intervine responsabil?

Facilitatorul cronometrează și asigură un climat de siguranță și respect.

Etapă 4: Debriefing și reflecție (15 min)

După fiecare scenetă, facilitatorul întreabă publicul:

- Ce semnale de abuz ați observat? Ce reacție v-a plăcut? De ce?
- Ce alte variante de reacție ar fi existat?

Participanții pot completa pe un bilețel:

„Un lucru pe care l-am învățat despre reacționarea la abuz este...”

5. Denumirea activității: Grup de reflecție: Valorile mele și limitele mele – „Ce contează pentru mine?”

Scop: Să ajute participanții să își conștientizeze propriile valori personale și să își definească limitele emoționale și sociale pentru a-și proteja sănătatea mentală și siguranța.

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Vârsta participanților: 12–18 ani**Necesar spațiu:** Spațiu închis, liniștit, mediu sau mic (sală de discuții sau cerc de reflecție)**Durată:** 45 minute**Instrumente:**

- Post-it-uri colorate
- Markere
- Fișe de reflecție personală
- Flipchart pentru concluzii de grup

Noțiuni teoretice:

Valorile personale sunt principiile fundamentale care ghidează deciziile și comportamentele fiecăruia dintre noi. Cunoașterea propriilor valori ajută la stabilirea limitelor sănătoase în relațiile interpersonale și protejează individul de abuz emoțional sau manipulare. Limitele personale sunt acele reguli pe care fiecare le stabilește pentru a se proteja pe sine fizic și emoțional.

Desfășurarea activității:**Etapă 1: Încălzire – Ce contează pentru mine? (10 min)**

Facilitatorul propune participanților să răspundă spontan la întrebări precum:

„Ce este foarte important pentru tine?”

„Ce lucru nu ai accepta niciodată să ți se întâmple?”

Răspunsurile se notează anonim pe post-it-uri și se lipesc pe flipchart.

Etapă 2: Discuție despre valori (10 min)

Facilitatorul explică:

„Valorile personale sunt busola noastră. Ele ne spun ce acceptăm și ce respingem.”

Se oferă exemple de valori: respect, prietenie, libertate, onestitate, siguranță, compasiune.

Participanții pot adăuga alte valori importante pentru ei pe post-it-uri.

Etapă 3: Exercițiu individual – Harta limitelor mele (15 min)

Fiecare participant primește o fișă unde completează:

- 2 valori importante pentru mine sunt...
- Un comportament pe care îl consider inacceptabil față de mine este...
- Ce aș spune sau face dacă cineva îmi încalcă aceste limite?

Facultativ, participanții pot alege să împărtășească una dintre ideile lor în grup.

Etapă 4: Reflecție colectivă (10 min)

Discuție în cerc:

- Cum mă ajută valorile mele să recunosc când sunt tratat incorect?
- De ce este greu uneori să îți aperi limitele?

Facilitatorul încurajează exprimarea liberă și validarea experiențelor personale.

6. Denumirea activității: Exercițiu de gândire critică: Detectăm informații false sau manipulative – „Nu tot ce zboară se mănâncă!”

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Scop: Să dezvolte gândirea critică a participanților, ajutându-i să identifice informații false, manipulative sau incomplete în mediul online sau în viața de zi cu zi.

Vârsta participanților: 12–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis, mediu (sală de curs cu acces la tablă sau flipchart)

Durată: 50 minute

Instrumente:

- Laptop și proiector (opțional)
- Fișe cu exemple de informații (adevărate și false)
- Markere și foi mari
- Post-it-uri colorate

Noțiuni teoretice:

Fake news, manipularea emoțională și informațiile distorsionate sunt fenomene frecvente în mediul online și în comunicare. Gândirea critică ajută la detectarea acestor situații prin:

- Verificarea surselor;
- Punerea de întrebări logice;
- Observarea emoțiilor stărnite intenționat;
- Căutarea mai multor perspective asupra aceluiași subiect.

Desfășurarea activității:**Etapă 1: Introducere interactivă – Ce este o informație falsă? (10 min)**

Facilitatorul lansează întrebarea:

„Cum știți dacă o informație este adevărată sau nu?”

Se adună idei pe flipchart: surse de încredere, semne de întrebare, verificarea detaliilor.

Etapă 2: Exercițiu în echipe – Detectivii informației (25 min)

Participanții sunt împărțiți în 5 echipe. Fiecare echipă primește 5-6 exemple de informații amestecate (adevărate și false) din lista extinsă:

Listă de informații pentru analiză:

1. „Un copil a inventat un dispozitiv care poate produce electricitate din aer.” (adevărat)
2. „Dacă mănânci doar ciocolată o să fii mai sănătos.” (fals)
3. „Planeta Marte va fi la fel de mare ca Luna pe cer luna aceasta.” (fals)
4. „Vaccinurile conțin microcipuri pentru controlul populației.” (fals)
5. „O organizație nonprofit a plantat 1 milion de copaci anul trecut.” (adevărat)
6. „Dacă bei 8 pahare de apă pe zi, ești protejat de toate bolile.” (parțial fals)
7. „Un câine a fost declarat primar onorific într-un sat din SUA.” (adevărat)
8. „Telefoanele 5G cauzează COVID-19.” (fals)
9. „Este posibil să înveți să cânti la un instrument în 24 de ore.” (fals)
10. „NASA plănuiește o nouă misiune cu echipaj uman pe Lună.” (adevărat)
11. „Dacă îți închizi ochii și îți pui o dorință exact la miezul nopții, ea se va împlini garantat.” (fals)
12. „Există pești care pot merge pe uscat pentru câteva minute.” (adevărat)

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

13. „Toate postările de pe rețelele sociale sunt verificate de experți înainte să fie publicate.” (fals)

14. „Persoanele care citesc mai mult au șanse mai mari să dezvolte empatie.” (adevărat)

15. „Dacă mănânci semințe de mere, vei avea copaci crescând în stomac.” (fals)

Sarcina fiecărei echipe:

- Să identifice care informații sunt false și care sunt adevărate.
- Să explice **de ce** cred că sunt false sau adevărate.

Etapă 3: Prezentări scurte (10 min)

Fiecare echipă prezintă rapid concluziile. Facilitatorul completează sau corectează explicațiile, dacă este necesar.

Etapă 4: Reflecție individuală (5 min)

Participanții completează pe un post-it:

„Un lucru pe care îl voi face pentru a verifica informațiile înainte să le cred este...”

Post-it-urile se lipesc pe flipchart-ul „Gândim înainte să credem!”.

7. Denumirea activității: Simulare: Intervenție eficientă într-o situație dificilă – „Fii schimbarea pe care vrei să o vezi!”

Scop: Să dezvolte competențele participanților de a reacționa eficient, responsabil și empatic într-o situație reală de abuz sau de comportament problematic.

Vârsta participanților: 12–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis, mare (sală de curs sau spațiu de activități care să permită simulări/joc de rol)

Durată: 60 minute

Instrumente:

- Cartonașe cu scenarii de situații dificile
- Cronometru
- Flipchart pentru concluzii de grup
- Markere

Noțiuni teoretice:

În fața unei situații de abuz sau violență, o intervenție eficientă înseamnă:

- *Să păstrezi siguranța proprie;*
 - *Să nu escaladezi conflictul;*
 - *Să susții victima cu calm și fermitate;*
 - *Să ceri sprijinul unei persoane competente (profesor, adult responsabil, autoritate).*
- Intervenția poate lua forma unei întreruperi blânde, a unei sprijiniri emoționale sau a unei raportări responsabile.*

Desfășurarea activității:**Etapă 1: Introducere și reguli de joc (5 min)**

Facilitatorul explică scopul simulării:

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

„Scopul nu este să judecăm, ci să ne exersăm reacțiile potrivite în fața unor situații dificile.”
Se stabilesc reguli de respect și de siguranță emoțională pentru toți participanții.

Etapa 2: Repartizarea pe grupuri și alegerea scenariilor (10 min)

Participanții lucrează în grupuri mici (3–5 persoane). Fiecare grup trage un cartonaș cu un scenariu de situație dificilă.

Exemple de scenarii:

- În pauză, un grup de elevi râde de hainele unui coleg mai timid.
- La o activitate, o persoană încearcă să forțeze altă persoană să participe la un joc inconfortabil.
- Pe grupul clasei apar mesaje ironice și jignitoare la adresa unui coleg.
- Un copil primește presiuni să împărtășească informații personale private.
- Un coleg pare foarte trist, retras, dar nimeni nu vorbește cu el.

Etapa 3: Pregătirea și prezentarea simulărilor (30 min)

Fiecare grup:

- Joacă scurt situația problematică (2 minute);
- Oprește scena și discută: ce opțiuni există pentru a interveni eficient?
- Joacă din nou scena, alegând o variantă de intervenție responsabilă.

Facilitatorul oferă ghidaj și cronometrează timpul fiecărei prezentări.

Etapa 4: Reflecție și concluzii de grup (15 min)

Discuție ghidată:

- Ce intervenții v-au plăcut cel mai mult? De ce?
- Ce a fost greu în a reacționa?
- Cum putem interveni fără a agrava situația?

Participanții completează:

„Un mod în care pot ajuta pe cineva într-o situație dificilă este...”

Răspunsurile pot fi adunate pe flipchartul „Modalități de a interveni pozitiv”.

8. Denumirea activității: Reflecție finală – Ce am învățat, cum mă simt mai încrezător?

Scop: Să încheie modulul printr-o activitate de reflecție personală și de grup, consolidând conștientizarea progresului făcut în gândirea critică și în recunoașterea semnelor de abuz.

Vârsta participanților: 12–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis, liniștit (sală de curs, cerc de discuții)

Durată: 30 minute

Instrumente:

- Fișe de reflecție individuală
- Post-it-uri colorate
- Flipchart „Gânduri de final”
- Markere

Noțiuni teoretice:

Reflecția personală este o etapă esențială în procesul de învățare. Ea ajută la conștientizarea cunoștințelor dobândite, a progresului emoțional și a strategiilor personale de aplicare a noilor competențe în viața reală.

Desfășurarea activității:**Etapă 1: Încălzire emoțională – Gândul de început (5 min)**

Facilitatorul propune participanților să răspundă mental la întrebarea:

„Cu ce emoție am început acest modul și cum mă simt acum?”

Se lasă un moment de liniște pentru reflecție personală.

Etapă 2: Fișa de reflecție personală (15 min)

Participanții completează individual o fișă cu întrebările:

- Un lucru nou pe care l-am învățat despre gândirea critică este...
- Un semn de abuz pe care voi ști să-l recunosc mai bine este...
- O situație în care m-aș simți mai pregătit să intervin este...
- O calitate personală care s-a dezvoltat în acest modul este...
- Un angajament pentru viitorul meu legat de respect și siguranță este...

Etapă 3: Cercul recunoștinței și curajului (10 min)

Participanții, așezați în cerc, pot împărtăși, dacă doresc:

„Un lucru de care sunt mândru în urma acestui modul este...”

sau

„O lecție importantă pe care o iau cu mine este...”

Facilitatorul încheie activitatea cu un mesaj de încurajare:

„Fiecare dintre voi are acum mai multe instrumente pentru a construi o lume mai sigură și mai respectuoasă.”

1. Capitol**6. Modul: Managementul atelierelor și bazele organizării comunitare**

Nr. Crt.	Obiective de referință	Conținutul de bază	Metode de formare	Mijloace de instruire	Criterii de evaluare
1	2	3	4	5	6
6. Managementul atelierelor și bazele organizării comunitare (durată: 4 ore)					

1.	La finalul modulului, participanții vor putea: Să se pregătească pentru a acționa ca formatori și facilitatori în domeniul protecției copilului și prevenirii abuzului. Să își dezvolte abilitatea de a organiza și conduce ateliere și activități educaționale pentru colegii lor. Să își consolideze abilitățile de leadership și mentorat, să își crească încrederea în sine și să comunice eficient.	Conținut teoretic: Principiile educației pentru tineri: Cum se creează un mediu sigur, deschis și educativ? Tehnici eficiente de prezentare și comunicare Cum să planifici și să organizezi ateliere educaționale pentru colegi și alți tineri Auto-reflecție: gestionarea emoțiilor în rolul de mentor sau formator și stabilirea unor obiective clare în aceste roluri	Prezentări interactive Discuții de grup Lucru în echipă Joc de rol Exercițiu de planificare Simulare de atelier Tehnici de prezentare: exerciții pentru a stăpâni o comunicare clară, eficientă și încrezătoare	În sală: Laptop, conexiune la internet, tablă magnetică SAU Online: Laptop, conexiune la internet, microfon, cameră web, prezentare PowerPoint, tablă albă online, flipchart Obiecte variate precum pietricele, bile de sticlă, eșarfe etc. Hârtii A4, markere, pixuri, post-it-uri (bilețele de hârtie)	Capacitatea de a formula principii-cheie în timpul discuțiilor de grup Feedback de grup: Participanții oferă feedback colegilor lor cu privire la prezentările susținute Autoevaluare: Fiecare participant reflectă asupra abilităților sale de formator și identifică pașii pentru dezvoltarea personală viitoare
----	--	---	--	--	---

1. Titlul activității: Joc de deschidere – De la haos la cerc

Scop: Construirea echipei, exprimarea emoțiilor folosind obiecte. Formarea unui cerc de grup, sosirea în spațiul comun.

Vârsta recomandată a participanților: **14+**

Spațiu necesar (spațiu interior sau exterior, mic sau mare): **spațiu interior**

Durată: **25 minute**

Instrumente: **Diverse obiecte precum pietricele, bile de sticlă, eșarfe**

Descrierea activității:

Scaunele sunt împrăștiate prin încăperea, iar pe fiecare este așezat un obiect. Participanții se plimbă prin cameră, acordându-se cu spațiul, apoi aleg un obiect care le reflectă starea emoțională din acel moment și se așază. Fiecare persoană explică alegerea făcută și ceea ce simte, formând treptat un cerc.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

Cum a fost să-ți exprimi emoțiile prin obiecte? Cum poți reflecta asupra propriei vieți prin acest joc?

Notă: conducătorul activității aduce obiecte despre care crede că i-ar putea atrage pe participanți, de exemplu: figurină Lego, pieptene, pietricică, ramură de copac, pluș, dantelă, eșarfă de mătase, bilă de sticlă, ceas...

2. Titlul activității: Clarificarea conceptelor

Scop: clarificarea sarcinilor liderului de grup, clarificarea conceptelor, formare în dinamica de grup, clarificarea succesiunii elementelor necesare în planificarea unui atelier/grup și prezentarea cadrului teoretic al conducerii unui atelier/grup

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 1 oră

Instrumente: markere, hârtie A4, bilețele cu denumirile părților

Descrierea activității:

Participanții primesc pe câte un bilet elementele necesare pentru planificarea unei activități de grup/atelier (ex: joc de energizare, joc de încheiere, joc de rămas-bun etc.), pe care trebuie să le așeze în ordine.

După aceea, cadrul teoretic necesar este prezentat și clarificat în grup mare (PPT – opțional).

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

Fiecare participant spune: ce crede, când apare de obicei acel element într-un atelier (început – mijloc – sfârșit), care ar putea fi funcția acelui element în procesul de grup (ex: deblocare, aprofundare, încheiere).

Încheiere – întrebări ale facilitatorului:

De ce este important ca o activitate să aibă o structură?

Care sunt consecințele lipsei sau plasării greșite a unui element?

Supliment de mișcare (opțional):

Participanții se aliniază într-o zonă a sălii în ordinea în care cred că trebuie să urmeze elementele sesiunii. Apoi justifică pe scurt ordinea aleasă.

CARTONAȘE:

- Acordare (start, joc de spargere a gheții)
- Cunoaștere reciprocă, conectare
- Introducerea temei (motivare, încadrare)
- Discuție despre obiective și cadre
- Partea de procesare (modulul de conținut)
- Sarcină de grup / joc cooperativ
- Bloc de reflecție / conversație / interpretare
- Joc de energizare (mobilizare, activare)

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313**

- Pauză / tranziție
- Joc de rămas-bun / cerc de încheiere
- Evaluare (auto-reflecție, feedback)
- Transfer / închidere

Clarificarea teoriei și conceptelor:**Spargerea gheții:**

Joc sau activitate care ajută la reducerea tensiunii și la pregătirea participanților pentru lucrul împreună.

Cunoaștere reciprocă, conectare:

Exerciții care sprijină construirea relațiilor între membrii grupului și primele interacțiuni.

Introducerea temei (motivare, încadrare):

Prezentarea temei sesiunii, trezirea interesului, activarea cunoștințelor anterioare.

Discuție despre obiective și cadre:

Clarificarea obiectivelor, regulilor și așteptărilor privind lucrul împreună, crearea unui spațiu sigur.

Partea de procesare (modulul de conținut):

Partea centrală, aprofundată a sesiunii, unde are loc lucrul efectiv pe conținut.

Sarcină de grup / joc cooperativ:

Exercițiu care încurajează cooperarea, solicită gândire comună sau rezolvare împreună.

Bloc de reflecție / conversație / interpretare:

Discuție colectivă despre experiențele trăite, extragerea învățămintelor, conștientizarea.

Joc de energizare (mobilizare, activare):

Exercițiu de mișcare sau activ care ajută la recapatarea atenției sau reducerea oboselii.

Pauză / tranziție:

Moment scurt de relaxare sau repaus care oferă timp pentru regenerare fizică și mentală.

Joc de rămas-bun / cerc de încheiere:

Activitate care sprijină închiderea procesului de grup și despărțirea într-un mod conștient.

Evaluare (auto-reflecție, feedback):

Evaluarea sesiunii la nivel individual și de grup, formularea de feedback.

Transfer / închidere:

Revenirea la conținutul profund, închiderea emoțională și întoarcerea la viața de zi cu zi.

Cadru:

Crearea și menținerea siguranței fizice, temporale, psihologice și emoționale necesare funcționării grupului (respectarea timpului, definirea rolurilor clare, a limitelor și temelor). Este baza încrederii și învățării.

Intervenție:

Intervenție conștientă în procesul de grup pentru a îmbunătăți sau rezolva o dificultate. Tipuri: întrebare, feedback, schimbare de structură, inversare de rol, folosirea tăcerii.

Reflecție / auto-reflecție:

Procesul de analizare a propriilor trăiri și acțiuni de către membrii grupului sau lider, extragerea

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

de învățături și conștientizare. Auto-reflecția regulată dezvoltă credibilitatea, empatia și flexibilitatea.

3. Titlul activității: Bazele gestionării unui atelier

Scop: Exersarea procesului de planificare a unui atelier de grup

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 1 oră

Instrumente: foi, pixuri

Descrierea activității:

Participanții sunt împărțiți în grupuri mai mici (3–4 persoane/grup). Fiecare grup mic alege o temă (prevenirea consumului de droguri, traficul de persoane, prevenirea bullyingului), pentru care trebuie să dezvolte un plan de atelier cu activități specifice.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

Cât de dificil a fost?

În ce măsură v-ați putut identifica cu tema?

Cât de greu a fost să creați un joc specific temei?

În ce măsură ați reușit să puneți în aplicare conținutul atelierului?

Titlul activității: „Pop-in” – prezentarea atelierului

Scop: dezvoltarea abilităților și competențelor de conducere a grupului; exersarea gestionării emoțiilor și rezistențelor care pot apărea în timpul activităților de grup

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 45 minute

Instrumente: foi, pixuri

Descrierea activității:

Fiecare grup mic joacă o activitate aleasă din atelier cu întregul grup. Formatorii participă și ei acum la joc; ei vor reprezenta condițiile dificile. Aceștia joacă un rol cu care liderii de grup se pot confrunta în timpul unei sesiuni (ei trebuie să aibă întotdeauna nevoi opuse celor exprimate de facilitatorul atelierului, de exemplu: plictisit, ironic; nerăbdător și grăbit; tăcut, retras; prea activ, vrea să domine spațiul; sceptic, rezistent; rătăcitor, neatent; conflictual, provocator; pasiv, de acord cu tot).

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

Liderii grupului care au condus jocul trebuie să reflecteze mai întâi asupra propriilor trăiri în timpul activității (blocaje, dificultăți, emoții puternice etc.), ce au simțit față de prezența membrilor „negativi” din grup și cum au încercat să gestioneze situațiile.

Apoi participanții la joc pot reflecta asupra modului în care s-au simțit, cum a fost prezența membrilor „negativi” pentru ei, cum i-a afectat aceasta – în ceea ce privește motivația și implicarea în joc.

Întrebări pentru reflecție:

- Care a fost cea mai mare provocare în calitate de facilitator?
- Cum ai încercat să răspunzi comportamentelor perturbatoare?

4. Titlul activității: Cerc de încheiere – Cum te-ai simțit?

Scop: încheierea secțiunii de activități; dezvoltarea abilităților de auto-reflecție

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 20 minute

Instrumente: cartonașe ilustrate

Descrierea activității:

Formatorul le cere membrilor grupului să se gândească la experiențele și emoțiile trăite în timpul activității și să aleagă un cartonaș ilustrat care exprimă și sintetizează tot ceea ce au simțit.

5. Titlul activității: Bârfă pozitivă

Scop: consolidarea acceptării și încrederii în cadrul grupului, sprijinirea autoevaluării și practicarea unei culturi a feedbackului pozitiv. Activitatea ajută la dezvoltarea reflecției personale și a coeziunii de grup.

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar: spațiu interior (este recomandat un spațiu liniștit și intim)

Durată: 30 minute (în funcție de numărul participanților și lungimea intervențiilor)

Instrumente: –

opțional: cartonașe cu „bule de vorbire pozitivă” sau foi de hârtie pentru feedback în scris, cronometru (pentru a asigura timp egal tuturor participanților)

Descrierea activității:

Grupul este împărțit în două. Se așază în cerc, iar un grup începe să vorbească despre un membru al celuilalt grup. Persoana aleasă din celălalt grup ia notițe despre ce se spune, fără a interveni, și ascultă cu spatele la ceilalți.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

Cum te-ai simțit ascultând aceste lucruri? Care propoziție te-a atins cel mai mult?

6. Titlul activității: Ocupantul scaunului empatiei

Scop: acordare emoțională cu ceilalți și cu sine; conștientizarea și recunoașterea emoțiilor

Vârsta recomandată a participanților: 7+

Spațiu necesar: spațiu interior (este recomandat un spațiu liniștit și intim)

Durată: 30 minute

Descrierea activității:

Participanții se plimbă în jurul scaunelor, pe care sunt așezate cartonașe cu emoții. Când

muzica se oprește sau formatorul dă un semnal, fiecare ocupă un scaun. Pe baza cartonașului aflat pe scaunul lor, elevii împărtășesc experiențe legate de emoția respectivă. Jocul poate fi jucat în mai multe variante:

- Se poate răspunde la o întrebare diferită pentru fiecare emoție;
- Se poate răspunde la o singură întrebare, dar cu emoția extrasă;
- Participanții pot exprima emoția într-un mod creativ (mimică, sunet, postură).

Oportunități de reflecție / exemple de întrebări pe cartonașele cu emoții:

- **Entuziasmat:** Când ai fost ultima dată entuziasmat? Cum simți entuziasmul în corp?
- **Furios:** Ce te face furios? Unde în corp simți furia?
- **Anxios:** Ce te-a făcut să te simți anxios în trecut? Cum îți dai seama că ești anxios?
- **Fericit:** Dacă fericirea ar fi o culoare, ce culoare ar fi?
- **Mândru:** Ce ai făcut săptămâna aceasta de care ești mândru? Dacă mândria ar fi un animal, ce animal ar fi?
- **Frustrat:** Îți amintești ultima dată când ai fost frustrat? Ce faci când te simți astfel?
- **Trist:** Arată-ne cum se simte tristețea. Dacă tristețea ar fi un sunet, ce sunet ar fi?
- **Gelos:** Când ai fost ultima dată gelos? Este o emoție plăcută?

2. Capitol

1. Modul: Dezvoltarea competențelor de leadership și lucru în echipă

Nr. Crt.	Obiective de referință	Conținut de bază	Metode de instruire	Instrumente educaționale	Criterii de evaluare
1	2	3	4	5	6
1. Dezvoltarea competențelor de leadership și lucru în echipă (durată: 5 ore)					

1.	La finalul modului, participanții vor putea: Să reflecteze asupra rolurilor dintr-un grup Să identifice ce sarcini sunt potrivite pentru ceilalți membri ai grupului Să își recunoască propriul rol în grup, să colaboreze cu alte roluri și să țină cont de funcțiile acestora Să organizeze și să conducă activități de lucru în echipă – Să conștientizeze și să își dezvolte competențele de leadership și lucru în echipă	Conținut teoretic: – Conceptul și importanța grupului, în special în ceea ce privește rolul jucat în cadrul acestuia – Rolurile din grup și impactul lor asupra funcționării comunității – Dinamica de grup, etapele de dezvoltare ale unui grup – Învățarea experiențială, elemente de bază ale pedagogiei experiențiale	Prezentări interactive Discuții de grup Lucru în echipă Joc de rol Participanții vor experimenta provocările implicării într-un grup, cooperării, leadershipului și comunicării prin propriile trăiri. Exercițiile sunt urmate de reflecții individuale și de grup.	În sală: Laptop, conexiune la internet, tablă magnetică SAU Online: Laptop, conexiune la internet, microfon, cameră web, prezentare PowerPoint, tablă online, flipchart, imagine cu un copac, obiecte, blocuri de lemn pentru construit, hârtie, foarfeci, celofan etc. <i>(pentru construirea unui pod)</i>	Exercițiile utilizate în cadrul programului urmăresc dezvoltarea conștientizării rolurilor, cooperării, rezolvării de probleme și auto-reflecției Feedback de grup Auto-reflecție privind implicarea și colaborarea Evaluarea eficienței cooperării în situații concrete Aplicarea ciclului învățării experiențiale prin trăirea personală
----	--	--	---	--	---

1. Titlul activității: Acordarea emoțională – Unde ești în imaginea cu copacul?

Scop: exprimarea vizuală a stării emoționale și mentale actuale a participanților. Activitatea sprijină auto-reflecția, evaluarea dinamicii de grup și crearea unei atmosfere sigure și de acceptare la începutul sesiunii.

Vârsta recomandată a participanților: 7+

Durată: 30 minute

Spațiu necesar: spațiu interior

Instrumente: o imagine cu un copac și siluete de persoane (atașată ca poster, proiectată sau tipărită)

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

Descrierea activității:

Liderul de grup arată desenul cu siluetele din copac.

Instrucțiuni: „Privește imaginea și alege silueta care te reprezintă cel mai bine în acest moment – cum ai ajuns aici, cum ți-a fost ziua sau săptămâna, sau cum te simți în grup. Important: nu există răspunsuri corecte sau greșite.”

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

„Ce siluetă ai ales? De ce te simți în acea stare?”

Liderul de grup sintetizează starea generală și oferă feedback empatic (ex. „Mulți dintre voi se simt entuziasmați, alții puțin obosiți – este perfect în regulă.”)

2. Titlul activității: Metafora casei

Scop: dezvoltarea echipei, găsirea rolurilor în grup, clarificarea rolului personal, dezvoltarea abilității de cooperare

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 1 oră

Instrumente: flipchart, descrieri ale rolurilor în grup

Descrierea activității:

Formatorul le cere participanților să construiască imaginar o casă, în care fiecare participant devine o parte sau un element al casei.

Grupul discută apoi cine și-a ales ce element.

Mai întâi, fiecare spune ce parte a ales și explică de ce. Apoi ceilalți membri ai grupului pot exprima dacă sunt sau nu de acord și dacă ar alocă un alt rol, justificând.

Sarcina se încheie când fiecare a primit un „rol” în structura casei.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

Discuție în grup mare.

Ulterior, formatorul explică faptul că fiecare are un rol important în grup.

Se face și o reflecție aplicată asupra propriei vieți.

Clarificarea teoriei și conceptelor

Grup: Un grup este o comunitate formată conștient sau spontan, unită printr-un scop, activitate sau identitate comună.

Tipuri de grupuri mici:

- **Duo (2 persoane):** cea mai mică unitate socială, cu o relație emoțională foarte intensă. Abuzul poate apărea și aici (ex. prieten-prieten sau relație).
- **Triadă (3 persoane):** unitate mai dinamică, unde poate apărea excluderea sau formarea unei alianțe „doi contra unu”.

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

- **Grup (4+ persoane):** relațiile devin mai complexe, apar roluri formale/informale, dinamici de putere și norme – aici poate apărea fenomenul de bullying.

Dinamica de grup: Reprezintă totalitatea proceselor psihosociale care au loc într-un grup, precum formarea, dezvoltarea de roluri, conducerea, influența. Ele afectează reacția grupului la schimbări, cooperarea, coeziunea și performanța.

Etapale dezvoltării unui grup:

1. **Formare**
2. **Conflict (Storming)**
3. **Normare (Norming)** – stabilirea normelor
4. **Funcționare (Performing)** – activitate eficientă
5. **Încheiere (Adjourning)**

Fiecare etapă necesită un alt nivel de implicare și intervenție din partea liderului.

Roluri în grup: Membrii pot avea roluri formale sau informale (inițiator, critic, comediant, observator etc.). Liderul trebuie să le recunoască și să le valorifice pentru a susține diversitatea și participarea constructivă. Aceste roluri influențează apariția sau prevenirea bullyingului.

Norme de grup: Reguli scrise sau nescrise care stabilesc comportamentele acceptabile în cadrul grupului (ex. confidențialitate, respect reciproc, interzicerea telefoanelor). Liderul este responsabil să le clarifice și să le aplice.

Etapale apartenenței la grup:

- Investigație
- Socializare
- Menținere
- Resocializare
- Amintire (ieșirea din grup)

Învățarea experiențială: „Învățarea experiențială este un proces prin care cunoașterea este creată prin transformarea experienței.” (David Kolb, 1970) Modelul cuprinde 4 pași care se repetă ciclic, generând dezvoltare continuă:

1. **Experiență concretă**
2. **Observare și reflecție asupra experienței**
3. **Formularea de concluzii generale și concepte** – identificarea tiparelor și dezvoltarea teoriilor
4. **Aplicarea conceptelor în situații noi** – testarea și reluarea ciclului prin experiențe noi

Pedagogia experiențială:

O filosofie educațională care leagă direct experiența de procesul de învățare. Este sinonimă cu învățarea experiențială.

Se bazează pe procese de grup, asumarea de riscuri, stiluri de învățare diverse și pe o succesiune logică de exerciții – de la spargerea gheții, cunoaștere reciprocă, construirea încrederii, până la comunicare, colaborare, rezolvarea de probleme și organizarea de tabere.

3. Titlul activității: Surdul, mutul și orbul

Scop: dezvoltarea cooperării, experimentarea anumitor roluri într-un grup și a sarcinilor și dificultăților asociate acestora; înțelegerea diferențelor, dificultăților și potențialului comunicării nonverbale și verbale

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar: interior

Durată: 30 minute

Materiale: câte un obiect de găsit pentru fiecare echipă și o mască de ochi

Descrierea activității:

Fiecare echipă are 3 roluri:

- **Căutătorul (orb):** are ochii acoperiți și trebuie să găsească obiectul de pe teren.
- **Conducătorul (surd):** stă cu spatele la teren și față către ghid; primește semnale nonverbale și le transformă în instrucțiuni verbale pentru căutător.
- **Ghidul (mut):** vede terenul și obiectul, dar nu poate vorbi – comunică doar prin semne cu conducătorul.

Terenul poate fi complicat cu obstacole (mese, scaune, plante etc.). Echipele au fiecare câte un obiect diferit de găsit.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

- Cum a fost să fii în fiecare rol?
- Ce a fost cel mai dificil?
- Ce forme eficiente de comunicare ați dezvoltat?
- Ce calități sunt necesare pentru a fi un bun căutător, lider sau ghid?

4. Titlul activității: S.C. ȚIGLĂ S.R.L.

Scop: dezvoltarea cooperării, rezolvării de probleme, comunicării; conștientizarea rolurilor și a conflictelor de rol în grup; exersarea managementului timpului; înțelegerea conexiunii dintre planificare și implementare; identificarea tiparelor de lucru din grup

Vârsta recomandată a participanților: 18+

Spațiu necesar: interior – este important să se poată separa zonele de lucru

Durată: 1–1,5 ore

Materiale: multe piese de construcție din lemn (tip LEGO), instrumente de scris, hârtie

Descrierea activității:

Formatorul împarte grupul în echipe de 4–6 persoane.

Se stabilesc 4 zone:

- Zona modelului original (vizitată doar de **constructor**)
- Zona proiectării (pentru **arhitecți**)
- Zona de construcție (pentru **echipa de execuție**)
- Depozitul (**logisticianul** ia piese de aici)

Instrucțiuni pentru echipă:

Construiți o replică fidelă a unei structuri folosind piese din lemn. Comunicarea este parțial restricționată, iar fiecare membru are un rol clar:

- **Constructorul:** poate vedea modelul de oricâte ori dorește, dar nu poate nota sau desena. Comunică doar cu arhitectii.
- **Arhitecții:** desenează planul doar pe baza descrierilor primite, nu pot folosi litere sau cifre. Nu pot comunica direct cu echipa de execuție sau cu logistica.
- **Echipa de execuție:** construiește pe baza planului, comunică doar cu logistica și între ei.
- **Logisticianul:** aduce materialele cerute de echipa de construcție, poate comunica cu toți și cu alți logisticieni.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

- Ce rol ai avut? Cum s-a decis? Ți l-ai asuma din nou?
- Cât de greu a fost să colaborezi cu limitări de comunicare?
- Ce etapă ar fi avut nevoie de mai mult timp sau pregătire?
- Există asemănări cu modul tău real de lucru în echipă?
- Ce ai putea îmbunătăți data viitoare?

5. Titlul activității: Construirea unui pod

Scop: dezvoltarea comunicării, cooperării, împărțirii sarcinilor, rezolvării de probleme, leadershipului și creativității

Vârsta recomandată a participanților: 14+

Spațiu necesar: spațiu interior mare sau spațiu exterior

Durată: 1–1,5 ore

Materiale: ziere, bețe de înghețată, paie, bandă adezivă, sfoară, foarfece, carton, pahare de hârtie etc., ruletă sau riglă, un obiect mic pentru testare (ex. jucărie de pluș, sticlă goală)

Descrierea activității:

Obiectiv: fiecare echipă trebuie să construiască un pod auto-susținut care să acopere o distanță (ex. 50–70 cm) și să susțină un obiect mic. Echipele nu pot vedea construcția celorlalte.

Etape:

1. **Alegerea rolurilor:** fiecare echipă alege un **coordonator de proiect** care organizează munca, dar nu atinge materialele. Ceilalți sunt **lucrători de construcție**.
2. **Planificarea:** echipa își dezvoltă strategia împreună, sub coordonarea liderului.
3. **Construcția:** liderul dă doar indicații verbale, nu poate ajuta fizic.
4. **Testarea și prezentarea:** fiecare echipă își prezintă podul și îl testează punând obiectul pe el.

Oportunități de reflecție / cadru de procesare:

- Ce a funcționat bine?
- Ce provocări ați întâlnit?
- Cum a funcționat comunicarea liderului?
- Cum au fost împărțite rolurile?
- De ce a fost obiectivul atins sau ratat?

Formatorul oferă feedback privind dinamica echipei, colaborarea și stilurile de conducere.

2. Capitol**2. Modul: Managementul proiectelor în practică**

Nr. Crt.	Obiective de referință	Conținut de bază	Metode de instruire	Instrumente educaționale	Criterii de evaluare
1	2	3	4	5	6
II. Managementul proiectelor în practică (durata: 5 ore)					

1.	La finalul modulului, participanții vor putea: Să identifice pașii de bază ai planificării unui proiect Să structureze obiectivele, activitățile și resursele Să identifice riscurile și responsabilitățile Să creeze un plan de proiect simplu pentru activități de tineret	Fundamente teoretice: Ce este managementul de proiect? (definirea proiectului, ciclul de viață, orientarea spre obiective) Elementele principale ale proiectului: obiectiv, activitate, timp, cost, resurse Identificarea părților interesate și alocarea rolurilor, pregătirea practică a proiectului Proiecte în serviciul prevenirii și al construirii comunității Conținut practic: Plan simplu de proiect pentru tineri.	Prezentări interactive Discuții de grup Lucru în echipă Lucru de proiectare în grupuri mici Studiu de caz concret	În sală: laptop, conexiune la internet, tablă magnetică SAU Online: laptop, conexiune la internet, microfon, cameră web, prezentare PowerPoint, tablă albă online, flipchart	Participare activă la lucrul în grup Prezentarea planului de proiect și reflecție asupra fezabilității Reflecție asupra conștientizării propriului rol în echipa de proiect Gândire critică: cum devine o idee un program sustenabil?
----	---	---	---	---	--

1. Titlul activității: Cadrul de management al proiectelor

Scop: Promovarea gândirii în logica de proiect

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar (interior sau exterior, mic sau mare): spațiu interior

Durată: 10–15 minute

Instrumente: Prezentare PPT

Clarificarea teoriei și conceptelor:

Gestionarea proiectelor finanțate de sponsori externi nu este doar o sarcină financiară și tehnică, ci și un proces complex, care necesită o abordare strategică, în care se împletesc politica de dezvoltare, cultura administrativă, reprezentarea scopurilor comunității și capacitatea de a le implementa în practică. Prezentarea își propune să revizuiască această complexitate, abordând

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Întreaga gamă a managementului de proiect: de la idee până la implementare sustenabilă. Ea pornește de la o idee-cheie: un proiect de dezvoltare nu este o obligație administrativă, ci un instrument prin care putem servi scopuri sociale, economice și de mediu. Rezultă că managementul de proiect nu înseamnă doar implementarea unui „pachet de proiect”, ci o intervenție gândită și conștientă în spațiu, comunitate și timp. Unul dintre cele mai importante mesaje ale prezentării este că esența managementului de proiect nu este tehnica „scrierii unui proiect”. Adevărata cunoaștere începe atunci când se formează o comunitate în jurul proiectului, se dezvoltă o funcționare responsabilă, iar ideea se transformă într-un beneficiu social real. În acest proces, managerul de proiect nu este doar un organizator, ci un mediator între scop, sursă și părțile interesate – cu alte cuvinte, un pod unic ce necesită gândire strategică, precizie administrativă și umanitate.

2. Titlul activității: Ciclul de viață al proiectului

Scop: Prezentarea ciclului de viață al unui proiect, de la idee la implementare

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 15–20 minute

Instrumente: Prezentare PPT

Clarificarea teoriei și conceptelor:

Viața unui proiect începe cu o idee – dar nu orice idee. O idee bună de proiect nu este despre „vânătoarea de bani”, ci urmărește să răspundă unei nevoi reale, se încadrează într-un concept de politică de dezvoltare de nivel superior și beneficiază de sprijin social. Atunci când se creează o idee, nu contează doar soliditatea ei profesională (de exemplu: concept de dezvoltare regională, studiu de fezabilitate), ci și cine sunt actorii implicați, care este experiența lor, interesele și obiectivele din spatele proiectului.

3. Titlul activității: Planificarea proiectului – scrierea aplicației

Scop: Transformarea ideii de proiect într-o formă eligibilă pentru finanțare

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 50–60 minute

Instrumente: Prezentare PPT

Clarificarea teoriei și conceptelor:

Scrierea unei aplicații este un pas tehnic, dar și strategic. În această etapă, ideea capătă formă: se constituie echipa de proiect, se elaborează planul de timp, bugetul și sistemul de indicatori, iar documentele însoțitoare relevante sunt colectate.

Toate acestea nu sunt doar cerințe formale: o greșală făcută în această etapă poate compromite întregul proiect. Este esențială interpretarea corectă a ghidului solicitantului, iar planificarea conștientă trebuie să înceapă de aici, pentru a asigura un echilibru între flexibilitate și control în

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313**

etapa de implementare. Soarta proiectului trece apoi în faza de decizie, unde este supus mai multor filtre: verificări formale, de eligibilitate, de conținut și de calitate, până când Comitetul de Evaluare ia decizia finală. Câștigarea finanțării nu reprezintă un punct final, ci un moment de cotitură sensibil: de acum înainte, toate angajamentele devin obligatorii, iar ideea anterior flexibilă devine o sarcină oficială.

Contractul de finanțare reglementează obligațiile, valoarea grantului, procedurile de achiziții publice și cerințele de sustenabilitate.

4. Titlul activității: Implementarea proiectului

Scop: Prezentarea sarcinilor administrative necesare pentru implementarea unui proiect câștigător

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar (interior sau exterior, mic sau mare): spațiu interior

Durată: 30–45 minute

Instrumente: Prezentare PPT

Clarificarea teoriei și conceptelor:

Cea mai mare provocare în faza de implementare este asigurarea faptului că planul de proiect nu „funcționează doar pe hârtie”.

Lansare / Activități pregătitoare:

- *Semnarea contractului de finanțare sau de atribuire.*
- *Formarea echipei de proiect: desemnarea managerului de proiect, a responsabilului financiar și a experților.*
- *Elaborarea unui calendar și a unui plan de lucru detaliat: termene clare, persoane responsabile.*
- *Pregătirea achizițiilor: inițierea procedurilor de achiziții publice, dacă este necesar.*

Implementare:

- *Derularea activităților: realizarea sarcinilor planificate în proiect.*
- *Management continuu al proiectului: coordonare, monitorizare, administrare.*
- *Monitorizare și raportare: întocmirea rapoartelor de progres și a situațiilor financiare către finanțator.*
- *Gestionarea eventualelor modificări: ajustarea calendarului, bugetului sau conținutului, dacă este necesar.*

Închidere:

- *Dovada finalizării: raport final, documentarea realizării tehnice și profesionale.*
- *Decontarea finală: închiderea financiară a grantului.*
- *Evaluare și lecții învățate: sintetizarea experiențelor, documentarea bunelor practici.*
- *Comunicare: prezentarea rezultatelor către public.*

Menținere / Monitorizare ulterioară:

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

- *Îndeplinirea obligațiilor de durabilitate: funcționarea serviciilor și utilizarea echipamentelor în perioada convenită.*
- *Măsurarea impactului (dacă este necesar): evaluarea rezultatelor pe termen lung ale proiectului.*
- *Pregătirea pentru controale: gestionarea auditului și inspecțiilor ulterioare.*

5. Titlul activității: Raportarea proiectului către finanțator

Scop: Prezentarea detaliilor tehnice ale rapoartelor de progres ale proiectului în cadrul sistemului nostru de susținere și monitorizare

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar (interior sau exterior, mic sau mare): spațiu interior

Durată: 30–45 minute

Instrumente: Prezentare PPT

Clarificarea teoriei și conceptelor:

Monitorizarea – urmărirea continuă a proiectului – este unul dintre cele mai subevaluate, dar esențiale elemente ale managementului de proiect. Beneficiarul trebuie să trimită rapoarte regulate privind stadiul implementării, pe baza cărora se planifică plățile. Totodată, monitorizarea nu este doar o verificare formală, ci poate oferi și un feedback valoros cu privire la calitatea planificării și flexibilitatea implementării. Problema controlului primește o atenție specială. Inspecțiile la fața locului – fie realizate de autorități naționale, fie internaționale – reprezintă o garanție a transparenței. Prezentarea subliniază clar că inspecția nu este o „pedeapsă”, ci o garanție a utilizării responsabile a fondurilor publice. În același timp, controlul își îndeplinește adevărata funcție doar atunci când nu este orientat spre identificarea greșelilor, ci spre înțelegerea și susținerea proiectului.

Închiderea proiectului este un alt punct sensibil. Decontarea cheltuielilor reale, arhivarea documentelor (pentru cel puțin trei ani) și îndeplinirea obligațiilor de durabilitate nu sunt simple formalități. Ele reprezintă baza pentru a evalua dacă proiectul a fost cu adevărat sustenabil și util. Pe parcursul monitorizării ulterioare se clarifică dacă au avut loc schimbări: dacă serviciile au fost consolidate, dacă regiunea s-a dezvoltat și dacă viețile beneficiarilor s-au îmbunătățit.

6. Titlul activității: Linii directoare orizontale

Scop: Linii directoare orizontale care trebuie luate în considerare în timpul implementării proiectului

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar (interior sau exterior, mic sau mare): spațiu interior

Durată: 30–45 minute

Instrumente: Prezentare PPT

Clarificarea teoriei și conceptelor:

Proiectele de dezvoltare finanțate de Uniunea Europeană nu servesc doar scopuri economice, ci

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313**

presupun și o responsabilitate socială și de mediu mai largă. O parte integrantă a acestei abordări complexe este includerea principiilor egalității de șanse și durabilității în logica aplicației. Cele două obiective orizontale nu sunt doar așteptări teoretice, ci se regăsesc sub formă de angajamente concrete, măsurabile și obligatorii în sistemele de aplicații ale UE. Este important ca aplicanții să poată cuantifica grupurile sociale afectate de proiect încă din faza de colectare a datelor. De exemplu, numărul de femei, romi și persoane cu dizabilități trebuie raportat separat, atât în rândul angajaților, cât și al membrilor grupului țintă. În plus, indicatorii de durabilitate – cum ar fi consumul de apă și energie, emisiile de gaze cu efect de seră sau ratele de reciclare a deșeurilor – trebuie și ei monitorizați. O parte dintre angajamente sunt obligatorii, fără de care proiectul nu poate fi sprijinit. Acestea includ, de exemplu, asigurarea unei comunicări sensibile la dimensiunea egalității de șanse, accesibilizarea informației și comunicării, proiectarea clădirilor publice pentru accesibilitate și utilizarea de evenimente și achiziții verzi. În același timp, logica UE oferă și posibilitatea unor angajamente opționale care să adâncească responsabilitatea socială și de mediu a proiectelor. În domeniul egalității de șanse, acest lucru poate însemna, de exemplu, angajarea unui responsabil cu egalitatea de șanse, angajarea de persoane romi sau cu dizabilități sau organizarea unor sesiuni de formare în domeniul egalității de șanse. Din punct de vedere organizațional, poate fi importantă existența unui concept local privind egalitatea de șanse și implicarea activă a grupurilor țintă vizate.

7. Titlul activității: Dezvoltarea de proiecte proprii

Scop: Participanții lucrează în 3 grupuri și dezvoltă un proiect pentru atingerea unui obiectiv axat pe interesul grupului

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar (interior sau exterior, mic sau mare): spațiu interior

Durată: 30–45 minute

Instrumente: hârtie, flipchart, carioci

Descrierea activității: Participanții formează grupuri mici de 3–4 persoane și dezvoltă un proiect care să rezolve o problemă apărută din interesul comun al grupului. În timpul dezvoltării, trebuie luate în considerare informațiile învățate anterior, regulile ciclului de viață al proiectului și ale implementării, liniile directoare orizontale și resursele disponibile din surse externe sau interne.

8. Titlul activității: Prezentarea proiectelor dezvoltate

Scop: Cele 3 grupuri își vor prezenta fiecare proiectul dezvoltat timp de 15 minute, după care participanții vor reflecta asupra acestora

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar (interior sau exterior, mic sau mare): spațiu interior

Durată: 45–60 minute**Instrumente:** Prezentare PPT

Descrierea activității: Ideile de proiect definite și dezvoltate sunt prezentate celorlalți participanți la formare de către un membru al fiecărui grup. După prezentare, participanții au ocazia să discute despre punctele forte ale proiectului, aspectele discutabile, riscurile și posibilele obstacole în implementare. Fiecare proiect relevă noi oportunități de soluționare a problemelor în domeniul managementului de proiect.

2. Capitol

Modul 3. Bazele managementului de marketing (gândire creativă)

Nr. Crt	Obiective de referință	Conținut de bază	Metode de instruire	Instrumente educaționale
1	2	3	4	5
1.	La finalul modului, participanții vor fi capabili să:	Conținut teoretic: Ce este marketingul social? Diferența dintre promovarea unui produs și promovarea unei valori	Metode de formare: Prezentări interactive Discuții de grup	În sală: Laptop Conexiune la internet Tablă magnetică SAU

Înțelege conceptul și scopul marketingului social. Facă diferența între campaniile comerciale și cele sociale. Creeze mesaje și materiale vizuale pentru o campanie. Elaboreze o strategie simplă de promovare.	Rolul gândirii creative în comunicare Conținut practic: Sesiuni de brainstorming Jocuri de rol și activități de grup bazate pe mișcare Crearea de sloganuri/mesaje pentru campanie Design de postere și pliante Strategii de promovare online vs. offline	Lucru în echipă Jocuri de rol Cerc de reflecție și jurnal individual	Online: Laptop Conexiune la internet Microfon Cameră web Prezentare PowerPoint Tablă online Flipchart Markere Imagini Foi mari Reviste Lipici Foarfeci Stickere Fișe de vot
---	--	---	---

Descriere generală: Acest suport de curs oferă o introducere adaptată copiilor și adolescenților în conceptele de marketing social și gândire creativă, cu scopul de a-i învăța cum să creeze și să promoveze proiecte și tabere educaționale care susțin teme importante precum prevenirea violenței, recunoașterea abuzului, combaterea bullyingului, siguranța online, prevenirea traficului de persoane și cultivarea empatiei și gândirii critice.

Public-țintă: Copii și adolescenți (12–18 ani), facilitatori de tabere, cadre didactice, voluntari

Durata totală estimată: 5 ore (sesiuni independente sau integrate în programul taberei)

1. Denumirea activității: Introducere în marketingul social – „Ce promovează binele?”

Scop: Să familiarizeze participanții cu conceptul de marketing social, să înțeleagă diferența dintre marketing comercial și marketing pentru o cauză socială, și să îi ajute să descopere cum pot transmite mesaje care inspiră și aduc schimbare în cadrul taberelor tematice.

Vârsta recomandată: 12–18 ani

Necesar de spațiu: Spațiu închis, cu acces la tablă sau flipchart; poate fi o sală de curs sau un colț de activitate din tabără

Durată: 30–40 minute

Instrumente:

- Cartonase/imagini (produse comerciale vs. mesaje sociale)
- Flipchart sau tablă

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

- Markere, coli A4
- Proiector (opțional – pentru exemple video de campanii sociale)

Noțiuni teoretice de bază:

Marketingul social folosește ideile și instrumentele marketingului clasic nu pentru a vinde produse, ci pentru a promova schimbări pozitive în comportament și atitudine. Aceste campanii urmăresc:

- Creșterea conștientizării asupra unor probleme sociale (ex: bullying, violență, discriminare)
- Educația publicului (ex: siguranță online, gândire critică)
- Promovarea unor valori: empatie, respect, colaborare

Exemplu: Campania „Fii prieten, nu hater” promovează respectul între adolescenți pe rețelele de socializare. Nu vinde un produs, ci o idee.

Descrierea activității efective:**Etapă 1: Asociere de idei (10 min)**

Facilitatorul arată cartonașe sau proiectează imagini:

- Unele cu **reclame comerciale** (o băutură, un telefon, o pereche de adidași)
- Altele cu **mesaje sociale** (anti-volență, anti-bullying, pentru empatie)

Participanții trebuie să spună pentru fiecare:

- Ce promovează?
- Cine câștigă din acest mesaj?
- Cum te face să te simți?

Obiectiv: Să descopere diferența între „a vinde un produs” și „a transmite o valoare”.

Etapă 2: Brainstorming pe tablă (10 min)

Întrebarea centrală: „Dacă marketingul social nu vinde ceva, ce face el mai exact?”

Elevii dau răspunsuri libere, pe care facilitatorul le grupează în jurul cuvintelor-cheie: **valori, schimbare, educație, empatie, comunitate, prevenție.**

Etapă 3: Mini-atelier de creație (15 min)

Elevii lucrează în grupe mici și aleg o **temă socială** importantă pentru ei (ex: „Stop bullying!”, „Fără ură în tabără”, „Respect în online”).

Sarcina:

- Să scrie 1 frază simplă ca **mesaj de campanie**
- Să aleagă 1 culoare care li se pare potrivită pentru acel mesaj
- Să schițeze un **simbol (logo)** pentru ideea lor

Etapă 4: Prezentare și reflecție (5 min)

Fiecare grup își prezintă în 1 minut ideea: ce temă au ales, ce mesaj au formulat, ce simbol ar folosi. Facilitatorul încheie activitatea cu o scurtă concluzie: „Marketingul social ne ajută să vorbim despre lucruri care contează. În tabăra noastră, voi sunteți comunicatorii binelui.”

2. Denumirea activității: Găsește cauza ta! – „Pentru ce merită să lupti?”

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Scop: Să ajute participanții să identifice o temă socială importantă pentru ei, care poate deveni subiectul unei tabere sau campanii de conștientizare. Prin reflecție, joc de rol, exprimare liberă și mișcare, tinerii învață să își aleagă valorile și să își exprime vocea într-un mod constructiv.

Vârsta recomandată: 12–18 ani

Necesar de spațiu: Spațiu deschis, favorabil discuțiilor în grupuri și activităților în mișcare (sală de clasă, foisor de tabără, curte)

Durată: 50–60 minute

Instrumente: Flipchart, markere, stickere colorate, imagini tematice, coli mari pentru brainstorming, fișe de vot, pixuri, cartonașe pentru joc de rol, cartonașe pentru activitatea de mișcare

Noțiuni teoretice de bază:

*Alegerea unei **cauze sociale** este un act de responsabilitate și implicare. Marketingul social are nevoie de o „problemă” sau o nevoie clar identificată pentru a putea formula un mesaj relevant. Printre temele cele mai frecvente în proiectele educaționale pentru tineri se regăsesc:*

- *Violența între tineri (fizică, emoțională, verbală)*
- *Excluderea socială sau discriminarea*
- *Lipsa empatiei sau a înțelegerii diversității*
- *Hărțuirea online / bullying-ul*
- *Pericolele traficului de persoane*
- *Lipsa respectului față de sine și față de ceilalți*

*O campanie reușită pornește de la o temă care **atinge emoțional** și are **relevanță personală** pentru grupul țintă.*

Descrierea activității efective:

Etapă 1: Brainstorming liber (10 min)

Facilitatorul întreabă: „Ce te deranjează cel mai mult în jurul tău? Ce ai schimba în lume dacă ai putea?” Răspunsurile sunt notate pe flipchart (fără judecată). Participanții pot adăuga idei și pe post-it-uri lipite într-un „perete al problemelor sociale”.

Etapă 2: Joc de rol – „Vocea unei cauze” (10 min)

Fiecare grup trage un cartonaș cu o cauză socială (ex: bullying, excludere, abuz, lipsa respectului, etc.) și primește 3 minute pentru a pune în scenă o situație scurtă care ilustrează acea problemă.

Grupurile își prezintă scenariul, iar ceilalți trebuie să ghicească tema. Se discută apoi:

- Ce emoții au apărut în joc?
- Ce a transmis scena voastră?

Etapă 3: Activitate de mișcare – „Alege-ți locul!” (10 min)

Facilitatorul citește o serie de afirmații legate de posibile cauze sociale (ex: „Cred că bullying-ul este o problemă gravă în școli.”, „Ar trebui să vorbim mai mult despre abuz emoțional.”). Participanții se mută fizic în colțuri ale spațiului marcate cu: **DA / NU / NU SUNT SIGUR**. Se discută după fiecare alegere:

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

- Ce te-a făcut să te poziționezi acolo?
- A fost greu să alegi?

Etapă 4: Vot și alegerea cauzei comune (10 min)

Fiecare elev votează (cu un sticker sau prin buletin de vot) **o temă socială** pe care ar dori să o promoveze într-o campanie. Tema cu cele mai multe voturi va fi „Cauza centrală” a taberei sau a următoarei activități.

Etapă 5: Creație de titluri de campanie (10 min)

Pe echipe, elevii sunt provocați să inventeze **titluri de campanie** pentru cauza aleasă:

- Exemple: „Stop tăcerii!”, „Fii prieten, nu hater!”, „Nu lăsa ura să te definească”

Fiecare echipă prezintă pe scurt ideea lor. Facilitatorul le notează pentru a fi folosite în activitățile viitoare (sloganuri, afișe, postere).

3. Denumirea activității: Sloganul și mesajul contează! – „Cum îți spui ideea lumii?”

Scop: Să dezvolte gândirea creativă și capacitatea de sinteză a participanților, ajutându-i să formuleze mesaje puternice și sloganuri care pot deveni identitatea unei campanii sociale. Activitatea include mișcare și jocuri de expresie verbală și nonverbală.

Vârsta recomandată: 12–18 ani

Necesar de spațiu: Spațiu deschis, care permite lucru în echipe și mișcare (sală de clasă reconfigurabilă, curte, foișor)

Durată: 50 minute

Instrumente: Cartonase cu cuvinte-cheie, foi mari, markere, post-it-uri, clame de hârtie, materiale de artă opționale (culori, reviste, lipici)

Noțiuni teoretice de bază:

Un slogan este o frază scurtă, memorabilă și convingătoare, folosită pentru a promova o cauză, o idee sau un mesaj. În marketingul social, sloganul trebuie să:

- *Transmită clar tema și atitudinea campaniei;*
- *Aibă impact emoțional și să fie ușor de reținut;*
- *Inspire schimbare, solidaritate sau empatie;*
- *Poată fi folosit pe materiale vizuale, online sau în discursuri.*

Exemple: „Spune NU urii!”, „Fii schimbarea”, „Tabăra unde respectul e regula.”

Descrierea activității efective:**Etapă 1: Încălzire creativă – „Expresia mută” (10 min)**

Participanții se împart în grupuri. Fiecare primește un cuvânt legat de o cauză socială (ex: respect, curaj, tăcere, violență, încredere). Fără să vorbească, fiecare grup trebuie să exprime acel cuvânt printr-un mini-tablou viu (înghețat în poziție).

Restul grupurilor ghicesc. Se discută:

- Ce ai simțit văzând/interpretând?
- Ce cuvinte te-au impactat cel mai mult?

Etapă 2: Joc de mișcare – „Adevăruri care contează” (10 min)

Într-un spațiu delimitat, facilitatorul spune enunțuri. Participanții se mută pe axa fizică între capetele „SUNT DE ACORD” și „NU SUNT DE ACORD”. Se discută alegerile făcute. Exemple de enunțuri:

- „Respectul e mai important decât popularitatea.”
- „Tinerii pot schimba lumea.”
- „Un slogan bun schimbă mentalități.”
- „Empatia este o superputere.”
- „Bullying-ul este doar o glumă dusă prea departe.”
- „Un mesaj scurt poate salva o viață.”
- „Toți avem ceva de spus.”
- „Lumea are nevoie de mai puțină critică și mai mult sprijin.”

Etapă 3: Atelier de creație – „Sloganul nostru” (20 min)

Pe echipe, participanții:

- Aleg 3–5 cuvinte-cheie pentru cauza lor (folosind cartonașe sau generând singuri);
- Formulează un slogan + un hashtag;
- Îl scriu pe o coală mare + opțional îl ilustrează vizual (simbol, culoare, font).

Etapă 4: Galeria campaniilor (10 min)

Fiecare echipă își prezintă sloganul + mesajul, iar toate lucrările se expun într-un spațiu vizibil al taberei sau clasei.

Participanții pot vota prin stickere colorate:

- Cel mai memorabil slogan
- Cel mai creativ mesaj
- Cel mai puternic hashtag

Notă pentru facilitator: Încurajează mesajele pozitive, accesibile și autentice. Validează efortul fiecărui grup, chiar dacă ideea nu este formulată perfect. Poți păstra sloganurile votate pentru a fi folosite în afișele din activitatea următoare.

4. Denumirea activității: Promovarea taberei noastre – „Cum ajunge ideea ta la ceilalți?”

Scop: Să-i ajute pe participanți să înțeleagă cum se construiește o strategie simplă de promovare a unei campanii sociale sau a unei tabere, utilizând canale de comunicare diverse și adaptate publicului țintă. Activitatea dezvoltă abilități de comunicare, gândire strategică și prezentare publică.

Vârsta recomandată: 12–18 ani

Necesar de spațiu: Sală cu posibilitate de lucru în echipe + spațiu de prezentare (interior sau exterior)

Durată: 60 minute

Instrumente: Cartonașe cu canale de comunicare, foi mari, markere, fișe pentru planul de promovare, telefon/tabletă (opțional), cartonașe cu scenarii

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313****Noțiuni teoretice de bază:**

Promovarea este procesul prin care facem cunoscut un mesaj, o activitate sau o cauză. În marketingul social, promovarea nu urmărește profit, ci implicarea comunității, schimbarea atitudinilor și acțiunea colectivă.

Canalele de promovare pot fi:

- *Online: postări pe rețele sociale, videoclipuri, hashtaguri, newsletter*
- *Offline: afișe, fluturași, prezentări directe, evenimente publice*
- *Interpersonale: discuții față în față, mesaje prin voluntari, prezentări în școli/tabere*

Promovarea eficientă are în vedere:

- *Publicul țintă: cui ne adresăm?*
- *Mesajul central: ce transmitem?*
- *Forma: cum îl prezentăm – scurt, clar, vizual, emoțional*

Descrierea activității efective:**Etapă 1: Roleplay – „Mesajul care convinge” (15 min)**

Participanții primesc un cartonaș cu un context diferit (ex: „Prezinți tabăra în fața părinților.”, „Convingi un coleg timid să se înscrie.”, „Vorbești la radio local.”).

Pe rând, fiecare echipă are 2 minute să joace rolul. Se discută apoi:

- Ce a funcționat bine?
- Ce ai schimba pentru un impact mai mare?

Etapă 2: Alegerea canalelor – „Unde și cum promovăm?” (15 min)

Fiecare echipă extrage 3 cartonașe cu canale de promovare și trebuie să decidă:

- Care se potrivește cel mai bine publicului țintă al campaniei?
- Cum ar arăta o postare sau o acțiune pe acel canal?

Exemple de canale: Instagram, afiș în școală, prezentare în clasă, filmuleț de 30 secunde, pod cast, banner la intrarea în tabără etc.

Etapă 3: Planul de promovare (20 min)

Fiecare echipă completează o fișă de lucru:

- Cine este publicul nostru?
- Ce vrem să le spunem? (mesaj)
- Cum și unde o facem? (canale)
- Cine se ocupă de fiecare parte?

Etapă 4: Prezentarea în cerc (10 min)

Echipele își prezintă planul scurt de promovare în 2 minute. Opțional, se votează cea mai realistă sau creativă strategie.

Notă pentru facilitator: Poți adapta role play-urile în funcție de nivelul de confort al grupului. Încurajează simplitatea și autenticitatea mesajelor. Reamintește participanților că o campanie bună nu are nevoie de buget mare, ci de claritate și pasiune.

5. Denumirea activității: Afișul care schimbă lumea – „Vizualul care inspiră”

Scop: Să stimuleze creativitatea participanților prin realizarea de afișe vizuale care susțin cauza aleasă. Această activitate ajută tinerii să transpună mesaje sociale în elemente grafice cu impact, exersând exprimarea vizuală și colaborarea în echipă.

Vârsta recomandată: 12–18 ani

Necesar de spațiu: Sală sau spațiu creativ (atelier, sală de artă, foisor), cu mese mari pentru lucru în echipă

Durată: 60 minute

Instrumente: coli mari, markere, creioane colorate, lipici, reviste pentru decupaj, foarfeci, materiale reciclabile (opțional), stickere, post-it-uri, exemple de afișe sociale (pentru inspirație)

Noțiuni teoretice de bază:

Un afiș este un instrument vizual esențial în campaniile sociale. El are rolul de a atrage atenția, a transmite un mesaj clar și a produce un impact emoțional.

Un afiș eficient are:

- Un **titlu sau slogan** clar și vizibil
- Un **mesaj central** concis, emoțional sau motivațional
- Elemente grafice simple, dar expresive (culori, forme, simboluri)
- Coerență vizuală și estetică (spațiu, fonturi, culori)

Exemple de mesaje: „Fii prieten, nu hater”, „Respectă, nu răni”, „Vocea ta contează!”

Descrierea activității efective:**Etapă 1: Explorare vizuală (10 min)**

Facilitatorul prezintă exemple de afișe sociale (proiectate sau printate). Participanții discută:

- Ce elemente atrag atenția?
- Ce te face să oprești și să citești?
- Ce îți transmite fiecare afiș?

Etapă 2: Joc de mișcare – „Galeria vie” (5 min)

Participanții se plimbă prin sală unde sunt expuse exemple de afișe sau cuvinte-cheie. La un semnal, se opresc în fața unuia și îl explică unui coleg în 30 secunde – ce cred că simbolizează și cum i-ar folosi ideea.

Etapă 3: Crearea afișului (35 min)

Pe echipe, participanții:

- Aleg un mesaj/slogan din activitățile anterioare;
- Proiectează un afiș cu elemente vizuale (desen, colaj, lettering etc.);
- Integrează idei proprii, culori, emoție, simboluri sugestive.

Etapă 4: Vernisaj și reflecție (10 min)

Se organizează o mini-expoziție cu afișele create. Fiecare echipă își prezintă lucrarea în 1 minut, explicând:

- Ce au vrut să transmită?
- Ce element vizual li se pare cel mai important?

Publicul (colegii) poate lăsa post-it-uri cu reacții pozitive sau întrebări.

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Notă pentru facilitator: Încurajează expresivitatea și originalitatea. Nu corecta tehnic detaliile artistice, ci concentrează-te pe forța mesajului și pe exprimarea personală. Sugerează expunerea afişelor în spații comune (cantină, holul școlii/taberei).

6. Denumirea activității: Promovare offline și online – „Mesajul tău circulă!”

Scop: Să ajute participanții să înțeleagă diferențele și complementaritatea dintre promovarea în mediul digital și cea fizică. Activitatea oferă ocazia de a crea mesaje adaptate fiecărui mediu, încurajând gândirea strategică, creativitatea și simțul colaborativ.

Vârsta recomandată: 12–18 ani

Necesar de spațiu: Sală multifuncțională sau două spații delimitate pentru simularea mediilor offline și online

Durată: 60 minute

Instrumente: telefoane/tablete (opțional), coli A3, markere, fișe cu exemple de postări, cartonașe cu provocări de comunicare, bandă adezivă, hârtie colorată

Noțiuni teoretice de bază:

Promovarea online este rapidă, vizibilă și poate ajunge la un public numeros. Folosește platforme precum:

- Instagram, TikTok, Facebook, YouTube
- Hashtag-uri, videoclipuri scurte, story-uri, comentarii

Promovarea offline este directă, personală și vizuală. Include:

- Afișe, pliante, bannere
- Prezentări în școală sau comunitate
- Evenimente sau întâlniri directe

Un mesaj eficient are:

- Claritate și impact
- Adaptare la public și context
- Coerență între formă și conținut

Descrierea activității efective:

Etapă 1: Joc de mișcare – „Unde e mesajul tău?” (10 min)

Facilitatorul anunță tipuri de mesaje (ex: „Vrem să atragem adolescenți.” / „Trebuie să convingem părinți.” / „Anunțăm începerea taberei.”). Participanții se grupează rapid în două colțuri: **online** sau **offline** – unde cred că funcționează mai bine mesajul.

Se discută:

- De ce ai ales acel canal?
- Cum ar arăta concret promovarea?

Etapă 2: Atelier dual (30 min)

Participanții lucrează în 2 echipe sau grupe:

- Grupa 1 creează o **postare pentru social media** (story sau imagine cu text)
- Grupa 2 creează un **material offline** (pliant sau afiș mic)

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Ambele trebuie să promoveze aceeași idee (ex: tema campaniei/taberei).

Se vor gândi la:

- Titlu/slogan
- Text scurt și clar
- Imagine/simbol sugestiv
- Call to action (ce vrei să facă publicul?)

Etapă 3: Simulare de publicare și distribuie (10 min)

Fiecare grup prezintă:

- Postarea online: este „lansată” și ceilalți pot comenta, da like (simulat)
- Afișul/pliantul: este „lipit” pe un perete comun, iar colegii pot adăuga post-it-uri cu reacții sau idei

Etapă 4: Reflecție comună (10 min)

Facilitatorul ghidează o discuție:

- Ce canal ți s-a părut mai interesant?
- Unde ai simțit că ai mai mult control asupra mesajului?
- Ce diferențe ai observat în formulare, formă, impact?

Notă pentru facilitator: Încurajează echilibrul între creativitate și claritate. Ajută participanții să descopere avantajele fiecărui mediu și să reflecteze asupra alegerilor de comunicare. Poți folosi elemente reale din social media cu permisiunea grupului.

7. Denumirea activității: Reflecție finală – „Eu și ideea mea”

Scop: Să încheie experiența cursului printr-o activitate de reflecție individuală și colectivă, în care participanții își exprimă ideile, emoțiile și angajamentele legate de implicarea lor în cauze sociale și de dezvoltarea competențelor creative.

Vârsta recomandată: 12–18 ani

Necesar de spațiu: Spațiu liniștit, în cerc sau semicerc, ideal pentru exprimare deschisă

Durată: 30 minute

Instrumente: Fișe de reflecție, post-it-uri colorate, coli mari pentru „Zidul ideilor”, markere, cutie pentru mesaje anonime (opțional)

Noțiuni teoretice de bază:

Reflecția este un proces esențial în învățarea activă. Oferă participanților ocazia:

- Să conștientizeze ce au învățat
- Să se conecteze emoțional cu experiența
- Să își exprime viziunea asupra viitorului

Prin reflecție, învățarea devine personală, valoroasă și durabilă.

Descrierea activității efective:

Etapă 1: Jurnalul meu de gânduri (10 min)

Participanții completează o fișă de reflecție care include:

- Ce am învățat nou despre mine?
- Ce idee m-a inspirat cel mai mult?
- Ce aș vrea să aplic în viața de zi cu zi?
- Ce mi-a plăcut cel mai mult în acest curs?

Etapă 2: Zidul ideilor și angajamentelor (10 min)

Fiecare participant scrie pe un post-it un angajament personal sau o idee-cheie care l-a marcat. Acestea sunt lipite pe o coală comună: „Zidul ideilor care contează”.

Etapă 3: Cercul concluziilor (10 min)

Fiecare poate spune, dacă dorește:

- „Plec cu gândul că...”
- „Pentru mine, acest curs a însemnat...”
- „Vreau ca ceilalți să își amintească că...”

Facilitatorul încheie cu un mesaj inspirațional despre curajul de a comunica, de a schimba și de a crea bine prin idei.

Notă pentru facilitator: Creează un cadru emoțional sigur. Lasă spațiu pentru tăcere, zâmbete sau cuvinte. Reflecția e personală – fiecare răspuns contează.

3. Capitol

Teoria Supervizării

Acest modul include o serie de 5 ateliere supervizate în blocuri de câte 2 ore, dedicate lucrătorilor de tineret/voluntarilor care au acumulat experiență ca facilitatori de ateliere în cadrul proiectului. Scopul sesiunilor este procesarea experiențelor, aprofundarea autocunoașterii profesionale și oferirea de suport în gestionarea rolului de facilitator.

I. Plan de atelier

1. Numele activității: Așa cum am venit astăzi

Scop: Conștientizarea stării actuale, conectarea cu ceilalți și procesarea experiențelor trecute dintr-o perspectivă bazată pe resurse.

Vârsta recomandată a participanților: 16+

Spațiu necesar (închis sau deschis, mic sau mare): spațiu închis mai mare, pentru mișcare liberă
Durată: 45 minute
Instrumente: set de cărți resursă (minimum 2 seturi)

Descrierea activității:

- o Etapa 1: Plimbare prin spațiu așa cum ai venit, exprimă-ți starea printr-o mișcare, apoi conectează-te cu cineva. Continuă să mergeți împreună și conectați-vă cu alții.
- o Etapa 2: "Ce ți s-a întâmplat?" – Selectează 3–5 cărți resursă și povestește, în perechi sau grupuri mici, cele mai importante evenimente recente.
- o Etapa 3: Combină cărțile într-o poveste scurtă, pe care participanții o împărtășesc cu grupul.

2.1. Numele activității: Oglindă, fereastră, ușă – sau ce face supervizarea?

Scop: Procesarea reflexivă a experiențelor anterioare ale participanților ca facilitatori, din perspectivă de supervizare: autorefecție, învățare din alte perspective, extragerea lecțiilor și identificarea direcțiilor viitoare de dezvoltare.

Vârsta recomandată: 16+

Spațiu necesar: spațiu închis, potrivit pentru stat în cerc sau mișcare liberă Durată: 1 oră

Instrumente: foaie A4 cu cele trei simboluri (oglină, fereastră, ușă), markere colorate

Descrierea activității: Supervizarea este un spațiu însoțitor unde ne putem privi munca de ajutor din exterior. Trei simboluri ne ajută: oglinda, fereastra, ușa.

- Oglinda: autorefecție – Cum mă văd? Ce simțeam în timp ce facilitam? Ce am învățat despre mine?
- Fereastra: schimbarea perspectivei – Cum ar vedea altcineva situația? Există alte interpretări?
- Ușa: progres – Ce pot învăța? Ce iau mai departe? Ce aș face diferit? Desfășurare:
- Pas 1: Completarea fișei de supervizare – fiecare alege un atelier și completează simbolurile.
- Pas 2: Prezentare în grupuri mici sau mare – colegii pun doar întrebări curioase, fără evaluare.
- Pas 3: Ce simbol a fost cel mai important pentru tine și de ce? Sumar: Supervizarea nu este rezolvarea problemelor, ci un spațiu de reflecție comună.

2.2. Numele activității: Oglindă, fereastră, ușă – procesare prin mișcare „Exercițiul celor trei camere”

Scop: Procesarea reflexivă a experiențelor anterioare ale participanților ca facilitatori dintr-o perspectivă supervizională. Oferă și o componentă experiențială, pedagogie corporală și conexiune non-verbală.

Vârsta recomandată: 16+

Spațiu necesar: spațiu închis, potrivit pentru mișcare

Durată: 1 oră

Instrumente: foi A4, pix/marker, marcaje pentru zone (oglină, fereastră, ușă), întrebări gândite (scrise pe foi) Descrierea activității:

- Se creează trei colțuri sau „camere” în încăperea: Camera Oglină, Camera Fereastră, Camera Ușă.
- Facilitatorul invită participanții să reflecteze la o experiență comună de conducere a unui atelier.
- Participanții se deplasează liber între cele trei zone, în funcție de perspectiva care le oferă înțelegere. În fiecare zonă găsesc întrebări de reflecție pe care le citesc și le procesează intern.
- La final, se întorc în cerc și împărtășesc în ce zonă au petrecut cel mai mult timp și de ce.
- Exemple de întrebări pentru fiecare zonă:
 - OGLINDĂ: Ce am învățat despre mine? Ce comportament reflectă rolul meu de ajutor?
 - FEREASTRĂ: Cum ar fi văzut altcineva această situație? Ce feedback am primit?
 - UȘĂ: Ce lecție am învățat? Ce voi face diferit data viitoare? Sumar: Supervizarea nu corectează greșeli, ci sprijină înțelegerea care permite dezvoltarea. Privind în oglinzi, prin ferestre și deschizând uși, ajungem mai aproape de noi înșine și de grupurile pe care le ghidăm.

2.3 Numele activității: Cerc de închidere – Cuvânt-cheie pentru obiectul de călătorie

Scop: Încheierea experiențelor din ziua/atelierul de supervizare, conștientizarea lecțiilor interioare, consolidarea experienței de grup și oferirea unui cadru pozitiv pentru a merge mai departe.

Vârsta recomandată: 16+ Spațiu necesar: spațiu închis mai mic, stat în cerc

Durată: 15–30 minute

Instrumente: opțional: cartonașe colorate sau foi albe, markere colorate

Descrierea activității:

- Participanții stau în cerc și pot alege o culoare (de exemplu de pe cartonașe colorate sau imaginar) care le exprimă starea actuală și o împărtășesc într-o frază.
- Fiecare scrie pe o foaie:
 - Ce simt...
 - Ce am învățat azi...
 - Ce voi face diferit mâine... Sumar: Cu toții am deschis o ușă azi. Unii spre lumea interioară, alții spre idei sau emoții noi. Ceea ce e minunat la supervizare este că nu se închide niciodată – ci doar ne ajută să vedem mai clar încotro merită să mergem.

II. Plan de atelier

1. Numele activității: Pași printre amintiri

Scop: Acordarea emoțională a participanților pentru rememorare, reactivarea propriilor experiențe prin mișcare și simboluri.

Vârsta recomandată: 16+**Spațiu necesar:** spațiu închis, potrivit pentru mișcare**Durată:** 15–20 minute**Instrumente:** foi colorate (aprox. format A5)**Descrierea activității:** Facilitatorul plasează 15–20 foi colorate pe podea astfel încât participanții să poată pași printre ele cu ușurință. Exemple de mesaje de pe foi:

- „Un moment bine petrecut”
 - „Ceva ce m-a surprins”
 - „O dificultate depășită”
 - „Un feedback care m-a atins”
 - „Un zâmbet pe care nu-l voi uita”
 - „O propoziție spusă sau auzită”
 - „Un sentiment care rămâne viu în mine”
 - „Un participant de care îmi amintesc”
 - „O decizie pe care am luat-o”
 - „Un moment de liniște interioară”
 - „O întrebare pe care mi-am pus-o”
 - „Un lucru pe care l-aș face altfel”
- Participanții se plimbă liber prin spațiu, citesc mesajele, se opresc când unul le atrage atenția. Pot apărea amintiri sau imagini – nu e nevoie să reflecteze la toate, doar la cele care vin natural. Discuție în grup: într-un cuvânt sau o propoziție – care a fost prima amintire care ți-a venit în minte?

2. Numele activității: Mozaic de amintiri – atelierele mele în imagini

Scop: Rememorarea experiențelor, deschiderea autorefecției și acordarea pentru o analiză structurată.**Vârsta recomandată:** 16+ **Spațiu necesar:** spațiu închis, stat în cerc**Durată:** 1–1.5 ore**Instrumente:** foi A4 sau A3, creioane colorate, markere, opțional stickere, lipici, decupaje din ziare pentru colaj**Descrierea activității:** Înainte de a analiza în profunzime propriile ateliere, vom rememora ce experiențe ne-au rămas cel mai clar în minte. Scopul este de a reflecta vizual, prin imagini și fragmente de amintiri, la parcursul ca facilitator. Fiecare participant primește o foaie cu instrucțiunea:

- Creare – realizarea unui „mozaic de amintiri”
- Desenați sau notați liber 3–5 momente, imagini sau sentimente care v-au rămas din atelierele facilitate. Exemple:
 - reacția unui participant
 - un exercițiu reușit

- o un moment dificil
- o o mărturie surprinzătoare
- o o stare trăită în timpul sesiunii Nu există răspuns „corect” – este o hartă interioară, cunoscută doar de voi. După finalizare, participanții își prezintă creațiile în grup.

3. Numele activității: Care a fost rolul meu în asta?

Scop: Participanții reflectează asupra situațiilor din atelierele conduse anterior pentru a recunoaște procesele lor interne, rolurile și tiparele emoționale. Scopul nu este analiza evenimentelor, ci conștientizarea modului în care au fost prezenți, ce reacții interioare i-au ghidat și cum pot evolua înțelegând mai clar rolul profesional.

Vârsta recomandată: 16+ Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 45–60 minute

Instrumente: hârtie, pixuri, cartonașe cu întrebări reflexive

Descrierea activității:

- Participanții lucrează în perechi și aleg o situație de atelier din propriul mozaic.
- Primesc 3–4 cartonașe cu întrebări reflexive, de exemplu:
 - o Ce sentimente au însoțit această situație?
 - o Ce rol interior s-a activat în mine? (ex. conformist, controlant, nesigur, curajos)
 - o Ce m-a ajutat să rămân sau să ies din acea stare?
 - o Dacă aș fi din nou acolo, ce aș face diferit – și de ce?
- Scopul conversației nu este povestirea evenimentului, ci înțelegerea propriului mod de funcționare, atitudini și tipare emoționale.

4. Numele activității: Cerc de închidere – Detaliul care mă atinge acum

Scop: Ajută participanții să evidențieze un detaliu semnificativ din reflecțiile personale și să conștientizeze sensul acestuia. Consolidarea integrării emoționale și formularea lecțiilor personale.

Vârsta recomandată: 16+

Spațiu necesar: spațiu închis, stat în cerc

Durată: 15–20 minute

Instrumente: mozaicurile de amintiri completate anterior, opțional: pix, hârtie

Descrierea activității:

- Participanții privesc înapoi la „mozaicul de amintiri” și aleg un singur detaliu (desen, cuvânt, simbol) care le atrage atenția în acel moment.
- În cerc, fiecare spune o propoziție:
 - o „Acest detaliu este important pentru mine acum pentru că...”

III. Workshop

1. Numele activității: Eu acum, într-un cuvânt – rostogolirea mingii

Scop: Să ajute participanții să se conecteze emoțional și mental la momentul prezent, să evalueze starea colectivă a grupului și să conștientizeze propria dispoziție.

Vârsta recomandată: 16+

Spațiu necesar: spațiu închis mai mic, stat în cerc

Durată: 10–15 minute

Instrumente: o minge moale (minge antistres, minge de burete sau ghem de ață)

Descrierea activității:

- Grupul stă în cerc. Facilitatorul explică: „Vom juca un joc simplu: rostogolesc mingea către cineva și spun, într-un cuvânt sau o propoziție scurtă, cum mă simt acum sau ce am adus cu mine azi – poate fi o emoție, o imagine, un gând.”
- Persoana care primește mingea răspunde la rândul ei și rostogolește mingea către altcineva. Exercițiul continuă până când toți au avut un rând.
- Cei care nu doresc să vorbească pot spune: „Rostogolesc mai departe în gând.”
- Variante opționale: „Un cuvânt care îmi vine în minte când mă gândesc la facilitarea atelierelor.” / „Cu ce stare am venit azi, exprimată printr-o culoare sau imagine?”
- Facilitatorul mulțumește grupului pentru împărtășiri și remarcă diversitatea experiențelor ca bază valoroasă pentru lucrul comun.

2. Numele activității: Atelierele noastre prin ochelarii SWOT

Scop: Procesarea în grup a atelierelor conduse anterior de participanți folosind metoda SWOT. Scopul este sistematizarea experiențelor, extragerea lecțiilor și conștientizarea punctelor forte și a zonelor de dezvoltare. Se dezvoltă gândirea critică, autorefecția și abilitățile de feedback.

Vârsta recomandată: 16+

Spațiu necesar: spațiu închis unde 2–3 grupuri mici pot lucra confortabil la mese + spațiu pentru prezentare frontală

Durată: 1.5–2 ore

Instrumente: template SWOT A3 (1/grup), markere colorate, post-it-uri, cartonașe cu întrebări ajutătoare pentru fiecare categorie

Descrierea activității: Analiza SWOT este o metodă simplă, dar eficientă, care ajută la organizarea experiențelor în patru categorii: Puncte tari, Puncte slabe, Oportunități și Amenințări.

Etape:

1. Introducere în metoda SWOT (15 minute)

- S – Strengths: Ce a mers bine? Ce resurse personale am folosit?
- W – Weaknesses: Ce a fost dificil? Ce nu a funcționat bine?
- O – Opportunities: Ce ocazii noi s-au deschis? Ce am învățat?

- T – Threats: Ce obstacole sau riscuri au apărut?
- 2. Fiecare pereche de facilitatori completează o analiză SWOT pentru un atelier pe care l-au condus, alternând rolurile.

Exemple de întrebări pentru fiecare categorie:

- **Puncte tari (S)**
 1. Ce moment a funcționat excelent în atelierul meu?
 2. Ce feedback mi-a confirmat că sunt pe drumul bun?
 3. Ce abilitate personală m-a ajutat cel mai mult?
 4. Când am simțit conexiune cu participanții?
- **Puncte slabe (W)**
 1. Când m-am simțit nesigur?
 2. A fost vreo parte a atelierului unde m-am simțit pierdut?
 3. Ce abilitate simt că trebuie să îmbunătățesc?
 4. Ce aș face diferit azi?
- **Oportunități (O)**
 1. Ce am încercat pentru prima dată și a mers bine?
 2. Ce situație a luat o întorsătură pozitivă?
 3. Ce idee sau abilitate vreau să aplic conștient în viitor?
 4. Ce sprijin extern m-a ajutat?
- **Amenințări (T)**
 1. Ce a perturbat atelierul și nu am putut gestiona?
 2. A existat un comportament la care nu am reacționat?
 3. Ce circumstanțe externe mi-au scăzut eficiența?
 4. Când era să pierd concentrarea sau autoritatea?
- 3. Prezentare – Fiecare grup își prezintă posterul SWOT în 5–7 minute.
- 4. Cerc reflexiv – Fiecare participant răspunde la întrebarea: „Care este lecția sau conștientizarea pe care o iau cu mine pentru următorul atelier?”

IV. Workshop

1. Numele activității: Cel mai bun și cel mai dificil – Emoțiile mele din spatele atelierelor

Scop: Participanții își rememorează atelierele anterioare și reflectează asupra celor mai reușite și celor mai provocatoare experiențe. Prin folosirea cardurilor de emoții, își înțeleg mai profund reacțiile emoționale, conștientizează ce au învățat și ce ar face diferit în viitor.

Vârsta recomandată: 16+

Spațiu necesar: spațiu închis, stat în cerc

Durată: 15 minute

Instrumente: carduri cu emoții

Descrierea activității:

- Facilitatorul plasează un set de carduri cu emoții pe o masă sau pe podea.
- Etapa 1: Fiecare participant alege două carduri: • unul care exprimă cum s-a simțit în atelierul cel mai reușit; • unul legat de cea mai dificilă experiență.
- Etapa 2: În cerc, fiecare participant spune pe rând: • „Această emoție a apărut la atelierul meu cel mai reușit pentru că...” • „Și asta a fost partea cea mai grea din atelierul meu...”

2. Numele activității: Completarea fișei de evaluare a atelierului

Scop: Să sprijine participanții să reflecteze într-un mod structurat asupra experiențelor lor de facilitare. Activitatea aprofundează conștientizarea de sine, ajutându-i să identifice ce a funcționat bine (puncte tari), ce a fost dificil (puncte slabe) și ce lecții pot extrage pentru viitor.

Vârsta recomandată: 16+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 1–1.5 ore

Instrumente: fișe de reflecție individuală

Descrierea activității:

- Participanții completează individual o Fișă de reflecție asupra atelierului, care conține următoarele secțiuni: • Atelierul meu cel mai reușit: Ce a funcționat? Care au fost punctele mele forte? Cum m-am simțit? • Atelierul meu cel mai dificil: Ce a fost greu? De ce nu a funcționat? Ce emoții am avut? • Lecții învățate: Ce am învățat din aceste experiențe? • Viitor: Ce aş face diferit data viitoare?
- La final, fiecare participant își împărtășește reflecțiile cu colegii, iar grupul oferă un spațiu de ascultare și oglindire.

3. Numele activității: Cuvântul-cheie pentru a merge mai departe

Scop: Sesiunea își propune ca participanții să formuleze o învățătură, o schimbare sau o direcție personală viitoare într-un cuvânt-cheie sau o propoziție scurtă, la finalul parcursului comun. Această conștientizare sprijină integrarea emoțională, întărește identitatea de ajutor și mută atenția de la reflecție spre acțiune.

Vârsta recomandată: 16+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 15 minute

Instrumente: post-it-uri, pixuri

Descrierea activității:

- Fiecare participant primește un cartonaș colorat și scrie pe el un cuvânt sau o propoziție scurtă care să răspundă la întrebarea: „Ce am învățat despre mine astăzi este că...”
- Cartonașele sunt apoi lipite pe tablă sau afișate într-un spațiu comun vizibil pentru grup.

V. Workshop

1. Numele activității: Pânza perspectivelor – Conectare la o situație

Scop: Procesarea în grup a unei situații dificile sau dilematice dintr-un atelier anterior, în cadrul metodei Balint. Participanții reflectă asupra propriilor reacții, descoperă noi perspective și își întăresc înțelegerea, empatia și autorefecția în rolul de ajutor.

Vârsta recomandată: 16+

Spațiu necesar: spațiu închis

Durată: 15 minute **Instrumente:** foi A4, pix

Descrierea activității:

- Facilitatorul introduce scopul exercițiului. Participanții reflectează în liniște la o situație care i-a marcat în rolul de facilitator (confuză, dificilă, surprinzătoare sau neterminată). Întrebări de ghidare (pot fi scrise și pe tablă): • Ce situație îmi revine mereu în minte? • Când am simțit că nu știu ce să fac? • Ce trăiam în interiorul meu într-un moment tensionat sau de liniște?

2. Numele activității: Procesarea cazului după metoda Balint

Scop: Esența metodei Balint este de a nu oferi soluții, ci de a crea un spațiu în care ne putem reinterpreta poveștile profesionale – împreună, prin reflecție și înțelegere colectivă.

Vârsta recomandată: 16+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 1–1.5 ore

Instrumente: -

Descrierea activității:

- Un voluntar este de acord să prezinte situația în fața grupului – el/ea va fi „titularul de caz”. Etape:
 1. Prezentarea cazului – Titularul descrie situația cu fapte și emoții, fără a cere sfaturi.
 2. Întrebări de clarificare – Grupul poate adresa întrebări, doar pentru clarificare, fără evaluare.
 3. Muncă de grup – faza de feedback – Titularul se retrage sau păstrează tăcerea: • Grupul discută liber: Ce observă? Ce simt că s-a întâmplat în grup? Ce ar fi putut

simți titularul? • Nu se oferă soluții, doar se împărtășesc impresii, emoții, interpretări.

4. Întoarcerea titularului – Spune ce a primit, ce a luat cu sine, ce vede altfel acum.
Notă: Opțional, se pot procesa mai multe cazuri prin această metodă.

3. **Numele activității:** Ce iau cu mine...

Scop: După studiul de caz, participanții primesc timp și spațiu pentru a-și ordona emoțiile, a conștientiza lecțiile personale și a formula ceea ce vor duce mai departe în propria practică de sprijin. Exercițiul ajută și la detașarea de încărcătura emoțională a cazului și readuce grupul în prezent.

Vârsta recomandată: 16+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 15 minute **Instrumente:** -

Descrierea activității:

- Facilitatorul întreabă: „Dacă ar fi să așezi cazul de azi pe un raft, ca pe un pachet, ce ai scrie pe el? Sau ai prefera să-l iei cu tine?”
- Această formulare ajută la detașare și în același timp la identificarea învățăturii personale.
- Supervizarea nu oferă întotdeauna răspunsuri – dar ne ajută să formulăm întrebări acolo unde erau doar trăiri. Astăzi ne-am apropiat mai mult de noi înșine, unii de alții – și poate de alte straturi ale rolului nostru de sprijin.

Evaluarea materialului și programului

Nr. Crt.	Obiective de referință	Conținut de bază	Metode de instruire	Instrumente educaționale	Criterii de evaluare
1	2	3	4	5	6
Evaluarea materialului și programului (durată: 2 ore)					

1.	La finalul formării, participanții vor putea: Reflecta asupra procesului de formare și a aplicabilității celor învățate Evalua conținutul și beneficiile metodologice ale fiecărui modul Formula sugestii pentru îmbunătățiri viitoare	Compararea obiectivelor programului de formare cu implementarea acestuia Împărtășirea experiențelor și a lecțiilor învățate Colectarea de feedback pentru fiecare modul Analiza eficienței metodelor și instrumentelor de formare	Reflecții individuale și de grup pentru fiecare modul Conversații structurate și bucle de feedback Completerea formularului de evaluare Colectarea de sugestii în grupuri mici	Formulare de evaluare (online sau pe hârtie) Flipchart sau blocnotes pentru sugestii Șabloane de feedback, întrebări ghidate, formulare Google Hârtie pentru postere, hârtie colorată, markere, foarfeci	Nivelul de satisfacție al participanților Evaluarea aplicabilității celor învățate Calitatea și specificitatea propunerilor de dezvoltare Autoevaluarea atingerii obiectivelor de formare
----	---	--	---	--	--

1. Activitate de recapitulare și feedback: Formular final de evaluare – în format Google Forms

Scop: Setul de întrebări îl ajută pe liderul de grup să încheie programul de formare, să colecteze feedback și să susțină conștientizarea procesului de învățare

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 10 minute

Instrumente: Google Forms

Descrierea activității:

Instrucțiunile formatorului:

„Vă rugăm să răspundeți sincer la următoarele întrebări. Răspunsurile voastre ne vor ajuta să îmbunătățim formarea.”

Întrebări din formular:

1. Care au fost temele sau exercițiile care ți-au fost cele mai utile?
2. Ce metodă sau instrument te-a ajutat cel mai mult în procesul de învățare?
3. A existat o parte pe care ai considerat-o mai puțin utilă sau interesantă? De ce?
4. În ce măsură poți integra ceea ce ai învățat în activitatea ta practică?
(*Evaluează pe o scară de la 1 la 5, unde 1 = deloc, iar 5 = complet*)
5. Cât de potrivit a fost ritmul și atmosfera formării pentru tine?
6. Ce ai sugera pentru îmbunătățirea formării?
7. Ce iei cu tine din această formare – un gând, o emoție, o conștientizare?

2. Activitate de recapitulare și feedback: Set de întrebări al facilitatorului – pentru sesiunea de formare sau modulul de încheiere

Scop: Seria de întrebări îl ajută pe liderul de grup să încheie programul de formare, să colecteze feedback și să susțină conștientizarea procesului de învățare. Întrebările pot fi utilizate într-un cerc de încheiere, în discuții în grupuri mici sau pentru reflecție ghidată.

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar: spațiu interior

Durată: 30 minute

Descrierea activității:

Instrucțiunile formatorului:

„Vă rugăm să răspundeți sincer la următoarele întrebări. Răspunsurile voastre ne vor ajuta să îmbunătățim formarea.”

Întrebări recomandate:

1. Care a fost cea mai importantă conștientizare pentru tine în timpul formării?
2. Ce moment, exercițiu sau conversație ți-a rămas cel mai mult în minte?
3. Cu ce dificultate te-ai confruntat și cum ai gestionat-o?
4. Care metodă ți-a fost cea mai utilă și de ce?
5. Cum vei putea aplica în practică ceea ce ai învățat?
6. Dacă ar fi să rezumi ce ți-a oferit această formare într-un singur cuvânt, care ar fi acela?
7. Ce sfat ai oferi unui viitor participant?
8. Ce ai adăuga sau schimba la această formare dacă am reconstrui-o?

3. Activitate de recapitulare și feedback: Crearea unui poster

Scop: Vizualizarea prin poster ajută grupul să proceseze ceea ce a învățat, ce va duce mai departe și ce idei de îmbunătățire are. Poate fi realizat pe un flipchart, scris pe hârtie de ambalat de mari dimensiuni sau proiectat digital.

Vârsta recomandată a participanților: 12+

Spațiu necesar: spațiu interior

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Durată: 1 oră**Instrumente:** hârtie pentru postere, hârtie colorată, markere**Descrierea activității:**

Participanții se împart în grupuri și realizează un poster despre formare.

Titlul posterului:

Participanții trebuie să inventeze un titlu creativ.

3 coloane cu sugestii de subtitluri:**Coloana 1: CE AM ÎNVĂȚAT?**

→ Concepte, metode, perspective, idei noi

Coloana 2: CE LUĂM CU NOI?

→ Gânduri, emoții, instrumente, soluții concrete

Coloana 3: CE PROPUNEM PENTRU ÎMBUNĂTĂȚIRE?

→ Sugestii privind îmbunătățirea metodologiei, temelor, gestionării timpului etc.

Sfaturi pentru implementare:

- Folosiți culori, pictograme sau desene (ex. bec = idee, săgeată = du mai departe)
- Fiecare participant trebuie să scrie cel puțin 1 idee în fiecare dintre cele trei coloane
- Posterul poate fi și afișat pe perete și prezentat în cercul de încheiere

Metodologia activităților de conștientizare

Nr. Crt	Obiective de referință	Conținutul de bază Pe module de pregătire teoretică sau practică	Activități	Mijloace de instruire	Feedback/ criterii de evaluare
1	2	3	4	5	6
Curriculum post formare (durata: 4 săptămâni) Total ore post formare: 8 ore (2 ore pe săptămână)					
1.	Pe durata și după postformare participanții:	Conținut: Săptămâna 1: Prevenirea Consumului de Droguri și Promovarea unei Vieți Fără Violență	Activități: Discuție despre cum să structurezi postările pentru a fi atractive și educaționale.	În sală: Laptop, conectare de internet, tablă albă	Feedback Trainerii vor oferi feedback despre impactul postărilor,

Vor crea și publica două postări pe săptămână: una pe material e preventive (droguri, trafic de persoane, pornografie infantilă, hărțuire, cyberbullying etc.) și una pe promovarea unei vieți fără violență. Dezvoltarea abilității de a crea conținut educațional eficient pentru tineri, care să ajute la prevenire	Postare 1: Crearea unui material online despre prevenirea consumului de droguri (de exemplu, informații despre riscuri, modalități de a spune „nu” sau exemple pozitive). Postare 2: Crearea unui material care promovează o viață fără violență în rândul tinerilor (importanța respectului, comunicarea non-violentă etc.). Săptămâna 2: Prevenirea Traficului de Persoane și Promovarea unei Vieți Fără Vioență Postare 1: Crearea unui material educațional pe tema prevenirea traficului de persoane (identificarea semnelor de trafic, ce pot face tinerii pentru a se proteja). Postare 2: Continuarea promovării unei vieți fără violență, cu accent pe violența în școli și în familii și cum pot tinerii să se implice în prevenire.	Exercițiu: Participanții vor crea și publica cele două postări. Discutarea unor exemple de mesaje despre trafic de persoane și măsuri de protecție. Exercițiu: Participanții vor crea și publica cele două postări pentru săptămâna 2. Discutarea tematicii pornografiei infantile și identificarea celor mai bune abordări pentru prevenire în rândul tinerilor. Exercițiu: Participanții vor crea și publica cele două postări. Discutarea tipurilor de hărțuire și cyberbullying și modul în care tinerii pot preveni și	magnetică SAU Online: Laptop, Conectare de internet, microfon, webcam, prezentare PowerPoint, online whiteboard, flipchart	claritatea mesajului și engagement-ul cu audiența. Trainerii vor oferi feedback și vor evalua dacă mesajele sunt clare, interesante și mobilizează tinerii să se implice. Trainerii vor oferi feedback pentru a evalua impactul mesajelor și a ajusta postările pentru a fi mai eficiente. Evaluarea postărilor de către traineri, cu recomandări pentru îmbunătățirea mesajului și eficienței acestuia. Grupuri online pentru discuții între participanți și traineri pe parcursul săptămânii.
---	--	---	---	--

a comporta mentelor dăunătoare și să promoveze un comportament pozitiv. Suport continuu din partea trainerilor pentru îmbunătățirea postărilor și a campaniilor or educaționale.	Săptămâna 3: Prevenirea Pornografiei Infantile și Promovarea unei Vieți Fără Violență Postare 1: Crearea unui material educațional pe tema pornografiei infantile (ce este, cum pot tinerii să se protejeze, ce să facă dacă sunt expuși). Postare 2: Continuarea promovării unei vieți fără violență, cu accent pe prevenirea violenței domestice și bullying-ului. Săptămâna 4: Prevenirea Hărțuirii și Cyberbullying-ului și Promovarea unei Vieți Fără Violență Postare 1: Crearea unui material educațional pe tema hărțuirii (definirea și prevenirea hărțuirii, cum pot tinerii să reacționeze). Postare 2: Continuarea promovării unei vieți fără violență, cu un accent pe combaterea	combate aceste comportamente. Exercițiu: Participanții vor crea și publica cele două postări pentru săptămâna finală.	Participanții vor primi feedback personalizat pe fiecare postare, pentru a se asigura că mesajul lor este clar, educațional și mobilizator. Evaluare formativă: La sfârșitul fiecărei săptămâni, participanții vor primi feedback despre postările lor. Trainerii vor evalua creativitatea, relevanța și impactul fiecărei postări. Evaluare finală: La sfârșitul celor 4 săptămâni, participanții vor prezenta un raport cu privire la impactul campaniilor lor și vor discuta
--	--	--	--

		cyberbullying-ului și importanța unui comportament pozitiv în mediul online.			ce au învățat în urma procesului.
--	--	--	--	--	-----------------------------------

1. Prevenirea consumului de droguri și promovarea unei vieți fără violență

Activitatea 1

Denumirea activității: Crearea unui material online despre prevenirea consumului de droguri – „Spune NU cu voce tare!”

Scop: Dezvoltarea capacității participanților de a crea mesaje educaționale clare și motivate despre riscurile consumului de droguri.

Vârsta participanților: 14–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis sau online

Durată: 1 oră

Instrumente: Laptopuri/tablete, Conexiune la internet, Platformă de lucru online, Whiteboard magnetic sau digital

Noțiuni teoretice:

Consumul de droguri are efecte grave asupra sănătății și relațiilor personale. Prevenirea începe cu educația: a cunoaște riscurile, a învăța cum să refuzi presiunea grupului și a promova alegeri sănătoase.

Desfășurarea activității:

Etapa 1: Prezentare scurtă despre riscurile consumului și tehnici de refuz (10 min)

Etapa 2: Crearea unei postări pentru prevenire (35 min)

Etapa 3: Publicarea în grup și feedback colegial și de la formatori (15 min)

Sugestii de idei pentru postare:

„5 moduri elegante de a spune NU când ți se oferă droguri.”

Poster cu mesaj: „Viața mea valorează mai mult decât o alegere greșită.”

Infografic: „Ce riscuri îți asumi? Adevărurile despre consumul de droguri.”

Mesaj personalizat: „Scrisoare către sinele meu viitor: De ce aleg să spun NU.”

Slogan: „Controlul vieții mele nu se vinde.”

Activitatea 2

Denumirea activității: Crearea unui material de promovare a vieții fără violență – „Respectul schimbă lumea”

Scop: Promovarea respectului, comunicării nonviolente și empatiei în rândul tinerilor.

Vârsta participanților: 14–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis sau online

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Durată: 1 oră**Instrumente:** Laptopuri/tablete, Internet, Whiteboard sau platformă online pentru feedback**Noțiuni teoretice:**

O societate fără violență începe cu respectul între indivizi. Comunicarea asertivă și empatia reduc conflictele și întăresc relațiile.

Desfășurarea activității:**Etapă 1:** Introducere despre comunicare nonviolentă și respect (10 min)**Etapă 2:** Crearea postării pentru promovarea unei vieți fără violență (35 min)**Etapă 3:** Publicare și discuție de feedback (15 min)**Sugestii de idei pentru postare:**

Poster: „Respectul începe cu tine – vorbește, nu lovi.”

Top 3 sfaturi pentru a calma un conflict fără a răni.

Poveste scurtă: „Cum un simplu act de respect a schimbat ziua cuiva.”

Infografic: „Cuvintele care construiesc și cuvintele care distrug.”

Provocare: „1 zi fără vorbe răutăcioase – povestește ce ai învățat!”

2. Prevenirea traficului de persoane și promovarea siguranței personale**Activitatea 1****Denumirea activității:** Crearea unui material online despre prevenirea traficului de persoane – „Siguranța mea e prioritară!”**Scop:** Să dezvolte capacitatea participanților de a transmite mesaje educaționale clare privind recunoașterea pericolelor traficului de persoane și importanța măsurilor de protecție.**Vârsta participanților:** 14–18 ani**Necesar spațiu:** Spațiu închis sau online**Durată:** 1 oră**Instrumente:** Laptopuri/tablete, internet, Platformă online de partajare**Noțiuni teoretice:**

Traficul de persoane implică recrutarea, transportarea și exploatarea persoanelor prin mijloace frauduloase sau coercitive.

Prevenția înseamnă:

- *Atenție la promisiuni nerealiste;*
- *Verificarea ofertelor;*
- *Comunicarea deschisă cu persoane de încredere;*
- *Raportarea situațiilor suspecte.*

Desfășurarea activității:**Etapă 1:** Prezentare despre metodele de recrutare și măsuri de protecție (10 min)**Etapă 2:** Crearea postării educaționale despre prevenirea traficului (35 min)**Etapă 3:** Publicare și feedback colegial și de la formatori (15 min)

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Sugestii de idei pentru postare:

Checklist: „5 întrebări pe care să le pui înainte de a accepta o ofertă.”

Poster: „Promisiunile fără dovezi pot ascunde pericole.”

Infografic: „Cum îți construiești rețeaua de sprijin pentru siguranța ta.”

Poveste imaginară: „Cum m-am salvat fiind atent la semnale de avertizare.”

Slogan: „Siguranța nu este negociabilă!”

Activitatea 2

Denumirea activității: Crearea unui material de promovare a siguranței personale și a vieții fără violență – „Curajul de a spune NU”

Scop: Să consolideze comportamentele sigure și atitudinile de protejare a propriei integrități personale.

Vârsta participanților: 14–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis sau online

Durată: 1 oră

Instrumente: Laptopuri/tablete, Internet, Whiteboard online sau flipchart digital

Noțiuni teoretice:

Siguranța personală presupune recunoașterea situațiilor de risc, capacitatea de a spune „nu” și curajul de a cere ajutor.

Prevenirea violenței și a exploatarei începe cu setarea de limite sănătoase și asumarea propriilor decizii.

Desfășurarea activității:

Etapa 1: Prezentare despre stabilirea limitelor personale și semnale de alarmă (10 min)

Etapa 2: Crearea unei postări despre siguranța personală (35 min)

Etapa 3: Publicare și feedback (15 min)

Sugestii de idei pentru postare:

Poster: „Limitele mele îmi protejează libertatea.”

3 reguli de aur pentru siguranța ta în oraș sau online.

Mesaj pozitiv: „E OK să refuzi. E OK să ceri ajutor.”

Infografic: „Cum recunoști o ofertă periculoasă în 5 secunde.”

Poveste motivațională: „Un NU care mi-a schimbat viața.”

3. Prevenirea bullyingului și promovarea respectului între tineri**Activitatea 1**

Denumirea activității: Crearea unui material online despre prevenirea bullyingului – „Oprind bullyingul, construim prietenii”

Scop: Să dezvolte capacitatea participanților de a crea mesaje educaționale despre recunoașterea și combaterea bullyingului.

Vârsta participanților: 12–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis sau online

România - Ungaria**nO bULLYING ROHU 00313****Durată:** 1 oră**Instrumente:** Laptopuri/tablete, Conexiune la internet, Platformă online de partajare**Noțiuni teoretice:***Bullying-ul este un comportament intenționat, repetitiv, care cauzează suferință altor persoane.**Poate fi verbal, fizic, relațional sau digital (cyberbullying). Prevenția înseamnă:*

- *Recunoașterea formelor de bullying;*
- *Încurajarea sprijinului între colegi;*
- *Intervenția responsabilă atunci când vedem bullying.*

Desfășurarea activității:**Etapă 1:** Prezentare scurtă despre bullying și formele sale (10 min)**Etapă 2:** Crearea unei postări de prevenire a bullyingului (35 min)**Etapă 3:** Publicare și feedback colegial/formatori (15 min)**Sugestii de idei pentru postare:**

Poster: „Bullying-ul nu este curaj. Respectul este.”

Infografic: „Tipuri de bullying și cum le recunoști.”

Poveste scurtă: „Cum am intervenit și am făcut diferența.”

Top 3 metode de a sprijini o victimă a bullyingului.

Provocare: „O zi în care susții un coleg marginalizat.”

Activitatea 2**Denumirea activității:** Crearea unui material de promovare a respectului între tineri – „Fiecare cuvânt contează”**Scop:** Să promoveze comunicarea bazată pe respect, empatie și acceptarea diferențelor.**Vârsta participanților:** 12–18 ani**Necesar spațiu:** Spațiu închis sau online**Durată:** 1 oră**Instrumente:** Laptopuri/tablete, Internet, Whiteboard online sau flipchart digital**Noțiuni teoretice:***Respectul între tineri presupune:*

- *Ascultare activă;*
- *Acceptarea diversității;*
- *Evitarea etichetării și a excluderii.*

*Promovarea respectului în școală și în comunitate creează un climat sigur și pozitiv.***Desfășurarea activității:****Etapă 1:** Discuție despre importanța respectului și empatiei (10 min)**Etapă 2:** Crearea unei postări inspiraționale despre respect (35 min)**Etapă 3:** Publicare și feedback (15 min)**Sugestii de idei pentru postare:**

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Poster: „Respectul începe cu mine. Continuă cu noi.”

Listă: „5 lucruri simple pe care le poți face pentru a arăta respect colegilor.”

Infografic: „Empatia: superputerea care unește oameni diferiți.”

Mesaj motivațional: „Apreciază ceea ce face pe cineva unic, nu ceea ce îl separă.”

Poveste de schimbare: „Cum respectul a construit o prietenie neașteptată.”

4. Prevenirea cyberbullyingului și promovarea comportamentului responsabil online

Activitatea 1

Denumirea activității: Crearea unui material online despre prevenirea cyberbullyingului – „Respect și online”

Scop: Să ajute participanții să creeze mesaje educaționale despre prevenirea agresivității și hărțuirii în mediul online.

Vârsta participanților: 12–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis sau online

Durată: 1 oră

Instrumente: Laptopuri/tablete, Internet, Platformă online de publicare

Noțiuni teoretice:

Cyberbullying-ul este o formă de hărțuire desfășurată prin internet sau telefonie mobilă (mesaje, comentarii, postări umiltoare etc.).

Prevenirea implică:

- *Respectarea celorlalți în comunicările online;*
- *Evitarea participării la comportamente umiltoare;*
- *Sprijinirea victimelor și raportarea conținutului abuziv.*

Desfășurarea activității:

Etapa 1: Prezentare despre ce înseamnă cyberbullying și cum se manifestă (10 min)

Etapa 2: Crearea postării de prevenire a cyberbullyingului (35 min)

Etapa 3: Publicare și feedback colegial/formatori (15 min)

Sugestii de idei pentru postare:

Poster: „Tastați cu respect. Și online, și offline.”

Infografic: „Ce este cyberbullying-ul și cum îl putem opri?”

Mini-ghid: „Cum reacționezi când ești martor la cyberbullying?”

Poveste: „Cum am ales să nu tac atunci când am văzut nedreptate online.”

Campanie: „Fiecare click de respect schimbă lumea digitală.”

Activitatea 2

Denumirea activității: Crearea unui material de promovare a comportamentului responsabil online – „Lasă o urmă pozitivă”

Scop: Să consolideze responsabilitatea digitală și conștientizarea impactului pe care comunicarea online o are asupra celorlalți.

Vârsta participanților: 12–18 ani

Necesar spațiu: Spațiu închis sau online

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Durată: 1 oră**Instrumente:** Laptopuri/tablete, Internet, Whiteboard online sau platformă de colaborare**Noțiuni teoretice:***Comportamentul responsabil online presupune:*

- Publicarea de conținut pozitiv și respectuos;
- Respectarea intimității altora;
- Evitarea distribuirii de informații false sau jignitoare.

Desfășurarea activității:**Etapa 1:** Discuție despre importanța unei amprente digitale pozitive (10 min)**Etapa 2:** Postare de promovare a comportamentului responsabil online (35 min)**Etapa 3:** Publicare și feedback (15 min)**Sugestii de idei pentru postare:**

Poster: „Fii eroul respectului online!”

5 reguli de aur pentru un internet mai sigur și mai prietenos.

Infografic: „Gândește înainte să postezi – Criterii simple.”

Mesaj inspirațional: „Ce lași în urmă spune cine ești.”

Poveste scurtă: „Cum un mesaj de sprijin a schimbat ziua cuiva.”

Evaluare Finală Completă**Test de cunoștințe (scurt chestionar – grilă și răspuns scurt)**

14 întrebări (2 pentru fiecare temă):

Tema	Întrebări exemple
Drepturile copilului	1. Scrie două drepturi fundamentale ale copilului. 2. De ce este important să fie respectate drepturile copilului indiferent de origine?
Cyberbullying	3. Dă un exemplu concret de cyberbullying. 4. Cum poți reacționa dacă ești martor la cyberbullying? 5. Numeste două semnale timpurii ale unui abuz.
Gândire critică și abuz	6. De ce este important să gândim critic înainte de a avea încredere într-o ofertă?

Tema	Întrebări exemple
Trafic de persoane	7. Care sunt două semnale de avertizare că o ofertă ar putea ascunde trafic de persoane? 8. Ce ai face dacă cineva ți-ar cere să păstrezi secretă o ofertă suspectă?
Trafic de droguri	9. Care sunt două riscuri asociate consumului sau traficului de droguri? 10. Cum poți refuza în siguranță o ofertă de droguri?
Bullying	11. Ce este bullying-ul? Dă un exemplu de bullying verbal. 12. Cum poți ajuta un coleg care este victima bullyingului?
Promovare viață fără violență	13. Scrie un slogan prin care promovezi respectul între tineri. 14. Numește două comportamente pozitive care contribuie la o viață fără violență.

II. Activitate practică finală

Alegerea uneia dintre următoarele sarcini:

- Crează un **poster digital** pe una dintre temele: prevenirea bullyingului, cyberbullyingului, traficului de persoane sau consumului de droguri.
- Redactează un **text scurt** tip mesaj de campanie (150–200 cuvinte) despre promovarea respectului sau siguranței personale.
- Realizează un **mini-video** sau un **podcast audio** (maxim 2 minute) despre cum putem susține o viață fără violență.

Criterii de evaluare:

- Claritatea și relevanța mesajului;
- Creativitatea abordării;
- Impact emoțional și putere de mobilizare.

III. Reflecție personală

Completarea unei fișe cu întrebări scurte:

Întrebare	Scop
1. Ce am învățat cel mai valoros în acest program?	Reflectarea progresului
2. Care este o situație reală unde aș folosi cunoștințele dobândite?	Aplicare practică
3. Cum pot susține colegii mei să evite pericolele?	Spirit de comunitate
4. Ce abilități personale mi-am dezvoltat?	Autocunoaștere
5. Ce angajament îmi asum pentru a promova respectul și siguranța?	Responsabilizare personală

Partea II – Activitate practică

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Alege una dintre variante:

- Crează un **poster** despre prevenirea bullyingului, cyberbullyingului, traficului de persoane sau consumului de droguri.
- Scrie un **text tip campanie** (150–200 cuvinte) despre promovarea respectului sau siguranței personale.
- Realizează un **mini-video** sau **podcast** despre importanța unui comportament respectuos și protector.

Fișa de Evaluare finală

Evaluare finală – Curriculum: Drepturile copilului, Cyberbullying, Gândire critică și prevenție, Trafic de persoane, Trafic de droguri, Bullying, Promovarea vieții fără violență

Partea I – Test de cunoștințe

Instrucțiuni: Răspunde clar și concis la fiecare întrebare.

1. Numește două drepturi fundamentale ale copilului.
2. De ce trebuie respectate drepturile copilului indiferent de origine?
3. Dă un exemplu de cyberbullying.
4. Cum poți reacționa dacă vezi cyberbullying online?
5. Numește două semne timpurii ale unui posibil abuz.
6. De ce este importantă gândirea critică în fața promisiunilor?

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

7. Care sunt două semnale de avertizare ale traficului de persoane?
8. Ce ai face dacă cineva îți cere să păstrezi secretă o ofertă dubioasă?
9. Care sunt două riscuri asociate consumului sau traficului de droguri?
10. Cum poți refuza politicos o ofertă de droguri?
11. Ce este bullying-ul? Oferă un exemplu de bullying verbal.
12. Cum poți sprijini un coleg victimă a bullyingului?
13. Scrie un slogan prin care promovezi respectul între tineri.
14. Numește două comportamente care ajută la crearea unei vieți fără violență.

Fișa de reflecție finală - "Gândurile mele după curs"

Răspunde sincer la următoarele întrebări:

1. Ce am învățat cel mai valoros în acest program?
.....
2. O situație reală în care voi putea folosi cunoștințele dobândite este...
.....
3. Cum pot să susțin colegii mei să evite pericolele?
.....
4. Ce abilități personale mi-am dezvoltat pe parcursul programului?
.....
5. Ce angajament îmi asum pentru a promova respectul și siguranța?
.....

ANEXE

Activitate 1.1: Reflecție creativă: Dacă aș fi președintele copiilor...

Activitate 1.2: Jocul drepturilor

Activitate 1.4: Pantofii Roșii

Activitate 1.6: Prezentarea atelierelor

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Activitate 2.1: Fișă feedback

DREPTURILE COPILULUI

Activitate 1.1. „Reflecție creativă – Dacă aș fi președintele copiilor...”

Timp alocat: 15-20 minute

Exercițiu:

„Imaginați-vă că există o lume unde fiecare copil are propriul președinte care are grijă de nevoile lui și face legi doar pentru copii. Voi sunteți acel președinte! Ce reguli ați crea pentru ca toți copiii să se simtă în siguranță, ascultați și sprijiniți?”

- ☐ Fiecare grup trebuie să inventeze 3 legi „ale copiilor” pe care le-ar impune dacă ar conduce o țară a copilăriei
- ☐ Le pot scrie pe o foaie sau pe post-it-uri.
- ☐ Grupurile își prezintă „legile” pe rând.
- ☐ Reflecție.....

DREPTURILE COPILULUI

Activitate 1.2. Prezentare teoretică: „Ce sunt drepturile copilului?”

Timp alocat: 15-20 minute

***Drepturile copilului** sunt un ansamblu de norme și principii recunoscute la nivel internațional, care garantează fiecărui copil – adică oricărei persoane cu vârsta sub 18 ani – protecție, sprijin și condiții adecvate pentru a se dezvolta fizic, emoțional, intelectual și social. Aceste drepturi sunt stabilite în principal prin **Convenția ONU privind Drepturile Copilului** din 1989 și sunt recunoscute de majoritatea statelor lumii, inclusiv de România.*

*Ele nu sunt „privilegii” oferite doar în anumite condiții, ci **drepturi fundamentale** care trebuie respectate întotdeauna, indiferent de originea, religia, genul, limba, starea de sănătate sau situația familială a copilului. Printre acestea se numără dreptul la viață și dezvoltare, la educație, la protecție împotriva abuzului, la opinie și exprimare, la îngrijire medicală și la un mediu sigur și afectuos.*

Exercițiu:

1. Participanții vor viziona un videoclip: <https://youtu.be/26Rw8Blz2gE>
2. Fiecare participant primește o fișă împărțită în două coloane:
 - Coloana 1: „Drepturi pe care le cunosc”
 - Coloana 2: „Drepturi pe care simt că sunt respectate în viața mea”
3. Participanții completează individual fișa în 5 minute.
4. Apoi se formează perechi sau grupuri mici pentru a discuta ce au observat.
5. Discuție de grup moderată: Ce drepturi sunt cel mai des respectate? Ce drepturi lipsesc în viața voastră sau a colegilor?

DREPTURILE COPILULUI

Activitate 1.3. Dezbatere ghidată: „De ce este important să ne cunoaștem drepturile?”

Timp alocat: 20-25 minute

Exercițiu:

„Ce drept apăr azi?”

• Instrucțiuni:

1. Participanții aleg **un drept al copilului** care li se pare important azi, în lumea reală.
2. Pe un post-it/cartonaș, scriu:
 - Dreptul ales
 - Un motiv personal sau social pentru care e important să fie cunoscut/apărat
3. Post-it-urile se lipesc pe o tablă comună, panou sau flipchart intitulat **„Drepturi care ne dau putere”**.

„Fiecare drept cunoscut devine o armă împotriva nedreptății.”

DREPTURILE COPILULUI

Activitate 1.4. Lecție interactivă: „Istoria drepturilor copilului – De la idee la realitate”

Timp alocat: 20-25 minute

Ordinea cronologica

- **1924 – Declarația de la Geneva** (Liga Națiunilor): prima recunoaștere internațională a nevoii de protecție specială pentru copii.
- **1959 – Declarația ONU privind Drepturile Copilului**: extinde drepturile de bază (educație, sănătate, protecție).
- **1989 – Convenția ONU privind Drepturile Copilului**: document cu forță juridică, semnat de majoritatea țărilor lumii.
- **România – ratificare în 1990.**

Cele 4 principii de bază ale Convenției:

- Nediscriminarea
- Interesul superior al copilului
- Dreptul la viață, supraviețuire și dezvoltare
- Respectarea opiniei copilului

Exercițiu:**„Linia timpului vie”****Instrucțiuni:**

1. Participanții primesc câte un cartonaș cu **un an** sau **un eveniment** din evoluția drepturilor copilului (ex: 1924, Convenția din 1989, ratificarea în România, cele 4 principii etc.).
2. Toți trebuie să se așeze în ordine cronologică, formând o „linie a timpului vie”.
3. Pe rând, fiecare spune ce reprezintă momentul său și de ce este important.

DREPTURILE COPILULUI

Activitate 1.5. Activitate interactivă: „Cele 4 stele călăuzitoare ale drepturilor copilului”

Timp alocat: 20-25 minute



*Primul dintre aceste principii este cel al **nediscriminării**, care afirmă cu tărie că toți copiii, fără excepție, au aceleași drepturi, indiferent de sex, rasă, religie, limbă, origine socială, dizabilitate, statut juridic sau economic. Acest principiu respinge orice formă de excludere sau tratament diferențiat și ne amintește că fiecare copil merită să fie privit cu aceeași grijă și demnitate, chiar și – sau mai ales – atunci când provine dintr-un mediu vulnerabil. Respectarea acestui principiu presupune nu doar evitarea discriminării, ci și luarea de măsuri active pentru sprijinirea celor mai defavorizați, astfel încât egalitatea de șanse să devină o realitate.*

*Un al doilea principiu fundamental este acela al **interesului superior al copilului**. Potrivit Convenției, în orice decizie care afectează un copil – fie că este luată de părinți, autorități, profesori sau instanțe – trebuie avut în vedere, în primul rând, ceea ce este cel mai bine pentru acel copil. Interesul superior devine astfel o busolă morală și juridică, care cere ca bunăstarea copilului să fie întotdeauna prioritară, dincolo de interesele instituțiilor sau ale adulților implicați. Acest principiu pune accentul pe responsabilitatea celor mari de a asculta, de a înțelege și de a acționa în favoarea dezvoltării echilibrate a copilului.*

*Al treilea principiu vizează **dreptul copilului la viață, supraviețuire și dezvoltare**. Dincolo de simpla existență biologică, acest drept presupune garantarea unor condiții de viață care permit copilului să se dezvolte pe deplin – fizic, mental, emoțional, spiritual și social. Statul are obligația de a proteja viața copilului încă de la naștere și de a crea un mediu sigur, sănătos și favorabil în care el să poată crește armonios. A vorbi despre dezvoltare înseamnă a vorbi despre acces la hrană, educație, sănătate, afecțiune, siguranță, dar și despre oportunitatea de a-și descoperi potențialul și de a-l pune în valoare.*

*Ultimul, dar nu cel din urmă, este **principiul respectării opiniei copilului**. Acesta ne reamintește că un copil nu este doar un receptor pasiv al deciziilor care îl privesc, ci un subiect activ, cu gânduri, sentimente și puncte de vedere care merită ascultate. Copiii au dreptul să-și exprime liber opiniile în toate aspectele care îi afectează, iar aceste opinii trebuie luate în considerare în funcție de vârsta și maturitatea lor. A le da copiilor șansa să se exprime nu înseamnă a le da întotdeauna decizia finală, ci a le arăta că vocea lor contează, că sunt parte din societate și că participarea lor este valoroasă.*

Discuție ghidată – Aplicare practică (3-5 min):

Întrebări :

- Cum se aplică aceste principii în școală?
- Când ați simțit că vocea voastră a fost (sau nu a fost) ascultată?
- Ce înseamnă „interesul superior al copilului” în viața reală

Exercițiu: „Povestea celor 4 principii” (10 min)

- Participanții sunt împărțiți în 2 echipe.
- Fiecare primește un principiu + o situație concretă (reală sau fictivă).
- Ei creează o poveste scurtă (2–3 min) care să ilustreze cum acel principiu se aplică.

La final, echipele își prezintă poveștile, iar clasa identifică principiul ilustrat.

DREPTURILE COPILULUI**Activitate 1.6. Exercițiu interactiv: „Drepturile copilului – Culoarea dreptății”**

⌚ Timp alocat: 20-25 minute

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313



1
Copilul este orice persoană cu vârsta sub 18 ani.



2
Toți copiii au aceste drepturi, indiferent de cine sunt, unde trăiesc, ce limbă vorbesc, ce gândesc, cum arată, dacă sunt băieți sau fete, dacă suferă de o dizabilitate, dacă sunt bogați sau săraci și indiferent de cine sunt sau ce credințe au părinții sau familiile lor.



3
Când adulții iau decizii, aceștia trebuie să se gândească la modul în care acele decizii vor afecta copiii. Toți adulții trebuie să facă ce este mai bine pentru copii. Guvernele trebuie să susțină protecția și îngrijirea copiilor de către părinți sau, atunci când este necesar, de către alte persoane. Guvernele trebuie să vegheze ca oamenii și instituțiile care răspund de protecția și îngrijirea copiilor să își îndeplinească îndatoririle așa cum trebuie.



4
Guvernele trebuie să facă tot ce le stă în putere pentru ca toți copiii din țările lor să se bucure de drepturile recunoscute prin această Convenție.



5
Guvernele trebuie să lase familiile și comunitățile să își îndrume copiii astfel încât, pe măsură ce se dezvoltă, aceștia să învețe să își exercite drepturile cât se poate de bine. Cu cât copiii sunt mai mari, cu atât vor avea nevoie de mai puțină îndrumare.



6
Fiecare copil are dreptul la viață și la supraviețuire. Guvernele trebuie să asigure condițiile în care copiii să se poată dezvolta în cel mai bun mod.



7
Nume și cetățenie - Copiii sunt înregistrați la naștere și primesc un nume recunoscut de stat. Copiii trebuie să aibă o naționalitate (să aparțină unei țări). În măsura posibilului, copiii au dreptul de a-și cunoaște părinții și de a fi îngrijiți de aceștia.



8
Protecția identității - Copiii au dreptul la propria identitate – o dovadă oficială care arată cine sunt, inclusiv naționalitatea, numele și relațiile de rudenie. Nimeni nu ar trebui să încalce acest drept al copilului la identitate, dar dacă acest fapt se întâmplă, guvernele trebuie să ajute copiii și să asigure asistența necesară pentru ca identitatea acestora să fie restabilită.



9
Copiii nu trebuie să fie separați de părinții lor, cu excepția cazului în care copiii nu sunt îngrijiți corespunzător, de exemplu, dacă un părinte îi face rău copilului sau îl neglijează. Copiii ai căror părinți locuiesc separat trebuie să păstreze legătura cu ambii părinți, cu excepția cazului în care contactul cu părinții ar dăuna copiilor.



10
Dacă un copil locuiește în altă țară decât cea în care locuiesc părinții săi, guvernele trebuie să permită copilului și părinților să călătorească, astfel încât familia să poată menține legătura și să fie împreună.



11
Guvernele trebuie să împiedice scoaterea din țară a copiilor în condiții ilegale, cum ar fi răpirea de către o persoană sau sechestrarea în altă țară de către un părinte, în condițiile în care celălalt părinte nu este de acord.



12
Copiii au dreptul de a-și exprima liber opinia asupra oricărei probleme care îi privește. Adulții ar trebui să îi asculte pe copii și țină cont de părerile acestora.



13
Copiii au dreptul de a se exprima liber și de a primi și comunica informații despre ceea ce învață, gândesc sau simt, în formă orală, scrisă, tipărită sau artistică ori prin orice alte mijloace, cu excepția cazului în care prin aceasta încalcă drepturile altor persoane.



14
Copiii au dreptul la propriile gânduri, opinii și la alegerea unei religii, dar prin acesta nu trebuie să îngrezească dreptul altora de a se bucura de drepturile lor. Părinții pot să îndrume copiii astfel încât, pe măsură ce cresc, să învețe să își exercite acest drept în mod corespunzător.



15
Copiii au dreptul de a se asocia sau de a înființa grupuri sau organizații și au dreptul de a se întruni cu copii, atât timp cât prin aceasta nu pun în pericol drepturile altora.



16
Fiecare copil are dreptul la viață privată. Legea trebuie să protejeze viața privată, familia, domiciliul, corespondența și reputația copilului împotriva oricăror atacuri.



17
Copiii au dreptul la informare prin Internet, radio, televiziune, ziare, cărți și alte surse. Adulții au datoria de a se asigura că informațiile la care au acces copiii nu sunt dăunătoare. Statele trebuie să încurajeze media să difuzeze informații din cât mai multe surse, în limbi pe care copiii le pot înțelege.



18
Părinții sunt principalele persoane responsabile pentru creșterea copilului. Dacă un copil nu are părinți, această responsabilitate va fi preluată de un alt adult, denumit „tutor”. Părinții și tutorii trebuie întotdeauna să se gândească la ce este mai bine pentru copil. Guvernele trebuie să îi ajute pe părinți și pe tutorii. Când un copil îi are pe ambii părinți, amândoi sunt responsabili pentru creșterea copilului.



19
Guvernele trebuie să îi protejeze pe copii împotriva violenței, abuzurilor și a neglijenței din partea persoanelor care îi îngrijesc.



20
Orice copil care nu poate fi îngrijit de familia sa are dreptul să fie îngrijit corespunzător de persoane care respectă religia, cultura, limba și alte aspecte ale vieții copilului.



21
Când un copil este adoptat, cel mai important lucru este ca acest fapt să servească bunăstării sale. Dacă un copil nu poate fi îngrijit corespunzător în țara sa (locuind, de exemplu, cu altă familie decât cea naturală), acesta poate fi adoptat în altă țară.

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313



22 Copiii care ajung din țara natală în altă țară, ca refugiați (pentru că nu sunt în siguranță acolo unde s-au născut), trebuie să primească ajutor, să fie protejați și să beneficieze de aceleași drepturi pe care le au copiii născuți în țara în care au ajuns.



23 Fiecare copil cu dizabilități trebuie să se bucure de cele mai bune condiții de viață posibile în societate. Statele trebuie să îndepărteze toate obstacolele care pot împiedica copiii cu dizabilități să devină independenți și să participe activ la viața comunității.



24 Copiii au dreptul la cea mai bună îngrijire medicală posibilă, la apă potabilă, la alimentație sănătoasă și la viață într-un mediu curat și sigur. Toți adulții și copiii trebuie să aibă acces la informații despre siguranța și sănătatea lor.



25 Fiecare copil plasat în afara familiei (pentru îngrijire, protecție sau însănătoșire) are dreptul la verificarea și reevaluarea periodică a situației sale pentru a se constata dacă totul este în regulă și dacă locul unde se află continuă să fie cel mai bun pentru el.



26 Guvernele trebuie să acorde bani sau alte forme de sprijin pentru a ajuta copiii din familii vulnerabile.



27 Copiii au dreptul la alimente, îmbrăcăminte și un loc sigur în care să locuiască, astfel încât să se poată dezvolta în cel mai bun mod posibil. Statul trebuie să ajute familiile și copiii care nu își pot permite aceste condiții.



28 Fiecare copil are dreptul la educație. Învățământul primar trebuie să fie gratuit. Studiile gimnaziale, liceale, vocaționale și cele universitare trebuie să fie accesibile fiecărui copil. Copiii trebuie încurajați să urmeze școala până la cel mai înalt nivel posibil. Măsurile de disciplină în școli trebuie să respecte drepturile copiilor și nicidecum să nu fie violente.



29 Educația copiilor trebuie să îi ajute să își dezvolte pe deplin personalitatea, talentele și abilitățile. Trebuie să îi ajute să își înțeleagă propriile drepturi și să respecte drepturile, cultura și aspectele diferite ale celorlalți oameni. Trebuie să îi ajute să trăiască în pace și să protejeze mediul înconjurător.



30 Copiii au dreptul de a își folosi propria limbă, cultură și religie, chiar dacă acestea sunt minoritare în țara în care trăiesc.



31 Oricare copil are dreptul la odihnă și la timp liber și să participe în activități culturale și artistice.



32 Fiecare copil are dreptul să fie protejat de orice formă de muncă periculoasă sau care ar putea dăuna educației, sănătății sau dezvoltării sale. În cazul în care copiii muncesc, aceștia au dreptul la protecție și la plată corectă / cinstită / rezonabilă.



33 Guvernele trebuie să protejeze copiii împotriva consumului, producerii, transportului sau traficului de droguri.



34 Guvernele trebuie să protejeze copiii împotriva exploatării și abuzului sexual inclusiv împotriva persoanelor care constrâng copiii să întrețină relații sexuale contra unor sume de bani sau care contrâng copiii să se fotografieze sau filmeze în ipostaze intime.



35 Guvernele trebuie să ia toate măsurile posibile pentru a preveni răpirea, traficul sau transportarea copiilor în alte țări sau locuri în scopul exploatării.



36 Copiii au dreptul la protecție contra oricăror forme de exploatare, chiar dacă acestea nu sunt explicit menționate în această Convenție.



37 Copiii acuzați de încălcarea legii nu trebuie să fie uciși, supuși torturii, tratamentelor sau pedepselor crude și nu trebuie condamnați pe viață sau încarcerați împreună cu adulții. Pedepsa cu închisoarea trebuie să fie ultima opțiune și doar pe cea mai scurtă durată posibilă. Copiii privați de libertate trebuie să beneficieze de asistență juridică și să poată păstra legătura cu familia.



38 Copiii au dreptul să fie protejați pe timp de război. Guvernele au datoria de a oferi protecție specială copiilor afectați de război. Niciun copil sub 15 ani nu poate să fie înrolat în armată și nici să participe în război.



39 Copiii victime ale abuzului, maltratării, neglijării, exploatării ori unui conflict armat au dreptul să primească asistență care să le permită recuperarea fizică și psihologică.



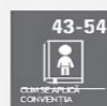
40 Copiii acuzați de încălcarea legii au dreptul la asistență juridică și la a fi tratați echitabil. Trebuie să existe soluții pentru a-i ajuta pe acești copii să devină membri buni ai societății. Pedepsa cu închisoarea trebuie să fie ultima soluție.



41 În cazul în care legile unei țări protejează drepturile copiilor la un nivel superior față de această Convenție, atunci se vor aplica acele legi.



42 Guvernele trebuie să facă larg cunoscute copiilor și adulților prevederile acestei Convenții, astfel încât toată lumea să fie informată cu privire la drepturile copiilor.



43-54 Aceste articole explică modul în care statele, Organizația Națiunilor Unite – inclusiv Comitetul pentru drepturile copiilor și UNICEF – și alte organizații depun eforturi pentru a se asigura că toți copiii se bucură de toate drepturile pe care le au.

. Activitate practică – „Dreptul meu are culoare!” (15–20 min):

Participanții extrag aleatoriu 1–2 bilețele fiecare cu câte un drept. Apoi, trebuie să îl **lipească / așeze / asocieze** cu una dintre următoarele categorii:

- . **Educație**
- . **Sănătate**
- . **Protecție**
- . **Exprimare și opinie**
- . **Identitate & familie**

Pot lucra individual sau în echipe mici, iar fiecare alegere este urmată de o scurtă justificare: „Am pus *dreptul la acces la informație* la exprimare pentru că...”

3. Discuție de reflecție (5 min):

- . Ați descoperit vreun drept despre care nu știați?
- . Vi s-a părut greu să alegeți o categorie? De ce?
- . Unele drepturi se potrivesc la mai multe categorii?

DREPTURILE COPILULUI**Activitate 1.7. Rolul Tinerilor în Promovarea Drepturilor Copilului**

Timp alocat: 15-20 minute

Exercițiu:

Fiecare grup discută despre modalitățile prin care ar putea acționa pentru promovarea drepturilor copilului în scenariul primit. Participanții își scriu ideile pe flipchart sau pe o foaie mare de hârtie.

Scenariul 1:

Ești un tânăr activ într-un proiect civico-social. Ce acțiuni ai întreprinde pentru promovarea drepturilor copilului în comunitatea ta?

Scenariul 2:

Faci parte dintr-un consiliu al elevilor. Cum poți sprijini respectarea drepturilor copilului în școală, în special dreptul la opinie și la un mediu sigur?

Scenariul 3:

Ești influencer pe rețelele sociale și ai o comunitate de tineri care te urmăresc. Cum ai folosi platformele online pentru a promova drepturile copilului?

Scenariul 4:

Participi la un atelier cu tineri din mai multe țări. Cum ai putea aduce în discuție respectarea drepturilor copilului și cum te-ai implica în proiecte internaționale pe această temă?

Scenariul 5:

Ai observat că un coleg de clasă este marginalizat sau discriminat. Cum ai putea acționa pentru a-i apăra drepturile și a încuraja respectul și incluziunea?

DREPTURILE COPILULUI**Activitate 1.8. Apărarea Drepturilor Copilului și Acțiuni în Caz de Încălcare**

Timp alocat: 25-30 minute

Exercițiu

- Fiecare grup primește cartonașe cu diverse scenarii de încălcare a drepturilor copilului
- Fiecare grup analizează scenariile și discută despre ce ar trebui să facă în acea situație, care sunt pașii corecți de urmat, ce instituții pot fi implicate și ce măsuri pot lua pentru a ajuta copilul respectiv.

Scenariul 1:

Un coleg de clasă este hărțuit constant de alți elevi, iar profesorii nu intervin pentru a-l proteja. Ce ai face în această situație?

Scenariul 2:

Un copil din comunitatea ta nu merge la școală pentru că familia lui nu îi permite rechizite, haine sau transport. Ce soluții ai propune pentru a-l sprijini?

Scenariul 3:

O fetiță nu are voie să își exprime opinia acasă sau la școală, pentru că adulții cred că „copiii trebuie doar să asculte”. Cum ai putea susține dreptul ei la exprimare?

Scenariul 4:

Un copil este nevoit să muncească după orele de școală pentru a-și ajuta familia, ceea ce îi afectează învățătura și sănătatea. Cum ai reacționa?

Scenariul 5:

Un coleg de origine romă este ignorat sau tratat cu inferioritate de către ceilalți colegi și chiar de către unii profesori. Cum ai putea interveni pentru a susține egalitatea și respectul?

DREPTURILE COPILULUI**Activitate 1.9. Jocul Drepturilor**

Timp alocat: 30-40 minute

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Exercițiu final:

1. Fiecare echipă **citește studiul de caz** și răspunde la cele trei întrebări esențiale:

- Ce drept al copilului este încălcat?
- Ce soluții propuneți pentru rezolvarea situației?
- Cum ați crea o campanie online de conștientizare despre acest caz?

Echipele trebuie să pregătească o prezentare scurtă (3-4 minute) în care să prezinte răspunsurile lor și să propună o idee creativă de postare: slogan, afiș, videoclip, meme etc.

2. **Prezentarea echipelor (15-20 minute):**

Fiecare echipă are la dispoziție 4 minute pentru a-și prezenta răspunsurile și ideile creative. Se încurajează creativitatea, iar participanții pot folosi desene, mimă, afișe, chiar și cântece, dacă doresc.

3. **Evaluarea și punctarea (5 minute - opțional):**

Se discută pe scurt despre fiecare prezentare și se acordă punctele corespunzătoare.

JOCUL
DREPTURILOR

Modalități de joc:

Pe echipe – Fiecare echipă trage 1-2 bilețele și prezintă soluția pentru dreptul încălcat și o idee de campanie.

Concurs – Se acordă puncte pentru creativitate, corectitudine, colaborare.

Campanie live – Fiecare echipă creează o postare (scrisă/desenată) ca parte din campania lor.

STUDIU DE CAZ # 1

Alex, un băiat de 12 ani, a fost abandonat la naștere și crescut într-un centru de plasament. Timp de ani de zile nu i s-au actualizat documentele de identitate, iar în prezent, el nu are un certificat de naștere și nici buletin. Din această cauză, nu se poate înscrie oficial la școală și nu poate beneficia de ajutor social sau servicii medicale corespunzătoare.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIU DE CAZ # 2

Lara, o fetiță de 7 ani, locuiește cu părinții după divorț, dar nu mai are voie să-și vadă bunicii paterni, de care era foarte atașată, din cauza conflictelor dintre adulți. Familia mamei refuză orice contact cu rudele din partea tatălui.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

STUDIUL DE CAZ # 3

Radu, 9 ani, a fost plasat în grija unui asistent maternal, deoarece mama sa se confruntă cu probleme de sănătate mintală, iar tatăl a plecat din țară. Deși mama și-a exprimat dorința să-l vadă, instituția refuză vizitele pentru a „nu-l deranja pe copil”.

1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIUL DE CAZ # 4

Elena, 11 ani, locuiește în România cu mama ei, în timp ce tatăl locuiește în Germania. După divorț, nu au stabilit un program clar de vizite, iar mama nu permite apelurile frecvente pentru că „nu vrea să o tulbure”. Tatăl încearcă să păstreze legătura, dar e blocat pe toate canalele.

1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIUL DE CAZ # 5

Andrei, un băiat de 13 ani pasionat de matematică și robotică, învață într-o școală dintr-un cartier marginalizat. Deși are rezultate excelente, profesorii îl ignoră și nu îl trimit la concursuri, pe motiv că „nu are cu ce să se prezinte, vine de la periferie”. Mai mult, colegii îl discriminează pentru hainele ponosite și faptul că vine dintr-o familie săracă.

1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIUL DE CAZ # 6

Bianca, 6 ani, suferă de astm sever. Locuiește cu părinții într-un sat izolat unde nu există medic de familie și nici transport către spitalul din oraș. Medicamentele de care are nevoie nu se găsesc în farmaciile locale, iar părinții nu își permit să le cumpere constant.

1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

STUDIUL DE CAZ # 7

Mihai, 14 ani, lucrează zilnic după școală într-un atelier auto, unde face reparații grele fără echipament de protecție. Tatăl lui spune că trebuie „să învețe o meserie” și că nu e timp de „pierderi cu teme și prostii”. Din cauza oboselii, mihai doarme la ore și are rezultate din ce în ce mai slabe la școală.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIUL DE CAZ # 8

Irina, 8 ani, locuiește într-o cameră improvizată într-un bloc dezafectat, fără apă curentă, căldură sau curent electric. Familia trăiește din alocații și nu are acces la programe de sprijin social. Irina nu are haine potrivite pentru sezon și nici materiale școlare, ceea ce o izolează la școală.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIUL DE CAZ # 9

Robert, 11 ani, trăiește împreună cu mama sa, care are o boală cronică și nu poate munci. Familia nu are venituri stabile și, deși ar avea dreptul la ajutor social, nu au depus dosarele necesare pentru că nu știu ce documente sunt necesare și nu au acces la internet sau transport până la oraș. Drept urmare, Robert nu primește alocație suplimentară și nu beneficiază de pachete sociale sau masă caldă.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIUL DE CAZ # 10

David, 15 ani, a început să consume substanțe etnobotanice împreună cu alți adolescenți din cartier. Nu există centre de consiliere în zonă, iar la școală nu se discută deloc despre efectele consumului. Părinții lui sunt depășiți de situație și refuză să creadă că fiul lor are o problemă.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

România - Ungaria

nO BULLYING ROHU 00313

STUDIU DE CAZ # 11

Anca, o fetiță de 12 ani, este forțată să cerșească de către un unchi care o supraveghează constant. Deși merge din când în când la școală, absențele și traumele trăite o izolează tot mai mult. Nimeni din comunitate nu raportează cazul, deși e cunoscut.

1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIU DE CAZ # 12

Ioana, o fetiță de 9 ani cu dizabilitate locomotorie, nu poate merge la școală deoarece clădirea nu este accesibilizată și nu există cadru didactic de sprijin. Părinții ei au cerut de mai multe ori autorităților locale ajutor, însă nu s-a luat nicio măsură.

1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIU DE CAZ # 13

Larisa, o fată de 13 ani, a fost filmată plângând în timpul unei crize emoționale la școală. Un coleg a postat clipul pe rețelele sociale, unde a devenit viral. Ulterior, Larisa a fost batjocorită și marginalizată de colegi. Părinții au aflat abia după ce au văzut videoclipul distribuit masiv online.

1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIU DE CAZ # 14

Alex, 12 ani, a vrut să-și spună opinia despre o schimbare în regulamentul școlii (despre uniformă obligatorie), dar a fost oprit de dirigintă cu replica: „copiii nu au ce comenta, noi decidem!”. Mai târziu, părinții au fost chemați pentru că alex „are o atitudine nepotrivită”.

1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

STUDIU DE CAZ # 15

Teodora, 10 ani, urmează să fie plasată la o rudă, în urma divorțului părinților. Deși a spus că vrea să locuiască cu mama, autoritățile nu au consultat-o oficial, considerând că „e prea mică pentru a decide”.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIU DE CAZ # 16

Daria, 14 ani, provine dintr-o familie religioasă foarte strictă, dar simte că nu se regăsește în aceeași credință. Când și-a exprimat dorința de a participa la alte activități religioase, părinții au refuzat categoric, spunând că „nu e la vârsta la care să decidă așa ceva”.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIU DE CAZ # 17

Un grup de elevi de liceu, printre care și andrei (16 ani), a vrut să organizeze o întâlnire pașnică în curtea școlii pentru a discuta problemele cu programul încărcat și lipsa pauzelor. Conducerea școlii a interzis întâlnirea și le-a spus că „nu sunt în poziția de a face proteste”.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIU DE CAZ # 18

Tibor, un băiat de etnie maghiară, este certat de profesorul de sport pentru că vorbește în limba maghiară cu prietenii în pauză. I se spune că „aici se vorbește doar românește”. De teamă, tibor începe să evite comunicarea cu colegii săi.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

STUDIUL DE CAZ # 19

Mihai, 9 ani, a fost pedepsit de învățătoare să stea în picioare toată ora, pentru că „nu a fost atent”. Colegii au râs de el, iar mihai a început să refuze să mai meargă la școală, de frică.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIUL DE CAZ # 20

Iulia, elevă în clasa a vii-a, are teme zilnic timp de 4-5 ore, inclusiv în vacanță. În plus, părinții ei au înscris-o la două meditații și cursuri de limbă străină. Deși obosită și tristă, nu are curaj să spună că e prea mult.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIUL DE CAZ # 21

Robert, 11 ani, este agresat frecvent acasă de tatăl său, care consideră bătaia „cea mai bună metodă de disciplinare”. Deși vecinii aud și băiatul merge des cu vântăi la școală, nimeni nu raportează situația.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

STUDIUL DE CAZ # 22

Daria, 6 ani, este lăsată zilnic singură acasă de dimineață până seara, părinții fiind plecați la muncă. Nu are parte de atenție, hrană regulată sau sprijin emoțional. De multe ori adoarme plângând în timp ce îi așteaptă.

- 1. CE DREPT AL COPILULUI ESTE ÎNCĂLCAT?
- 2. CE SOLUȚII PROPUNEȚI?
- 3. CUM AȚI CREA O CAMPANIE ONLINE DESPRE ACEASTĂ SITUAȚIE?

Pantofii roșii

A fost odată o orfană săracă, fără mamă, care nu avea nici măcar pantofi. Colecta bucăți de pânză de oriunde putea și, în scurt timp, și-a cusut singură o pereche de pantofi roșii. Erau cam incomozi, dar îi iubea. Când îi privea, simțea că e bogată, chiar dacă trebuia să adune lemne de foc din pădurea întunecată, de la apus până la răsărit.

Într-o zi frumoasă, pe când se întorcea acasă în zdrențele ei și cu pantofii roșii în picioare, o trăsură aurie s-a oprit lângă ea. Înăuntru era o bătrână, care i-a spus că o va lua acasă și va avea grijă de ea ca de propriul copil. Așa că fetița a mers cu ea. A fost îmbăiată, i s-a pieptănat părul frumos și i s-au dat lenjerie albă curată și o rochie de lână fină, ciorapi albi și pantofi negri strălucitori. Când a întrebat de hainele ei vechi, în special de pantofii roșii, bătrâna i-a spus că erau atât de murdari și arătau atât de ridicol încât i-a aruncat în foc, unde au ars până nu a mai rămas nimic.

Copila s-a întristat profund, pentru că, oricâtă bogăție și splendoare o înconjurau, cea mai mare bucurie a ei erau pantofii pe care și-i făcuse singură. Acum trebuia să stea mereu cuminte, nu avea voie să sară, să vorbească decât atunci când era întrebată. Dar în inima ei a început să ardă o mică flacără și a început să tânjească după pantofii roșii.

Când a ajuns la vârsta la care putea fi confirmată de Ziua Sfinților Nevinovați, bătrâna a dus-o la un pantofar bătrân și șchiop, să-i facă o pereche de pantofi noi pentru sărbătoare. În vitrina pantofarului era o pereche minunată de frumoasă de pantofi roșii, făcuți din cea mai fină piele. Nu era potrivit să intri în biserică cu pantofi roșii, dar fata, condusă de inimă, i-a ales pe aceia. Bătrâna avea vederea slabă, așa că nu a observat culoarea pantofilor și i-a plătit. Pantofarul i-a făcut cu ochiul fetei și i-a ambalat.

A doua zi, cei adunați în biserică au privit cu dezaprobare pantofii fetei. Străluceau ca niște mere lustruite, ca niște inimi, ca niște prune roșii. Toată lumea clătina din cap cu indignare, până și icoanele și statuile priveau pantofii cu dezgust. Văzând toate acestea, fata iubea și mai mult pantofii. În timp ce episcopul cânta, corul murmură și orga răsună, ea nu se putea gândi decât la minunații ei pantofi roșii.

După-amiaza, bătrâna a aflat despre pantofii roșii ai copilei.

— Să nu-i mai porți niciodată! — a spus furioasă.

Dar duminica următoare, fata a purtat din nou pantofii roșii în locul celor negri, la biserică. La ușă stătea un soldat bătrân, cu un braț legat. Purtând o haină scurtă și cu barbă roșcată, s-a aplecat și a cerut voie să ștergă praful de pe pantofii fetei. Ea și-a ridicat piciorul, iar soldatul a bătut în tălpi fredonând un cântecel, care a făcut tălpile fetei să furnice.

— Să nu uiți să dansezi — i-a zis, zâmbind și făcând cu ochiul.

Oamenii au privit din nou pieziș la pantofii roșii. Fata îi iubea atât de mult, strălucind ca zmeura, ca rodia, încât nu s-a mai putut concentra la nimic altceva, aproape că nu a mai urmărit slujba și a uitat chiar să cânte.

Când a ieșit din biserică alături de bătrână, soldatul rănit a strigat:

— Ce pantofi de dans minunați ai!

Și fata a început să danseze. Dar picioarele ei nu se mai puteau opri și a dansat printre straturi de flori, în jurul bisericii, părând că și-a pierdut controlul. Mai întâi a dansat Gavota, apoi csárdás-ul, apoi valsul prin câmp.

Vizitiul bătrânei a sărit de pe capră, a fugit după fată, a ridicat-o și a dus-o înapoi în trăsură, în timp ce picioarele ei încă mai dansau. Bătrâna și vizitiul au încercat să-i scoată pantofii. Ce scenă! Pălării căzute, picioare zvâcnind, care într-un final s-au liniștit.

Acasă, bătrâna a pus pantofii pe un raft înalt și a avertizat fata să nu-i atingă niciodată. Dar ea îi privea mereu și tânjea după ei. Pentru ea, erau cele mai frumoase obiecte din lume.

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Destinul a făcut ca, nu mult după aceea, bătrâna să se îmbolnăvească, iar imediat ce doctorii au plecat, fata s-a strecurat în camera unde se aflau pantofii roșii. I-a privit mult timp înainte de a se lăsa ispitită și i-a încălțat, gândindu-se că nu poate fi nimic rău. Dar de îndată ce picioarele i-au simțit, au început să danseze. A dansat pe ușă, pe scări. Mai întâi Gavota, apoi csárdás-ul, apoi valsul. Era copleșită de bucurie și nu și-a dat seama că ceva nu e în regulă până când a vrut să vireze la stânga și pantofii au tras-o la dreapta. Când a vrut să se învârtă, pantofii n-au lăsat-o. Pantofii controlau mișcările fetei, nu invers, și a dansat pe șosea, prin câmpul noroios, direct în pădurea întunecată și cețoasă.

Acolo stătea soldatul cu barbă roșcată, sprijinit de un copac, cu bandaje pe mână, haină scurtă pe umeri.

— Ce pereche minunată de pantofi de dans ai! — a spus el.

Îngrozită, fata a încercat să-i scoată, dar cu cât trăgea mai tare, cu atât se strângeau. Sărea într-un picior, încercând să-i descalțe, dar pentru că dansul nu se oprea, eforturile ei erau zadarnice. Dansează, dansează, dansează. Peste munți, prin văi, prin ploaie, zăpadă și soare. Dansează noaptea, la răsărit și în amurg. Dar dansul era neplăcut, pentru că nu se putea opri să se odihnească.

A dansat până într-un cimitir, unde o fantomă înfricoșătoare i-a ieșit în cale și i-a spus:

— Vei dansa în pantofii tăi roșii până vei deveni o stafie, până pielea îți va atârna pe oase și nu va mai rămâne din tine decât o mișcare dansantă. Du-te! Dansează prin sate, bate de trei ori la fiecare ușă, iar când oamenii te vor vedea, se vor înfiora de groază să nu ajungă ca tine. Dansează, pantofi roșii, dansează!

Fata a început să implore milă, dar înainte să termine, pantofii au luat-o din loc. A dansat prin spini, pârauri, garduri vii și nu s-a oprit până a ajuns acasă, care era în doliu. Bătrâna murise. Dar ea dansa, dansa și dansa, căci era nevoită.

Obosită și cu frică în inimă, a dansat în pădurea unde trăia călăul. Toporul acestuia, agățat pe perete, a început să vibreze când fata s-a apropiat.

— Te rog! — l-a implorat. — Te rog, taie-mi pantofii, eliberează-mă de acest destin cumplit.

Călăul i-a tăiat curelele cu toporul său ascuțit. Dar pantofii nu au căzut. Fata a început să plângă, spunând că viața ei nu mai are sens, și l-a rugat să-i taie picioarele. Și el a făcut-o. Pantofii roșii au continuat să danseze, prin pădure, peste dealuri, până au dispărut. Fata a rămas infirmă și și-a petrecut restul vieții slujind altora, dar niciodată nu a mai tânjit după pantofii roșii.

MANAGEMENT DE BAZĂ AL LOCULUI DE MUNCĂ

PREPARATIVE

Pregătirea liderilor de grup

1. Definirea obiectivelor

- Pregătirea programului – nu un scenariu rigid; flexibilitatea este importantă, mai multe opțiuni
- Definirea cadrului temporal, spațial și obiectiv, a regulilor și principiilor

2. Elaborarea unui pachet metodologic – orientat spre stimularea experiențelor proprii ale participanților

3. Materiale de cunoaștere – consolidare cognitivă bazată pe experiențe

PROCESUL DE GRUP

Un sistem dinamic aflat în permanentă schimbare;

Procese de dezvoltare repartizate fiecărei faze a grupului trebuie să țină cont de etapele individuale ale dezvoltării și de nevoile așteptate ale grupului.

Este important să se determine:

- gradul de implicare și profunzimea autocunoașterii;
- modul în care starea inițială și potențialul de dezvoltare al fiecărui membru al grupului pot corespunde la nivel de grup;
- ce alte competențe existente sau suplimentare solicită procesul de dezvoltare și ce alte competențe vor fi implicate în dezvoltarea noastră.
- Activitatea trebuie adaptată întotdeauna la grup!
- Fiecare întâlnire are o structură diferită, cu nevoi și dinamici diferite.

Activitatea trebuie adaptată întotdeauna la grup!

Exemplu: dacă se planifică un exercițiu în perechi sau în grupe de trei, ce facem dacă numărul participanților este impar sau nu se poate împărți la trei?

Întrebări importante:

- Se aliniază experiențele din sesiune cu stadiul de dezvoltare al grupului?
- Activitatea poate fi implementată în spațiul disponibil?
- Fiecare întâlnire are o structură diferită, cu nevoi și dinamici diferite.

SELECTAREA STAGIILOR STRUCTURATE

Plan de desfășurare a atelierului

1. Introducere / Încălzire

- Activități care ajută membrii să se re-conecteze între ei, cum ar fi cercul de check-in, exerciții scurte de mișcare și exerciții de armonizare. Procesarea acestora este scurtă sau chiar poate fi omisă.

2. Faza activă

- O serie de exerciții de autocunoaștere și dezvoltare a competențelor, care se aprofundează treptat, apoi se relaxează. Exercițiul cel mai profund se află aproape la mijlocul sesiunii.

3. Încheiere / Răcire

- Debriefinguri scurte, bazate pe mișcare, evaluarea sesiunii, exerciții în perechi pot juca un rol aici.

PRIMA ÎNTÂLNIRE

Stabilirea cadrelor, normelor și regulilor de grup – acestea oferă siguranță.

Reguli de bază:

- confidențialitate;
- vorbit la persoana I (autenticitate);
- respect și acceptare reciprocă;
- libertatea deciziei.

Este important ca și liderii de grup să respecte aceste reguli!

Reguli utile:

- utilizarea telefoanelor mobile,
- punctualitate,
- dreptul de a refuza,
- dreptul de a pune întrebări.

Clarificarea așteptărilor și temerilor – de exemplu, prin exerciții de sociometrie.

EXERCIȚII

Exerciții de încălzire și armonizare

Ajută grupul să pornească activitatea într-o dispoziție bună și eficientă.

- sarcini de cunoaștere prin extragerea numelor, memorarea numelor, crearea de „carte de vizită”.

Exerciții interactive

Esența lor este schimbul de mesaje verbale sau nonverbale între membri. Exemple: desen, asocieri, jocuri senzoriale.

Chestionare de autocunoaștere

Teste pe hârtie pe care participanții le completează pentru a se evalua pe ei înșiși sau pe ceilalți. Sunt teste structurate care sprijină dezvoltarea personală.

Exerciții tip „acvariu”

3-4 persoane joacă o situație în centrul cercului (ex. discută o temă sensibilă, încearcă să se convingă reciproc). Ceilalți observă în tăcere și devin activi la final, în discuția de încheiere.

Sarcini de grup

Jocuri bazate pe rezolvarea de probleme și experiențe comune, unde predomină cooperarea și rezolvarea comună.

Sarcini combinate

Îmbină munca individuală cu cea de grup, urmate de discuții plenare unde participanții trag concluzii și învață unii de la alții.

Jocuri de rol

Exerciții de situație – fundamentale pentru multe grupuri – care permit învățare prin experiență și trăire emoțională într-un cadru sigur.

Exerciții de închidere

Scopul lor este conștientizarea finalului procesului și intensificarea sentimentului de încheiere. Exemple: completarea propozițiilor începute sau răspunsuri circulare (ex. „Cum m-am simțit în timpul formării?”, „Ce am învățat despre mine?”).

CONDIȚII SPAȚIALE

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Spațiul trebuie să fie:

- izolat fonic și închis, astfel încât procesele din interior să nu fie auzite sau văzute;
- accesibil tuturor (inclusiv membrilor cu mobilitate redusă) și să nu fie legat de spațiul personal al participanților;
- luminos, aerisit, fără zgomot;
- suficient de mare pentru a permite așezarea în cerc și exerciții de mișcare.

NOTĂ FINALĂ

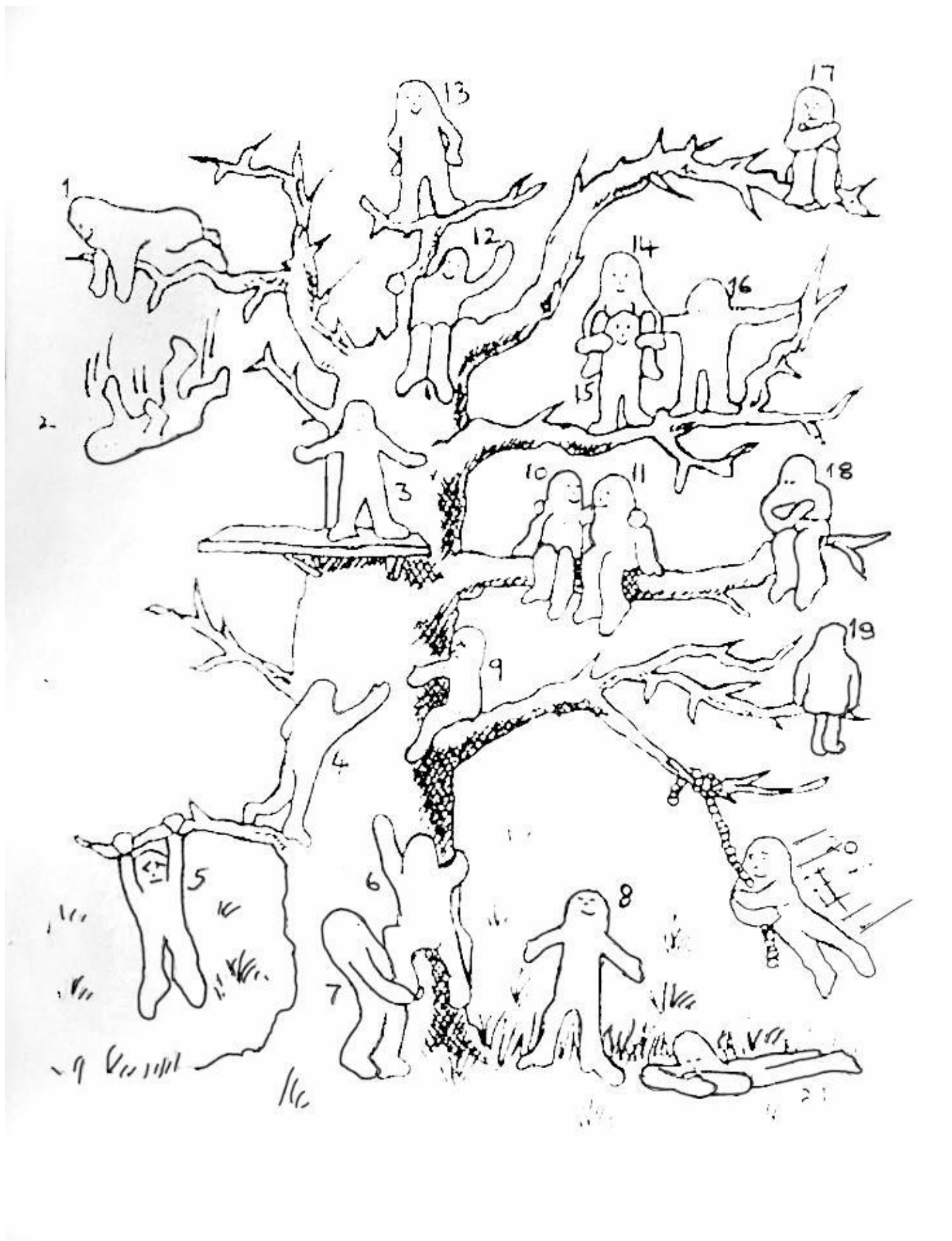
.....

Conținutul acestui material nu reflectă neapărat poziția oficială a Uniunii Europene.
(se aplică doar documentelor elaborate de beneficiarii de proiect, unde este relevant).

Mulțumim pentru atenție!

România - Ungaria

no BULLYING ROHU 00313



BIBLIOGRAPHY

Alin, L. (2021). Drepturile copilului în contextul digitalizării: provocări și responsabilități. *Revista Română de Dreptul Copilului*, 2(1), 15–29.

Bauer, A., & Varga, A. (2016). *Projekttervezés és pályázatmenedzsment kézikönyv civil szervezeteknek*. Civil Kollégium Alapítvány.

Bányai, E. (2008). A szupervízió története és funkciói a szociális munkában. *Tanulmány a szupervízió fejlődéséről*.

Băban, A. (2019). *Psihologia sănătății și intervenții comunitare*. Editura Polirom.

Bárdos, J. (2017). *Táborszervezés a gyakorlatban: Útmutató pedagógusoknak és civil szervezeteknek*. Oktatókutatató és Fejlesztő Intézet.

Besnyi, Sz., & Nagy, G. M. (2019). *A játék nem játék!* (3. újraserkesztett kiadás). Optimustréning – Katalizátor Kiadó

Bibu, N., & Brîndaș, M. (2012). Project management in Romanian NGOs. *Revista de Management Comparat International*, 13(1), 55–61.

Brysk, A., & Choi-Fitzpatrick, A. (2012). *From human trafficking to human rights*. University of Pennsylvania Press.

Chelcea, S. (2004). *Psihosociologia educației*. București: Editura Economică.

Cîrstea, M. (2016). *Activități outdoor și educație nonformală în taberele pentru tineri*. Editura Universității din București.

Cojocaru, D. (2005). *Abuzul asupra copilului: între dramă individuală și problemă socială*. Iași: Editura Polirom.

Dallos, R., & Draper, R. (2010). *An introduction to family therapy: Systemic theory and practice* (3rd ed.). McGraw-Hill Education.

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Darvas, Á., & Tausz, K. (2017). *Gyermekevédelem Magyarországon: Helyzetkép és kihívások*. ELTE Eötvös Kiadó.

Deli, K. (Szerk.). (2018). *Sokszínűség: Érzékenyítő gyakorlatok gyűjteménye* [Alapja: *Diversity Activities – Resource Guide*, University of Houston, Division of Student Affairs and Enrollment Services]. Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar, Neveléstudományi Intézet, Romológia és Nevelésszociológia Tanszék, Wlislócki Henrik Szakkollégium. ISBN: 978-963-429-302-6

Dobák, M., & Hortoványi, L. (2017). *Vezetés és szervezés: Menedzsment az elméletben és gyakorlatban*. Akadémiai Kiadó.

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA). (2023). *European drug report 2023: Trends and developments*. Publications Office of the European Union.

Facione, P. A. (1990). *Critical thinking: A statement of expert consensus for purposes of educational assessment and instruction (The Delphi report)*. American Philosophical Association

Farkas, J. (2018). *Kortársbántalmazás és megelőzése az iskolában*. Debreceni Egyetemi Kiadó.

Farkas, L. (2018). *Élménypedagógia a gyakorlatban: Módszertani kézikönyv tanároknak és tréningvezetőknek*. Kapocs Kiadó.

Farkas, L. (2018). *Szabadidős programok és ifjúsági táborok módszertana*. Kapocs Kiadó.

Ferenczi, G. (2016). Szociális kompetenciák fejlesztése csoportmódszerekkel. *Iskolakultúra*, 26(9), 36–47.

Freire, P. (2005). *Pedagogy of the Oppressed*. London: Continuum International Publishing Group.

Gardner, H. (2006). *Multiple Intelligences: New Horizons in Theory and Practice*. New York: Basic Books.

Görög, M. (2020). *Projektmenedzsment módszertan: Elmélet és gyakorlat* (5. kiadás). Akadémiai Kiadó.

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Gősi, Zs., & Krajcsovics, É. (2014). *Táborozási kézikönyv: Tanácsok és módszerek gyermek- és ifjúsági táborok szervezéséhez*. Nemzeti Család- és Szociálpolitikai Intézet.

Hawkins, P., & Shohet, R. (2012). *Supervision in the Helping Professions* (4th ed.). Maidenhead: Open University Press

Herczog, M. (2007). Gyermekvédelmi rendszer és gyermekjogok Magyarországon. *Esély*, 18(1), 3–20.

Holloway, E. L. (1995). *Clinical supervision: A systems approach*. Sage Publications.

Ife, J., & Tesoriero, F. (2014). *Community development: Community-based alternatives in an age of globalisation* (4th ed.). Pearson.

Ionescu, I. (2018). *Traficul de persoane în România: Fenomenologie și politici publice*. Editura Pro Universitaria.

Kapitány-Fövény, M. (2019). *Kortárssegítés és prevenció*. HVG Kiadó.

Kiss, N. (2013). Az emberkereskedelem társadalmi háttere és a megelőzés lehetőségei. *Belügyi Szemle*, 61(1), 127–143.

Klein, S., & Tóth, L. (2017). *Játék és élmény az iskolában: Csoportépítő és drámapedagógiai feladatok gyűjteménye*. Akadémiai Kiadó.

Lansdown, G. (2005). *The evolving capacities of the child*. UNICEF Innocenti Research Centre.

Lukács, P. (2019). *Élménypedagógiai táborok tervezése és lebonyolítása*. ELTE PPK Kiadó.

Márványkövi, F. (2019). A serdülőkori szerhasználat rizikótényezői. *Addiktológia*, 19(2), 29–42.

Mihály, I. (2019). Kritikai gondolkodás fejlesztése a digitális környezetben. *Educatio*, 28(1), 89–99.

Neacșu, I. (2010). *Strategii de învățare eficientă*. Iași: Editura Polirom

Németh, L., & Fodor, J. (2017). *Inspiráció az asszociációs kártyákkal való munkához: Közel 100 gyakorlat OH kártyákkal*. Magánkiadás, Budapest.

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell Publishing.
- Pascu, D., & Matei, A. (2020). Prevenirea consumului de droguri în rândul adolescenților din România. *Revista Română de Sociologie*, 31(3–4), 255–270.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2010). Cyberbullying and self-esteem. *Journal of School Health*, 80(12), 614–621. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2010.00540.x>
- Priest, S., & Gass, M. A. (2018). *Effective leadership in adventure programming* (3rd ed.). Human Kinetics.
- Ranschburg Jenő (2003). *A serdülőkori válság és a kortárskapcsolatok szerepe*. In: *Pszichológia a pedagógiában*, 17(1), 23–29.
- Rácz, J. (2017). A serdülőkori rizikómagatartások és megelőzésük. *Addiktológia*, 18(1), 25–41.
- Rădulescu, S. M. (2002). *Violence in Schools and the Role of Prevention*. București: Editura Universității din București
- Roșca, A. (2006). *Creativitate și inteligență*. București: Editura Didactică și Pedagogică
- Rudas, J. (2011). *Javne örökösei: Fejlesztő tréningcsoportok – elvek, módszerek, gyakorlatcsomagok*. Oriold és Társai Kft.
- Siegel, D. J., & Bryson, T. P. (2018). *The Yes Brain: How to Cultivate Courage, Curiosity, and Resilience in Your Child*. New York: Bantam Books.
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277–287. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.11.014>
- UNICEF Romania. (2018). *Human trafficking and exploitation of children in Romania*. <https://www.unicef.org/romania/>
- Van der Kolk, B. (2014). *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. New York: Penguin Books.
- Varga, S. (2021). Szupervízió a szociális segítésben. *Szociális Szemle*, 5(2), 11–26.

România - Ungaria

nO bULLYING ROHU 00313

Vukosavljević, N. (2005). *Az erőszakmentes konfliktuskezeléssel kapcsolatos tréningek kézikönyve a felnőttekkel való foglalkozásokhoz*. Centre for Nonviolent Action.

Vikár György (1980). *Az ifjúkor válságai*. Gondolat Budapest

Vitéz, F. (2015). *Csapatépítő játékok és élménypedagógiai gyakorlatok kézikönyve*. ELTE PPK Kiadó.

Wenger-Trayner, E., & Wenger-Trayner, B. (2020). *Learning to make a difference: Value creation in social learning spaces*. Cambridge University Press.

Zsiros, E. (2020). Iskolai zaklatás – pedagógiai kihívások és válaszok. *Új Pedagógiai Szemle*, 70(5–6), 41–58.