



4. VIOLENȚĂ

Probabil că **violența** a făcut întotdeauna parte din experiența umană. Impactul acesteia poate fi văzut, în diferite forme, în toate părțile lumii. În fiecare an, peste un milion de persoane își pierd viața și multe altele suferă răni neletale din cauza violenței autoprovoacate, interpersonale sau colective. În general, violența se numără printre principalele cauze de deces la nivel mondial pentru persoanele cu vârste cuprinse între 15 și 44 de ani (Krug, Dahlberg, Mercy, Zwi și Lozano, 2002).

Violența este o încălcare gravă a drepturilor omului, care limitează dreptul oamenilor la viață, libertate, securitate, demnitate, integritate fizică și psihică și nediscriminare. OMS (Krug et al., 2002) definește violența ca fiind: "utilizarea intenționată a forței fizice sau a puterii, amenințată sau reală, împotriva propriei persoane, a altei persoane sau împotriva unui grup sau a unei comunități, care are ca rezultat sau are o mare probabilitate de a avea ca rezultat rănirea, moartea, vătămarea psihologică, dezvoltarea defectuoasă sau privarea".

Violența se poate baza pe rasa, naționalitatea, religia, starea civilă, orientarea sexuală, situația financiară, vârsta și sexul unei persoane. În cazul în care violența vizează anumite caracteristici care nu se pot schimba, atunci este considerată infracțiune motivată de ură.

Violența este o problemă majoră de sănătate publică. Aceasta afectează viața a miliarde de oameni în fiecare an, prin deces, răniri și efecte dăunătoare asupra sistemelor neurologice, cardiovasculare, imunitare și a altor sisteme biologice. Sexul neprotejat, consumul nociv de alcool și de droguri și fumatul sunt mai frecvente în rândul victimelor, în rândul cărora contribuie la o stare de sănătate precară pe tot parcursul vieții și la mortalitate prematură. Persoanele maltratate în copilărie sunt mai predispuse să fie implicate în violență interpersonală la maturitate și să încerce să se sinucidă (OMS, 2022).

Tipologia violenței

Tipologia propusă aici împarte violența în trei mari categorii, în funcție de caracteristicile celor care comit actul violent (Butchart, Phinney, Check și Villaveces, 2004; Krug et al., 2002):

- **Violența autodirijată:** se referă la violența în care autorul și victima sunt același individ și se împarte în autoagresiune și sinucidere.
- **Violența interpersonală:** se referă la violența între indivizi și este împărțită în două subcategorii:
 - Violența în familie și a partenerului intim: include maltratarea copiilor, violența partenerului intim și abuzul asupra persoanelor în vârstă.
 - Violența în comunitate: este împărțită în violență între cunoscuți și străini și include violența în rândul tinerilor, atacurile comise de străini, violența legată de infracțiuni împotriva proprietății și violența la locul de muncă și în alte instituții.
- **Violența colectivă:** se referă la violența comisă de grupuri mai mari de indivizi și poate fi împărțită în violență socială, politică și economică.

Natura actelor de violență

Natura actelor de violență poate fi (Krug et al., 2002; Soo, Kalmus, & Ainsaar, 2015):

- **Fizică:** utilizarea intenționată a forței fizice împotriva unei alte persoane, care poate provoca durere fizică, răniri sau chiar moartea, precum și daune psihologice. Violența fizică este cea mai ușor de recunoscut formă de violență, deoarece victima are adesea leziuni fizice vizibile.



- **Sexuală:** împotriva unui adult este orice comportament cu conținut sexual prin care o altă persoană este controlată, manipulată sau umilită. Cauzele violenței sexuale în cadrul unei relații se află în noțiunile patriarhale de lungă durată, conform cărora a fi căsătorit sau a fi într-o relație înseamnă supunerea obligatorie la dorințele sexuale ale partenerului (a se vedea [subiectul 4.4](#) pentru mai multe informații).
- **Psihologică:** un atac continuu, verbal sau non-verbal, care dăunează unei alte persoane din punct de vedere emoțional și îi diminuează sentimentul de autoapreciere. Este rănirea intenționată a unei alte persoane, tratând-o ca fiind lipsită de valoare, inadecvată, neiubită și necesară.

În ciuda faptului că violența a fost întotdeauna prezentă, lumea nu trebuie să o accepte ca pe o parte inevitabilă a condiției umane. Atâta timp cât a existat violența, au existat și sisteme – religioase, filozofice, juridice și comunitare – care s-au dezvoltat pentru a o preveni sau limita. Nici unul nu a avut un succes deplin, dar toate și-au adus contribuția la acest semn definitoriu al civilizației (Krug et al., 2002)

De ce se comportă indivizii în mod violent?

Potrivit OMS (Butchart et al., 2004; Krug et al., 2002), niciun factor unic nu explică motivele pentru care unii indivizi se comportă violent față de alții sau de ce violența este mai răspândită în anumite comunități decât în altele. Violența este rezultatul interacțiunii complexe a unor factori individuali, interpersonal, sociali, culturali și de mediu. Înțelegerea modului în care acești factori sunt legați de violență este unul dintre pașii importanți în abordarea sănătății publice pentru prevenirea violenței.

Pentru a înțelege de ce anumite subpopulații sunt mai expuse riscului de violență, este important să analizăm toate nivelurile **ecologiei sociale** (a se vedea Figura 1 în abordarea OMS (OMS, 2022)). Modelul ecologic social încurajează reflecția asupra factorilor de risc și de protecție la **nivel individual, relațional, comunitar și societal**, fiecare dintre aceștia influențându-i și fiind influențat de ceilalți.

- **Nivelul individual:** istoricul personal și factorii biologici influențează modul în care se comportă indivizii și probabilitatea ca aceștia să devină victime sau autori de acte de violență. Printre acești factori se numără faptul de a fi fost victimă a maltratării copiilor, tulburările psihologice sau de personalitate, abuzul de alcool și/sau de substanțe, precum și un istoric de comportament agresiv sau de abuzuri.
- **Relațiile personale,** cum ar fi cele cu familia, prietenii, partenerii intimi și colegii, pot influența, de asemenea, riscurile de a deveni victimă sau autor al violenței. De exemplu, o relație proastă cu un părinte și faptul că are prieteni violenți pot influența faptul că un tânăr se angajează în acte violente sau devine victimă a violenței.
- **Contextele comunitare** în care au loc relațiile sociale (cum ar fi școlile, cartierele și locurile de muncă) influențează, de asemenea, probabilitatea apariției violenței. Factorii de risc în acest caz pot include nivelul șomajului, densitatea și mobilitatea populației și existența unui trafic local de droguri sau de arme.
- **Factorii sociali** influențează încurajarea sau inhibarea violenței. Printre aceștia se numără politicile economice și sociale care mențin inegalitățile socio-economice între oameni, disponibilitatea armelor și normele sociale și culturale, cum ar fi cele referitoare la dominația bărbaților asupra femeilor, dominația părinților asupra copiilor și normele culturale care susțin violența ca metodă acceptabilă de rezolvare a conflictelor (Butchart et al., 2004).

Unul dintre obiectivele ghidului este de a oferi educatorilor și familiilor resurse eficiente pentru a crește gradul de conștientizare a valorilor aplicate la sex și afecțiuni, cum ar fi egalitatea de gen. În acest ghid ne-am axat pe violența interpersonală și, mai exact, pe violența care se bazează pe discriminarea în funcție de sex sau de gen și, așa cum se



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

spune în așa-numita Convenție de la Istanbul, pe "relațiile de putere inegală din punct de vedere istoric între femeile și bărbații, care au condus la dominația și discriminarea femeilor de către bărbați" (Consiliul Europei, 2011) și, de asemenea, bullying-ul ca act de discriminare, din cauza diversității.

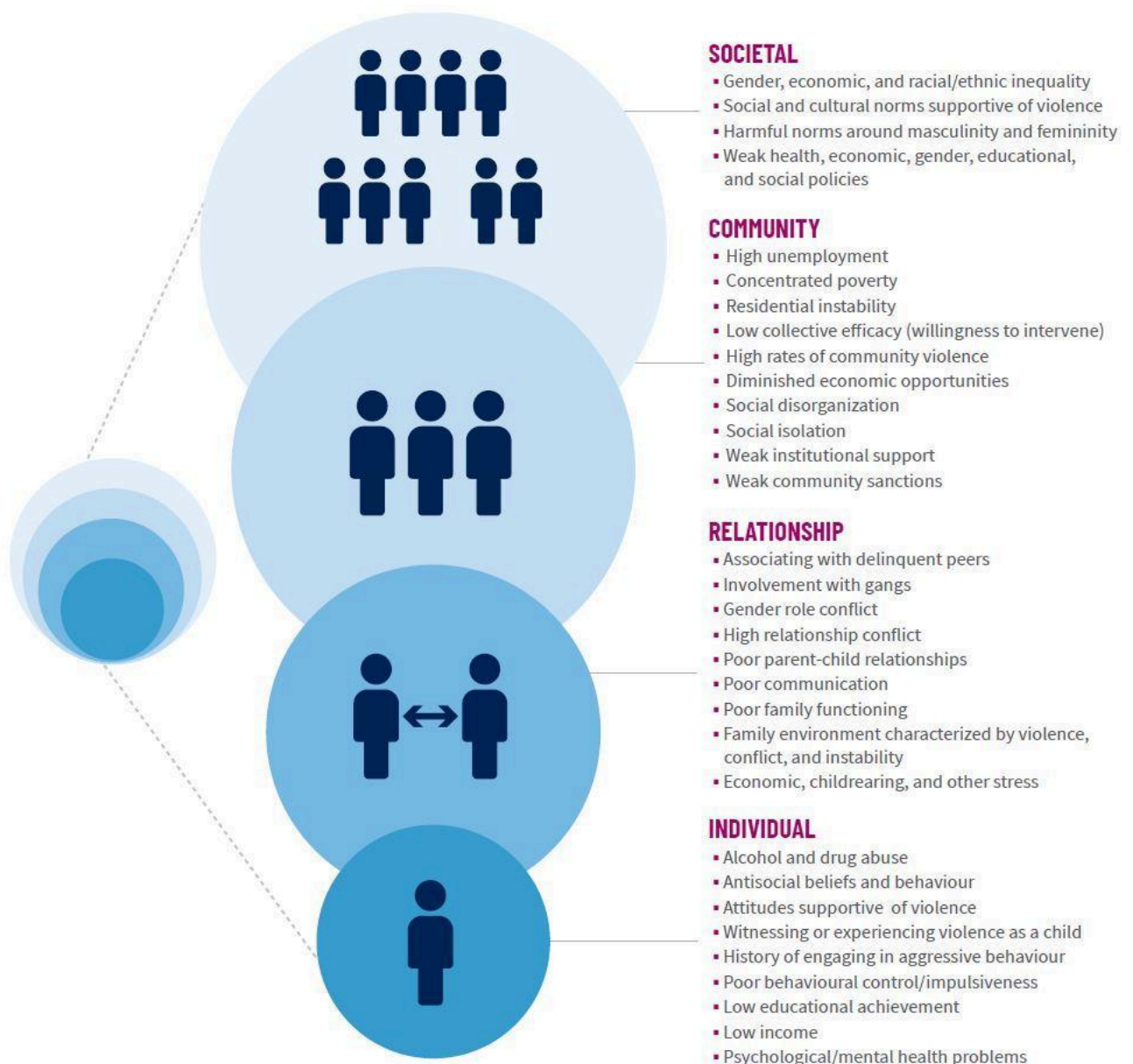


Figura 4. Modelul social-ecologic pentru înțelegerea și prevenirea violenței (OMS, 2022)

Violența împotriva copiilor

În Convenția privind drepturile copilului (Organizația Națiunilor Unite, 1989) se spune că avem cu toții responsabilitatea de a proteja copiii împotriva violenței - "Părțile vor lua toate măsurile legislative, administrative, sociale și educaționale adecvate pentru a proteja copilul împotriva tuturor formelor de violență fizică sau psihică, a vătăărilor sau abuzurilor, a neglijenței sau a tratamentului neglijent, a maltratării sau a exploatării, inclusiv a abuzului sexual, în timp ce se află în grija părinților, a tutorelui (tutorilor) legal(i) sau a oricărei alte persoane care are (au) grijă de copil".

OMS afirmă un fact-cheie pentru violența împotriva copiilor (OMS, s.n.d.-a):

- Violența împotriva copiilor include toate formele de violență împotriva persoanelor cu vârsta sub 18 ani, fie că este săvârșită de părinți sau de alte persoane care se ocupă de copii, de colegi, de parteneri romantici sau de străini.



- La nivel mondial, se estimează că până la 1 miliard de copii cu vârste cuprinse între 2 și 17 ani au fost victime ale violenței fizice, sexuale sau emoționale sau ale neglijenței în ultimul an.
- Experiența violenței în copilărie are un impact asupra sănătății și bunăstării pe tot parcursul vieții.
- Obiectivul 16.2 din Agenda 2030 pentru dezvoltare durabilă este de a "pune capăt abuzului, exploatării, traficului și tuturor formelor de violență și tortură împotriva copiilor".
- Dovezile din întreaga lume arată că violența împotriva copiilor poate fi prevenită.

Tipurile de violență împotriva copiilor sunt asemănătoare tipurilor de violență împotriva sau între adulți, dar copiii, din cauza imaturității lor fizice și mentale, sunt mai expuși riscului de abuz (Krug et al., 2002; OMS, s.n.d.-a):

- **Maltratarea** (inclusiv pedeapsa violentă): implică violența fizică, sexuală și psihologică/emoțională; și neglijarea sugarilor, copiilor și adolescenților de către părinți, îngrijitori și alte figuri de autoritate, cel mai adesea în familie, dar și în medii precum școlile și orfelinatele.
- **Bullying** (inclusiv cyber-bullying): este un comportament agresiv nedorit de către un alt copil sau un grup de copii care nu sunt nici frați și nici nu au o relație romantică cu victima. Aceasta implică vătămări fizice, psihologice sau sociale repetate și are loc adesea în școli și în alte medii în care se adună copiii, precum și online.
- **Violența în rândul tinerilor**: este concentrată în rândul copiilor și al adulților tineri cu vârste cuprinse între 10 și 29 de ani. Aceasta are loc cel mai adesea în cadrul comunității, între cunoscuți și străini, include hărțuirea și agresiunea fizică cu sau fără arme (cum ar fi pistoale și cuțite) și poate implica violența între bande.
- **Violența partenerului intim** (sau violența domestică): implică violență fizică, sexuală și emoțională din partea unui partener intim sau fostul partener. Deși bărbații pot fi și ei victime, violența partenerului intim afectează în mod disproporționat femeile. Aceasta se manifestă de obicei împotriva fetelor în cadrul căsătoriilor de copii și al căsătoriilor timpurii/forțate. În rândul adolescenților implicați în relații romantice, dar necăsătoriți, se numește uneori "violență în timpul întâlnirii".
- **Violența sexuală**: include contactul sexual ne-consensual, finalizat sau încercat, și acte de natură sexuală care nu implică contact (cum ar fi voyeurismul sau hărțuirea sexuală, cybergrooming, hărțuirea, doxing, pornografia din răzbunare); acte de trafic sexual comise împotriva unei persoane care nu este în măsură să consimtă sau să refuze; și exploatarea online.
- **Violența emoțională sau psihologică**: include restricționarea mișcărilor unui copil, denigrarea, ridiculizarea, amenințările și intimidarea, discriminarea, respingerea și alte forme non-fizice de tratament ostil.

Atunci când sunt îndreptate împotriva fetelor sau a băieților din cauza sexului lor biologic sau a identității de gen, oricare dintre aceste tipuri de violență poate constitui, de asemenea, un act de violență bazată pe gen.



4.1. BULLYING

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Bullying-ul este un fenomen de grup. Bullying-ul are loc în cadrul și în jurul unui grup în care mai mulți participanți au roluri de vizibilitate variabilă (victimă, agresor, observatori, apărător).
- ✓ Bullying-ul este sistematic. Activitățile se repetă sau fac parte dintr-un tipar, având loc pe o perioadă mai lungă de timp.
- ✓ Hărțuirea este intenționată. Activitățile sunt organizate în mod conștient, astfel încât victima să se simtă prost. Nu sunt cazuri izolate care apar spontan.
- ✓ Hărțuirea implică poziții inegale de putere. O condiție prealabilă pentru bullying este o situație în care relațiile de putere nu sunt echilibrate.
- ✓ Hărțuirea poate fi vizibilă sau ascunsă. Pe de o parte, hărțuirea poate include tachinări sau violență fizică. Pe de altă parte, poate avea loc într-un mod mai ascuns, de exemplu, prin ignorarea sau excluderea unei persoane și prin răspândirea de zvonuri despre aceasta. Acest lucru face ca hărțuirea să fie mai greu de descoperit.
- ✓ Hărțuirea are loc într-o situație socială din care copilul sau tânărul este incapabil să plece. O situație socială este, de exemplu, grădinița sau școala unde copilul este obligat să fie prezent sau o activitate de agrement pe care copilul o consideră obligatorie.

2. INTRODUCERE

O persoană are nevoie de prieteni buni și de tovarăși alături de ea și dorește să aparțină unei rețele sociale pentru a-și dezvolta identitatea, a crește, a se simți în siguranță și a da sens vieții personale. Este esențial pentru fiecare persoană să aibă lângă ea o persoană cu care să își împărtășească bucuriile, care să o consoleze în momentele dificile și care să o facă să se simtă valorizată. În comunități, oamenii învață cum să se înțeleagă unii cu alții și tocmai între semeni oamenii dobândesc abilitățile sociale necesare pentru o viață de succes. Nimic nu este mai rău decât excluderea socială și singurătatea nedorită acasă, la școală, într-un grup de hobby sau în societate în general (Knoop et al., 2017).

Atunci când o persoană începe să se îndoiască de locul său sau chiar de apartenența sa la un anumit loc, aceasta poate provoca sentimente de disconfort, deoarece propria existență este percepută ca fiind amenințată. Sentimentul de apartenență al copiilor poate fi pus sub presiune dacă contribuția pozitivă a unei comunități este nedefinită sau dacă grupurile din care fac parte sunt mai degrabă intolerante. Dezechilibrul poate fi resimțit atunci când schimbări perturbatoare încep să se desfășoare în viața anterior stabilă, de exemplu atunci când un profesor bun se îmbolnăvește sau pleacă de la serviciu. Noii copii care se alătură clasei pot, de asemenea, să perturbe echilibrul.

O posibilitate de atenuare a sentimentelor neplăcute ar putea fi găsirea unui nou mod de a crea siguranță, cum ar fi crearea unui nou cerc social, în care **intimidarea** cuiva apare ca obiectiv principal. Cu alte cuvinte, bullying-ul poate fi interpretat ca un simptom al fricii de singurătate și ca o modalitate de a crea un nou cerc social atunci când nu există activități pozitive pe care să le împărtășească ca interes comun (Rabøl Hansen, 2016).



3. DEZVOLTAREA SUBTEMEI

3.1. Definiția hărțuirii

Pentru a preveni și a interveni cu succes în cazurile de hărțuire, trebuie să existe o definiție clară a hărțuirii. Acest lucru este dificil, însă, deoarece o definiție exactă care ar putea descrie hărțuirea nu a fost convenită nici până în prezent. Pornind de la primele cercetări privind bullying-ul, cercetătorul norvegian Dan Olweus a efectuat studii legate de bullying timp de mulți ani. Definiția sa a bullying-ului este fundamentală pentru acest subiect până în prezent. În 1978, Olweus a definit hărțuirea ca fiind utilizarea recurentă a violenței mentale și fizice împotriva unei persoane, atât singură, cât și în grup. Ulterior, el a extins definiția adăugând că victima este de obicei o persoană care este mai slabă din punct de vedere fizic sau mental iar comportamentul manifestat față de victimă îi provoacă acesteia un stres pe termen lung (Olweus, 2013). Alți cercetători confirmă, de asemenea, că bullying-ul este o activitate recurentă și sistemică și că comportamentul de bullying poate fi recunoscut doar atunci când caracteristicile apar frecvent (Pellegrini, 2002; Smith, Madsen, & Moody, 1999).

Imaginea publică a bullying-ului s-a schimbat în ultimii ani. Cercetătorii nu o mai investighează ca pe o problemă izolată, ci ca pe un fenomen social, cultural și relațional. Cu ani în urmă, atât profesorii, cât și părinții erau obișnuiți să trateze bullying-ul ca pe o problemă legată de caracteristicile unui individ, explicând situația prin afirmații precum "Și ei put foarte mult", "Sunt foarte sensibili" și "Dacă l-ai vedea pe tatăl lor, ai înțelege de ce". În prezent, astfel de explicații ar trebui să fie un motiv de alarmă. Bullying-ul nu poate fi justificat.

Datorită unui număr mare de cercetări, putem afirma în prezent că bullying-ul este un fenomen de grup și o instanță a dinamicii sociale care este puternic legată de context. Acest lucru este în contrast cu înțelegerea noastră anterioară a bullying-ului, care se concentra pe caracteristicile unui individ și nu pe context, un punct de vedere reprezentat de cercetătorul norvegian Dan Olweus, de exemplu. Prin urmare, trebuie să se acorde atenție tuturor părților și modului în care acestea își petrec timpul împreună. Pentru a stăpâni mai bine bullying-ul, trebuie atrasă atenția asupra culturii comportamentale și asupra modului în care copiii comunică între ei, nu asupra copiilor individuali (Kofoed & Søndergaard, 2009). Această abordare este, de asemenea, susținută de cercetările efectuate în Australia, ale căror rezultate demonstrează că trebuie să se pună accentul pe dinamica de grup și pe valori pentru a limita eficient bullying-ul. Spectatorii și observatorii trebuie să fie încurajați să participe activ la stoparea bullying-ului (McGrath & Noble, 2006).

În concluzie, în prezent definim **bullying-ul** în felul următor: **bullying-ul este rănirea sau ignorarea sistematică și intenționată a unei persoane într-o situație de grup la care persoana este obligată să ia parte și în care, dintr-un anumit motiv, îi este dificil să se apere singură**. Să examinăm pentru un moment caracteristicile bullying-ului și să le descriem mai detaliat.

Bullying-ul este un **fenomen de grup**. Bullying-ul are loc în cadrul și în jurul unui grup în care mai mulți participanți au roluri de vizibilitate variabilă (victimă, agresor, observatori, apărător).

Bullying-ul este **sistematic**. Activitățile se repetă sau fac parte dintr-un tipar, având loc pe o perioadă mai lungă de timp.

Hărțuirea este **intenționată**. Activitățile sunt organizate în mod conștient, astfel încât victima să se simtă prost. Nu sunt cazuri izolate care apar spontan.

Hărțuirea implică **poziții inegale de putere**. O condiție prealabilă pentru bullying este o situație în care relațiile de putere nu sunt echilibrate.



Hărțuirea poate fi **vizibilă sau ascunsă**. Pe de o parte, hărțuirea poate include tachinări sau violență fizică. Pe de altă parte, poate avea loc într-un mod mai ascuns, de exemplu, prin ignorarea sau excluderea unei persoane și prin răspândirea de zvonuri despre aceasta. Acest lucru face ca hărțuirea să fie mai greu de descoperit.

Hărțuirea are loc într-o situație socială din care **copilul sau tânărul este incapabil să plece**. O situație socială este, de exemplu, grădinița sau școala unde copilul este obligat să fie prezent sau o activitate de agrement pe care copilul o consideră obligatorie.

3.2. Tipuri de hărțuire

Bullying-ul este de mai multe tipuri diferite. Pe măsură ce oamenii îmbătrânesc, tipurile de hărțuire se pot schimba în mod semnificativ, dar natura și consecințele acțiunii rămân aceleași – provocarea intenționată de daune unei alte persoane este o caracteristică care nu depinde de tipul de hărțuire. Bullying-ul este clasificat în felul următor:

- **Verbal:** tachinări, batjocuri, amenințări, intimidări etc.
- **Fizic:** lovirea, împingerea, blocarea drumului, împiedicarea unei activități, ascunderea lucrurilor etc.
- **Social:** excluderea dintr-un grup sau din evenimente de grup, expulzarea dintr-un grup, respingerea, grimasele, ignorarea, răspândirea de zvonuri, limbajul corporal ostil etc.
- **Cyberbullying:** postări neplăcute online, încărcarea de fotografii fără permisiune, conturi false sau furtul de conturi, amenințări și tachinări prin SMS și în rețelele de socializare.

3.3. Roluri într-o situație de hărțuire

Echipa de cercetare daneză Exploring Bullying in Schools (eXbus) (Școala daneză de educație (DPU), Universitatea Aarhus, n.red.) abordează bullying-ul ca pe un fenomen de grup în care toți copiii dintr-un grup au propriile roluri, nu doar victima și agresorul. Participă și alți membri ai grupului, dintre care o mare parte rămân observatori pasivi. Copiii pot juca mai multe roluri într-o situație de bullying, în funcție de situație și de persoanele cu care se află la un moment dat.

Următoarea listă arată diferitele roluri (Școala daneză de educație (DPU), Universitatea Aarhus, s.n.):

- **Victimă:** un copil care este hărțuit.
- **Bătăuș/Hărțuitor:** un copil care își alege o victimă și începe să o hărțuiască.
- **Bully-victimă:** un copil care este agresat, dar care îi agrează și pe alții.
- **Colaborator:** un copil care cooperează cu un agresor și îl sprijină prin activități de încurajare, de exemplu râzând sau bătându-l pe umăr.
- **Observator pasiv:** un copil care este martor la acte de hărțuire, dar care rămâne distant și nu intervine în ceea ce se întâmplă.
- **Apărător:** un copil care reușește să își învingă frica și intervine activ pentru a opri bullying-ul.

Într-o situație de hărțuire, copiii pot juca mai multe roluri care se schimbă în funcție de moment și de situație. Un copil poate fi în diferite poziții în funcție de situația specifică. Prin urmare, este greșit să îi considerăm întotdeauna fie exclusiv agresori, fie exclusiv observatori. Acest lucru este confirmat în mod clar de faptul că o treime dintre bătăuși/hărțuitori pot sfârși prin a fi victime ale hărțuirii. Astfel de copii se numesc victime ale agresorilor. Cercetătorii consideră că și copiii își asumă diverse roluri din



dorința lor de a scăpa de rolul înjositor de victimă și de a-și descărca durerea asupra altora prin bullying (Rabøl Hansen, 2016). Partea pozitivă a schimbării rolului este că observatorii pasivi vor deveni apărători care intervin în cazurile de bullying atunci când simt compasiune pentru cel agresat.

Prin urmare, adulții nu pot atribui roluri fixe copiilor și nici nu pot presupune că aceștia vor reacționa întotdeauna într-un anumit mod. Acest lucru poate consolida tiparele comportamentale negative într-un grup de copii și poate elimina oportunitatea ca un copil să arate o altă latură a sa. Obligația unui profesor și a unui părinte este de a sprijini întotdeauna un copil, dar de a nu sprijini niciodată hărțuirea. Dacă nimeni nu intervine sau nu pune capăt procesului de hărțuire, acest lucru dă impresia că este o activitate permisă. Observatorii pasivi pot deveni ei înșiși agresori în viitor.

3.4. Observatorii pasivi trebuie să intervină

Cei mai mulți copii rămân observatori în comunitățile în care are loc hărțuirea. Ei înțeleg ce se întâmplă, dar nu acționează în niciun fel împotriva acestui fenomen. Deoarece astfel de copii știu mai bine decât adulții ce se întâmplă într-un grup de copii, ei reprezintă un atu important în combaterea bullying-ului. Dacă observatorii – care pot include și profesori și părinți – nu intervin în cazurile de hărțuire, atunci victimele pot percepe acest lucru ca pe o aprobare a ceea ce are loc. Persoanele agresate cred că întregul grup este format din agresori, deoarece nimeni nu le ia apărarea. Cu alte cuvinte: chiar dacă observatorii nu participă la agresiune și se consideră simpli spectatori, atitudinea lor pasivă indică faptul că acceptă agresiunea. Este important să punem capăt pasivității observatorilor și să îi încurajăm să îi ajute pe colegii care sunt adesea victime ale bullying-ului. Sprijinul din partea companionilor este adesea cel mai bun ajutor pe care îl poate primi un copil. Mai mult, copiii hărțuiți susțin ei înșiși că așteaptă exact acest tip de ajutor.

Uneori, copiii recunosc că nu doresc să raporteze cazurile de hărțuire atunci când sunt sfătuiți să se adreseze unui adult și să îi povestească situațiile neplăcute. Prin urmare, este esențial să îi laudăm pe cei care îi apără pe ceilalți și să le explicăm copiilor că a face o plângere despre cineva este cu totul altceva decât a fi un intervenient activ al căruia comportament pozitiv face posibil ca toată lumea să își găsească locul în colectiv. A raporta acte de hărțuire nu înseamnă a te plânge, ci a te apăra pentru propriile drepturi.

3.5. Efectele hărțuirii

Hărțuirea, ca subset al violenței, afectează întregul grup, deoarece afectează dezvoltarea și bunăstarea tuturor părților implicate. Prin urmare, trebuie să ne ocupăm împreună de întregul grup sau de întreaga clasă atunci când prevenim hărțuirea sau intervenim în ea. Consecințele bullying-ului asupra părților implicate pot fi următoarele:

- **Victima:** furie, sentiment de singurătate, dureri de cap și de stomac, rușine și vinovăție, amintiri neplăcute pentru toată viața, stimă de sine scăzută, sentiment de nedreptate, stres, scăderea performanțelor școlare, depresie, auto-vătămare.
- **Bully/Hărțuitor:** comportament de risc, agresivitate, criminalitate.
- **Restul grupului:** rușine și vinovăție, declin moral, pasivitate, frică, scăderea bunăstării, sentiment de nedreptate, stres, scăderea performanțelor academice.

3.6. Nu totul este hărțuire

În calitate de specialist și părinte, este important să înțelegem că nu orice activitate negativă reprezintă hărțuire. O ierarhie apare ori de câte ori oamenii se adună. Cineva trebuie să preia conducerea și să pună lucrurile în mișcare. Unii preferă să fie un lider, alții preferă să evite să ia atitudine și consideră că este suficient să știe pur și simplu ce se întâmplă. În calitate de adulți, trebuie să observăm dacă un joc sau o activitate este sau nu deschisă tuturor copiilor. Trebuie să îi învățăm comportamente pozitive de leadership,



astfel încât să poată apărea ierarhii în care să existe loc pentru toată lumea. De asemenea, să nu uităm că glumele amicale și conflictele minore nu sunt încă bullying.

Tachinarea prietenoasă este folosită și pentru a socializa și pentru a se ajuta reciproc să se dezvolte într-o într-un mod distractiv. Este important să îi învățăm pe copii care este limita în ceea ce privește distracția – de exemplu, faptul că un lucru este amuzant sau nu depinde de persoana căreia îi este adresat. Trebuie să se facă o distincție clară între gluma amicală de dragul umorului și tachinările intenționate sau intimidarea. Dacă umorul este sincer și toate părțile sunt de fapt amuzate, atunci copiii sunt fericiți. Cu toate acestea, dacă vorbele pline de umor sfârșesc prin a-i răni pe unii dintre copii, atunci trebuie să ne cerem imediat scuze și să evităm un comportament similar pe viitor. Cazurile în care un copil este tachinat în mod constant și intenționat și nu se poate apăra din anumite motive se califică drept hărțuire.

Conflictele sunt o parte firească a dezvoltării umane și a activității comunitare și vor apărea în toate grupurile. Conflictele normale se caracterizează prin situații intense între persoane sau grupuri în care punctele forte și punctele slabe sunt echilibrate în mod egal. Pentru comparație: în cazurile de hărțuire, relațiile de putere nu sunt echilibrate, iar un anumit copil este vizat. Esența conflictului este conflictul de interese. Diferite persoane doresc lucruri diferite, iar situația poate deveni intensă deoarece intră în joc emoțiile. Un conflict poate fi reprezentat de incidente izolate care au provocat sentimente neplăcute, fie prin agresiune verbală sau chiar fizică. Un conflict se va transforma rapid în hărțuire dacă adulții nu rezolvă situația. Copiii vor forma apoi alianțe care vor începe să excludă sau să intimideze victima într-un mod sistemic.

3.7. Toleranța este de o importanță crucială

Există o concepție greșită frecventă conform căreia hărțuirea este cauzată fie de aspectul fizic, fie de diferențierea față de alte persoane sau de faptul că ar exista un motiv vizibil pentru hărțuire. Acest lucru nu este corect. Copiii înșiși menționează lucruri precum plictiseala, puterea, răzbunarea, gelozia, popularitatea și teama de a fi exclus dintr-un grup ca fiind cauze ale hărțuirii.

Pragul scăzut de toleranță al unui grup și "regulile" stricte privind ceea ce se consideră "corect" și "greșit" cauzează bullying. Pe de altă parte, un grup de copii în care nu există hărțuire are un prag de toleranță ridicat. Identitatea, înfățișarea, proeminența, rolul și capacitățile fiecăruia sunt acceptate și se consideră de la sine înțeles că fiecare își are locul său în grup. Pragul de toleranță și nivelul de acceptare al unui grup determină dacă are loc sau nu hărțuirea.

Pragul de toleranță al fiecărui grup este influențat, de exemplu, de părinți, de profesori/specialiști, de istoria grupului, de istoria personală a copiilor, de consumul de media, de social media și de conducere. Factorul cel mai puternic poate fi diferit în fiecare grup și, prin urmare, metodele de rezolvare a bullying-ului sunt diferite pentru fiecare caz în parte. Tot ceea ce o persoană oferă grupului are valoare și afectează cultura și atmosfera grupului. Tocmai de aceea este important să se lucreze la formarea valorilor în grupurile de copii, în special la creșterea toleranței.

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE SUBIECTUL RESPECTIV

- Doar un singur coleg de clasă nu este invitat la petrecerea de ziua cuiva, iar dacă este invitat, nimeni nu vorbește cu el la petrecere.
- Unii colegi de clasă au tendința de a-l împinge des pe copil. Mama a vorbit cu profesorii despre ceea ce se întâmplă, dar aceștia nu fac nimic.
- Anumiți colegi de clasă ai copilului nu-l acceptă în compania lor, nici măcar cel mai bun prieten al lui.



- Patru copii au ieșit la o plimbare și deodată trei dintre ei au fugit și unul a rămas în urmă.
- Vine un copil nou în clasă și nimeni nu vorbește cu el/ea.
- În spatele lor stau alți doi copii care vorbesc despre ei și râd de ei, sau doar șușotesc și dacă îi întrebi despre ce vorbesc aceștia spun "Nimic!"
- "Noi doar glumeam!"
- "Pot să vin să mă alătur vouă?" -> ""Nu, nu poți veni/un te poți juca cu noi!"
- Folosirea unor cuvinte neplăcute sau a unor porecle pentru a descrie aspectul unei alte persoane (aspect fizic, haine...).
- Un adult a pus o întrebare, iar unul dintre copii a ridicat mâna și vrea să răspundă - în același timp, ceilalți încep să râdă.
- Un copil a fotografiat un alt copil și a distribuit imaginea fără consimțământ
- Unul dintre copii a fost hărțuit, iar ceilalți copii doar privesc

5. CELE MAI BUNE PRACTICI (pentru profesori și pentru familii)

Videoclipuri pentru a înțelege dinamica bullying-ului:

- [De ce se întâmplă hărțuirea?](#)
- [Ce este hărțuirea?](#)

5.1. Cea mai eficientă metodă de prevenire a hărțuirii în școli este:

- Crearea unei relații permanente și incluzive între copii și adulți.
- Crearea unei culturi pozitive de comportament în colectivul de copii, în care aceștia se tratează unii pe alții cu respect și toleranță.
- Promovarea grijii reciproce la copii și a curajului de a interveni și de a proteja un însoțitor care, din anumite motive, nu o poate face singur.
- Asigurarea unei culturi bazate pe valori în sala de clasă, astfel încât valorile de bază (toleranță, respect, grijă și curaj) să devină o parte permanentă și naturală a vieții de zi cu zi a copiilor pe tot parcursul școlii.
- Dezvoltarea conștientizării cadrelor didactice și a părinților cu privire la influența adulților asupra relațiilor dintre copii și consolidarea cooperării dintre cadrele didactice, părinți și copii.

5.1. ȘAPTE SUGESTII PENTRU PĂRINȚI din programul "Eliberat de hărțuire!" (The Mary Foundation, Salvați Copiii Danemarca, 2021)

1. **Încurajați-vă copilul să interacționeze cu alți colegi la școală și în timpul liber.** Atunci când copiii se cunosc bine între ei, se consolidează spiritul de grup și se previne hărțuirea. Dacă îi invitați și pe cei cu care copilul dvs. nu interacționează în mod normal, veți contribui la crearea unui sentiment de incluziune pentru toată lumea, iar copilul dvs. va învăța să se înțeleagă cu persoane diferite.
2. **Fiți politicoși cu ceilalți copii, cu părinții și profesorii lor și nu vorbiți urât despre ei.** Fiți un model pentru copii. Copiii reflectă comportamentul părinților lor. Așadar, dacă aveți o atitudine pozitivă față de școală, profesori, prieteni și părinți, și copilul dumneavoastră va avea la fel. Spuneți "Bună ziua" și "La revedere" tuturor copiilor și adulților atunci când vă lăsați și vă luați copilul de la școală și rețineți numele colegilor de clasă ai copilului dumneavoastră.



3. **Creați o bună practică de celebrare a evenimentelor importante.** Petrecerile copiilor sunt foarte importante pentru toată lumea. Este dureros când nu ești invitat la zilele de naștere ale prietenilor sau când cineva nu a venit deși a fost invitat. Dacă vreți să organizați petrecerea de ziua de naștere a copilului dumneavoastră sau să sărbătoriți un alt eveniment important, găsiți o modalitate de a invita fie întreaga clasă, fie, de exemplu, numai băieți sau numai fete. Găsiți o modalitate de a sărbători evenimentul, de a împărți invitațiile și de a face schimb de impresii, astfel încât cei rămași pe dinafară să nu se simtă excluși. Dacă copilul dvs. este invitat la o adunare comună, asigurați-vă că îi permiteți să participe.
4. **Încurajați-vă copilul să îi sprijine și să îi protejeze pe acei colegi care nu se pot proteja singuri.** Copiii care, din anumite motive, sunt excluși din grupul de copii au nevoie de mâna de ajutor a unui însoțitor și de o invitație clară. Lăudați-vă copilul atunci când merge să ajute pe cineva care este lăsat pe dinafară și sprijină pe cineva care are nevoie. Copiii care îndrăznesc să se apere și să le spună celorlalți când văd o nedreptate: "Opriți-vă!" sau "Stop!", cresc în interior. Încurajați și recunoașteți întotdeauna copiii atunci când sunt grijulii, toleranți, curajoși și respectuoși față de ceilalți. Așa se stabilesc tiparele comportamentale.
5. **Participați la viața digitală a copilului dumneavoastră.** Copiii au nevoie de explicații privind modul în care funcționează mediile digitale și ce riscuri sunt asociate cu posibilitățile oferite de acestea. Un părinte care dorește să participe activ la viața copilului său trebuie să fie interesat și să aibă abilitățile necesare pentru a-l ghida pe copil în lumea virtuală. Acolo se aplică toate învățăturile despre cum să fii un bun însoțitor: să fii respectuos, tolerant, grijuliu și, dacă este necesar, curajos pentru a-l proteja pe însoțitor atunci când acesta nu se poate proteja singur.
6. **Vorbiți și sprijiniți-vă copilul atunci când se simte trist.** Conflictele sunt inevitabile în relațiile interpersonale. Prin urmare, este necesar să îl învățăm pe copil capacitatea de a le rezolva, de a fi conștient de ele și de a-și gestiona emoțiile. Respectați emoțiile copilului, ascultați-l și lăsați-l să vorbească. Reflectați sentimentele copilului și convingeți-l că puteți găsi o soluție împreună. Nu faceți nimic fără să discutați cu el. Amintiți-vă că există întotdeauna mai multe versiuni ale fiecărei povești. Ajutați-l pe copil să înțeleagă că ceilalți participanți la conflict ar fi putut înțelege diferit ceea ce se întâmplă și, înainte de a lua propria poziție finală, discutați cu ceilalți părinți și cu profesorul. Explicați-i întotdeauna copilului dumneavoastră că nu este permisă hărțuirea.
7. **Fiți un ascultător deschis și încurajator atunci când alți părinți vorbesc despre problemele copiilor lor.** Poate fi dificil pentru un părinte să recunoască faptul că copilul său se simte rău la școală și are nevoie de sprijin din partea colegilor de joacă sau de clasă. Este mai ușor să vorbești despre preocupările dvs. dacă ceilalți sunt deschiși și gândesc împreună.

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO

Acest lucru este important pentru construirea de scenarii... Este necesar să se dezvolte



4.2. DREPTURILE SEXUALE ȘI INTEGRITATEA FIZICĂ

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Dreptul la integritate fizică este un drept al omului și face parte din dreptul la viață privată, care, la rândul său, face parte din domeniul de protecție al articolului 8 din Convenția pentru apărarea drepturilor omului și a libertăților fundamentale, care stabilește dreptul la respectarea vieții private și de familie.
- ✓ Drepturile sexuale ale unei persoane includ obligația de a respecta drepturile sexuale ale altor persoane și ale partenerilor – drepturile unei persoane nu pot fi realizate prin constrângere și violență împotriva altei persoane.
- ✓ Baza integrității fizice începe din copilărie și este legată de educația sexuală.

2. INTRODUCERE

Drepturile omului care sunt deja recunoscute în legile naționale, în documentele internaționale privind drepturile omului și în alte documente de consens, inclusiv dreptul tuturor persoanelor, fără constrângere, discriminare și violență, la cel mai înalt standard de sănătate posibil în ceea ce privește sexualitatea, inclusiv accesul la servicii de asistență medicală sexuală și reproductivă; capacitatea de a căuta, primi și transmite informații privind sexualitatea; accesul la educație sexuală; respectul pentru integritatea corporală; libera alegere a partenerului; dreptul de a decide să fie sau nu activ sexual; dreptul la relații sexuale consensuale, dreptul la căsătorie consensuală; dreptul de a decide dacă și când să aibă sau nu copii; și dreptul de a avea o viață sexuală satisfăcătoare, sigură și plăcută (Institutul European pentru Egalitate de Gen, s.n.d.-a).

Există încă discuții în curs de desfășurare cu privire la definirea drepturilor sexuale (Miller, Kismödi, Cottingham, & Gruskin, 2015), iar respectarea integrității corporale este unul dintre drepturile persoanei.

Cu toate acestea, deși nu există o definiție concretă a drepturilor sexuale, știm că, în ultimele trei decenii, a avut loc o extindere rapidă a aplicării drepturilor omului în domeniul sexualității și al sănătății sexuale, în special în ceea ce privește protecția împotriva discriminării și a violenței, precum și protecția libertății de exprimare și de asociere, a vieții private și a altor drepturi, pentru femei, bărbați, persoane transsexuale și intersexuale, adolescenți și alte grupuri de populație. Acest lucru a dus la producerea Sexual health, human rights and the law (Sănătate sexuală, drepturile omului și legislația) a unui important corp de standarde privind drepturile omului care promovează sănătatea sexuală și drepturile de bază ale oricărui om (OMS, 2015).

3. DEZVOLTAREA SUBTEMEI

3.1. Drepturile sexuale și drepturile copilului

Există un consens din ce în ce mai mare cu privire la faptul că sănătatea sexuală nu poate fi obținută și menținută fără respectarea și protecția anumitor drepturi ale omului. Definiția de lucru a drepturilor sexuale prezentată mai jos este o contribuție la dialogul continuu privind drepturile omului legate de sănătatea sexuală.

Realizarea sănătății sexuale este legată de măsura în care drepturile omului sunt respectate, protejate și îndeplinite. Drepturile sexuale cuprind anumite drepturi ale omului care sunt deja recunoscute în documentele internaționale și regionale privind drepturile omului și în alte documente de consens, precum și în legile naționale (OMS, n.red.).

Drepturile esențiale pentru realizarea sănătății sexuale includ (OMS, n.red.):



- Drepturile la egalitate și nediscriminare
- Dreptul de a nu fi supus la tortură sau la cruzime și tratamente sau pedepse crude, inumane sau degradante
- Dreptul la viață privată
- Dreptul la cel mai înalt standard de sănătate (inclusiv sănătatea sexuală) și la securitate socială
- Dreptul de a se căsători, de a-și întemeia o familie și de a încheia o căsătorie cu consimțământul liber și deplin al viitorilor soți, precum și dreptul la egalitate în și la desfacerea căsătoriei
- Dreptul de a decide numărul și spațierea copiilor proprii
- Dreptul la informare, precum și la educație
- Drepturile la libertatea de opinie și de exprimare și
- Dreptul la o cale de atac eficientă în cazul încălcării drepturilor fundamentale.

Exercitarea responsabilă a drepturilor omului presupune ca toate persoanele să respecte drepturile celorlalți.

Aplicarea drepturilor omului existente la sexualitate și la sănătatea sexuală constituie o parte din drepturile sexuale. Drepturile sexuale protejează drepturile tuturor persoanelor de a-și realiza și exprima sexualitatea și de a se bucura de sănătate sexuală, cu respectarea drepturilor celorlalți și într-un cadru de protecție împotriva discriminării (OMS, s.n.).

Cu toate acestea, este necesară o anumită prudență. Unele dintre drepturile menționate provin de la adulți. Aceasta înseamnă că nu toate aceste drepturi se aplică automat copiilor și adolescenților. Printre altele, de exemplu, faptul că dreptul la căsătorie consensuală nu se aplică încă copiilor sau adolescenților. Dreptul copilului la informare este, de asemenea, recunoscut de Convenția ONU privind drepturile copilului. Aceasta prevede în mod expres dreptul la libertatea de exprimare și la libertatea de a căuta, de a primi și de a transmite informații și idei de orice fel (articolul 13). Articolul 19 se referă la obligația statelor membre de a asigura educația copiilor pentru a-i proteja, printre altele, împotriva abuzurilor sexuale.

3.2. Educația sexuală și dezvoltarea copiilor

Dezvoltarea fizică face parte din dezvoltarea holistică a copilului. Educația sexuală pornește de la cunoașterea corpului și de la simțirea apropierei părinților – relația de siguranță și susținere. Educația sexuală a copiilor constă în cunoașterea propriilor părți ale corpului, în acceptarea propriului corp și a altor corpuri ca fiind valoroase, în recunoașterea diferitelor genuri, în învățarea exprimării sentimentelor, precum și în perceperea și exprimarea intimității lor. Cunoștințele și abilitățile în acest domeniu îl ajută pe copil să stabilească limite, să își exprime dorințele, să experimenteze bucuria unei intimități fizice sigure, să creeze prietenii, să își protejeze spațiul personal, să recunoască violența (sexuală), să caute ajutor dacă este necesar. Educația sexuală adecvată vârstei le permite copiilor să își înțeleagă sexualitatea, să se trateze pe ei înșiși și pe ceilalți cu toleranță, pozitivitate și respect, să creeze relații apropiate bazate pe egalitate și consimțământ și să își asume responsabilitatea pentru sănătatea (sexuală) proprie și a partenerului. Adulții joacă un rol foarte important, deoarece atitudinile, comportamentul și cuvintele lor modelează sexualitatea copiilor (Part & Kull, 2018; Rutgers, 2015).

Educația holistică în domeniul sexualității are ca principiu faptul că se bazează pe o abordare a drepturilor omului (sexuale și reproductive) și se bazează ferm pe egalitatea de gen, pe autodeterminare și pe acceptarea diversității (Part & Kull, 2018; Rutgers, 2015).



Modul subconștient sau natural de predare și învățare a sexualității poate fi completat de un mod activ de predare și informare. Beneficiul acestei abordări este normalizarea subiectului sexualității. Întrebările copilului pot fi lămurite într-un mod adecvat vârstei arătându-i că aspectele legate de sexualitate sunt pozitive și plăcute. Astfel, ei pot dezvolta, de asemenea, o atitudine pozitivă față de corpul lor și pot învăța abilități de comunicare adecvate (de exemplu, numirea corectă a părților corpului). În același timp, copilul este învățat că există limite individuale și reguli sociale și că acestea trebuie respectate (nu poți atinge pe cine vrei tu). Chiar mai important, copilul învață să își dea seama și să își exprime propriile limite (poți spune nu; poți cere ajutor). În acest sens, educația sexuală este, de asemenea, educație socială și contribuie la prevenirea abuzului sexual.

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE SUBIECTUL RESPECTIV

- O persoană atinge și îmbrățișează o altă persoană fără consimțământ, iar aceasta nu se simte confortabil.
- Dacă o persoană spune "nu" pentru atingeri sau acte sexuale, cealaltă persoană nu acceptă acest lucru.

5. CELE MAI BUNE PRACTICI (pentru profesori și pentru familii)

[Sensoa Flag System](#) este un instrument bazat pe dovezi pentru evaluarea comportamentului sexual acceptabil și inacceptabil al copiilor și tinerilor cu vârste cuprinse între 0 și 18 ani. Sistemul Flag este utilizat pentru a sprijini dezvoltarea sexuală sănătoasă și pentru a preveni constrângerea sexuală. Acesta oferă informații despre sexualitate, dorințe, limite, criterii și gradații ale comportamentului sexual, făcându-le subiecte "deschise" și, astfel, mai ușor de discutat.

Educație sexuală cuprinzătoare ([Väestoliitto](#)): prin intermediul educației sexuale cuprinzătoare, o persoană dobândește cunoștințe și abilități prin care poate reflecta asupra propriilor atitudini în contexte legate de sexualitate. Pe baza acestor informații, o persoană face cele mai bune alegeri posibile pentru ea însăși cu privire la realizarea propriei sexualități.

- [Material de educație corporală-emoțională](#)
- [Promovarea dezvoltării copilului. Educație sexuală adaptată vârstei și centrată pe copil](#)
- [Abilitățile de siguranță și corpul dumneavoastră. Cunoștințe, aptitudini și atitudine](#)

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO



4.3. VIOLENȚA DIN PARTEA PARTENERILOR INTIMI

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Violența în relațiile intime este un comportament ilegal și abuziv din partea fostului partener.
- ✓ Orice formă de violență între parteneri intimi (fizică, sexuală, psihologică sau economică) reprezintă un abuz de putere și o relație de control între agresor și victimă.
- ✓ Violența în cadrul partenerului intim este o încălcare a drepturilor omului și, deoarece afectează proporțional mai mult femeile decât bărbații, este considerată o formă de discriminare împotriva femeilor.
- ✓ Relațiile sănătoase și sigure sunt relații DE EGALITATE.

2. INTRODUCERE

Violența între parteneri intimi este larg răspândită și are un impact negativ uriaș asupra adulților, copiilor, familiilor, relațiilor interpersonale și comunităților și aduce și pierderi economice uriașe. Una dintre trăsăturile caracteristice ale violenței partenerului intim este natura sa ascunsă, deoarece multe victime ale violenței partenerului intim sunt prea descurajate să caute ajutor și să raporteze abuzul la organele de drept.

Violența partenerului intim se referă la comportamentul unui partener intim sau al unui fost partener care provoacă daune fizice, sexuale sau psihologice, inclusiv agresiune fizică, constrângere sexuală, abuz psihologic și comportamente de control (Krug et al., 2002).

Potrivit Institutului European pentru Egalitate de Gen (EIGE), violența între parteneri intimi este "orice act de violență fizică, sexuală, psihologică sau economică care are loc între foști sau actuali soți sau parteneri, indiferent dacă agresorul împarte sau a împărțit aceeași reședință cu victima". (Institutul European pentru Egalitate de Gen, 2017).

Deși femeile pot fi violente în relațiile cu bărbații, adesea este pentru autoapărare, iar violența apare uneori în parteneriatele între persoane de același sex, cei mai frecvenți autori ai violenței împotriva femeilor sunt partenerii intimi sau foștii parteneri de sex masculin. În schimb, este mult mai probabil ca bărbații să fie victimele unor acte de violență din partea unor străini sau cunoștințe decât din partea unor persoane apropiate (Krug et al., 2002).

Violența partenerului intim se referă la patru forme diferite de violență (violență fizică, sexuală, psihologică și economică), care sunt explicate mai jos, și separat de violența în întâlniri, care apare în special în rândul tinerilor.

3. DEZVOLTAREA SUBTEMEI

3.1. Care sunt factorii de risc pentru violența între parteneri intimi?

Violența între parteneri intimi și, de asemenea, violența sexuală sunt rezultatul unor factori care apar la nivel individual, familial, comunitar și la nivelul societății în general, care interacționează între ei pentru a crește sau a reduce riscul (de protecție). Unii sunt asociați cu faptul de a fi un autor de violență, alții sunt asociați cu faptul de a fi fost supus violenței, iar alții sunt asociați cu ambele (Krug et al., 2002; OMS, s.n.d.-b).



Factorii de risc pentru **violența** atât a **partenerului intim**, cât și pentru **violența sexuală** includ:

- Niveluri mai scăzute de educație (săvârșirea violenței sexuale și experiența violenței sexuale).
- Un istoric de expunere la maltratarea copilului (comiterea și experiența).
- Martorii violenței în familie (comiterea și experiența).
- Tulburare de personalitate antisocială (săvârșire).
- Consumul dăunător de alcool (comiterea și experiența)
- Comportamente masculine dăunătoare, inclusiv faptul de a avea mai mulți parteneri sau atitudini care aprobă violența (comiterea)
- Normele comunitare care privilegiază sau atribuie un statut superior bărbaților și un statut inferior femeilor.
- Niveluri scăzute de acces al femeilor la locuri de muncă remunerate.
- Nivelul scăzut al egalității de gen (legi discriminatorii etc.).

Factorii asociați în mod specific cu **violența partenerului intim** includ:

- Antecedente de expunere la violență.
- Discordie și nemulțumiri conjugale.
- Dificultăți în comunicarea între parteneri.
- Comportamentele de control ale bărbaților față de partenerele lor.

Factorii asociați în mod specific cu **comiterea violenței sexuale** includ:

- Credințe în onoarea familiei și puritatea sexuală.
- Ideologii de drepturi sexuale masculine.
- Sancțiuni juridice slabe pentru violența sexuală.

Inegalitatea de gen și normele privind acceptabilitatea violenței împotriva femeilor reprezintă o cauză fundamentală a violenței împotriva femeilor (OMS, s.n.d.-b).

3.2. **Violența fizică**

Violența fizică este considerată orice act care provoacă vătămări fizice partenerului actual sau fostului partener ca urmare a folosirii ilegale a forței fizice. Violența fizică poate lua forma, printre altele, a agresiunii grave sau minore, a privării de libertate și a uciderii din culpă (Institutul European pentru Egalitate de Gen, 2017).

În 2014, orientările ONU pentru elaborarea statisticilor de sondaj (United Nations, 2014) au subliniat că violența fizică poate implica o gamă largă de acte fizice, cum ar fi:

- Să plesnească sau să arunce cu ceva care ar putea răni un partener intim.
- Împingerea, tragerea de păr.
- Lovirea cu pumnul sau orice altceva care ar putea răni un partener intim.
- Lovirea cu piciorul, târârea sau bătaia.
- Sufocarea sau arderea intenționată.
- Amenințarea de a folosi un pistol, un cuțit sau o altă armă împotriva unui partener intim.



3.3. Violența sexuală

Orice act sexual efectuat asupra victimei fără consimțământ. Violența sexuală poate lua forma violului sau a agresiunii sexuale (Institutul European pentru Egalitate de Gen, 2017).

ONU adaugă (United Nations, 2014) că violența sexuală este orice fel de comportament sexual dăunător sau nedorit care este impus cuiva. Aceasta include acte de contact sexual abuziv, angajarea forțată în acte sexuale, tentative sau acte sexuale încheiate cu altă persoană fără consimțământul acesteia, hărțuirea sexuală, abuzul verbal, amenințările, expunerea, atingerile nedorite, incestul etc.

Informații mai detaliate despre violența sexuală se găsesc în [subiectul 4.4](#).

3.4. Violența psihologică

Violența psihologică include o serie de comportamente care cuprind acte de abuz emoțional și comportamente de control. Acestea coexistă adesea cu acte de violență fizică și sexuală din partea partenerilor intimi și reprezintă acte de violență în sine. Studiile au arătat că utilizarea mai multor tipuri de violență psihologică este asociată cu un risc crescut de violență fizică și sexuală împotriva partenerelor și poate avea efecte grave asupra acestor femei, indiferent dacă au avut loc sau nu alte tipuri de violență (Organizația Națiunilor Unite, 2014).

EIGE propune ca definiție pentru violența psihologică "orice act sau comportament care provoacă daune psihologice partenerului sau fostului partener. Violența psihologică poate lua forma, printre altele, a coerciției, a defăimării, a unei insulte verbale sau a hărțuirii." (Institutul European pentru Egalitate de Gen, 2017).

Printre exemplele de comportamente care se încadrează în definiția violenței psihologice se numără următoarele:

- Abuzul emoțional:
 - Insultându-i sau făcându-i să se simtă prost în pielea lor.
 - Denigrându-i sau umilindu-i în fața altor persoane.
 - Să-i sperie sau să-i intimideze în mod deliberat.
 - Amenințarea de a le face rău lor sau altor persoane la care țin.
- Controlul comportamentului:
 - Izolarea lor prin împiedicarea de a-și vedea familia sau prietenii
 - Monitorizarea locului unde se află și a interacțiunilor sociale
 - Ignorarea lor sau tratarea lor cu indiferență
 - Faptul că se enervează dacă aceștia vorbesc cu alte persoane
 - Acuzații nejustificate de infidelitate
 - Controlarea accesului acestora la asistență medicală
 - Controlul accesului acestora la educație sau pe piața muncii.

3.5. Violența economică

Se spune că violența economică are loc atunci când un individ îi refuză partenerului său intim accesul la resurse financiare, de obicei ca formă de abuz sau de control sau pentru a-l izola sau pentru a-i impune alte consecințe negative asupra bunăstării sale (Organizația Națiunilor Unite, 2014).

EIGE propune o definiție a **violenței economice** ca fiind "orice act sau comportament care cauzează daune economice partenerului. Violența economică poate lua forma, printre



alte, a deteriorării proprietății, a restricționării accesului la resurse financiare, la educație sau la piața muncii, sau a nerespectării responsabilităților economice, cum ar fi pensia alimentară (Institutul European pentru Egalitate de Gen, 2017).

Violența economică implică următoarele (Organizația Națiunilor Unite, 2014):

- Refuzarea accesului la resurse financiare
- Refuzul accesului la proprietate și la bunuri de folosință îndelungată
- Nerespectarea deliberată a responsabilităților economice, cum ar fi pensia alimentară sau sprijinul financiar pentru familie, expunându-l astfel la sărăcie și la greutate
- Refuzul accesului la piața muncii și la educație
- Negarea participării la luarea deciziilor relevante pentru statutul economic.

3.6. Violența în întâlniri

Violența domestică poate avea loc atât în cadrul unei relații de întâlnire, al unei relații de coabitare, între parteneri de viață, cât și în cadrul căsătoriei.

Copiii și tinerii pot fi martori și pot suferi în mod direct din cauza violenței între partenerii intimi dintre părinții lor. Tinerii pot fi, de asemenea, victime ale violenței între partenerii intimi în propriile lor relații – o astfel de violență între parteneri intimi între tineri se numește violență în cadrul întâlnirilor (dating-ului). **Violența în întâlniri** este un mijloc de control asupra persoanei cu care aveți o relație, care se caracterizează prin putere și control. Acestea sunt relații nesigure și dăunătoare. Stereotipurile de gen contribuie la violența în cadrul întâlnirilor, dar și lipsa abilităților de a face față sentimentelor agresive și de a găsi soluții în situații de conflict (Part & Kull, 2019).

Abordarea violenței în întâlniri ar trebui să se bazeze pe o perspectivă de gen, deoarece aceasta este adesea legată de stereotipurile de gen, iar deconstruirea acestora contribuie la înțelegerea și prevenirea violenței în întâlniri. Într-un studiu anterior, s-a constatat că atitudinile stereotipice de gen ale tinerilor din grupul de testare au fost legate de atitudinile care permit violența în întâlniri (Part & Kull, 2019).

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE SUBIECTUL RESPECTIV

- Forțarea de a face sex atunci când nu doresc să facă sex.
- Spunându-le că le datorează sex în schimbul unei întâlniri.
- Acționând excesiv de gelos, inclusiv acuzându-i în mod constant de înșelăciune.
- Fiind extrem de controlat, cum ar fi spunându-le ce să poarte, interzicându-le să își vadă prietenii și familia sau cerându-le să le verifice telefonul, e-mailul și rețelele sociale.
- Verificarea constantă a lor și supărarea dacă ei nu-i verifică.
- Îi denigrează, inclusiv pentru aspectul lor (haine, machiaj, păr, greutate), inteligența și activitățile pe care le desfășoară.
- Încercarea de a le izola de alte persoane, inclusiv prin jigniri.
- Învinovățirea pentru comportamentul abuziv și enumerarea modurilor în care "l-au obligat să o facă".
- Refuzul de a-și asuma responsabilitatea pentru propriile acțiuni.
- Scuzele pentru abuz și promisiunea de a se schimba din nou și din nou.



- Au un temperament iute, astfel încât nu se știe niciodată ce vor face sau ce vor spune, fapt care ar putea cauza o problemă
- Nu le permite să pună capăt relației sau le face să se simtă vinovate pentru că pleacă.
- Amenințarea de a chema autoritățile (poliția, agenții de deportare, serviciile de protecție a copilului etc.) ca modalitate de a controla comportamentul.
- Împiedicându-le să folosească metode contraceptive sau să meargă la medic sau la asistentă medicală.
- Să comită orice violență fizică, cum ar fi lovirea, împingerea sau pălmuirea lor.

5. CELE MAI BUNE PRACTICI (pentru profesori și pentru familii)

5.1. Atunci când un elev vorbește despre violența partenerului intim. Sfaturi pentru profesori

Elevii se pot adresa unui profesor sau unui alt profesionist din cadrul școlii pentru a-și exprima îngrijorarea cu privire la faptul că se confruntă cu violența în întâlniri sau că există violență domestică în casa lor. Orice astfel de declarație trebuie să fie luată în serios, deoarece siguranța tânărului poate fi pusă în pericol.

1. ASCULTAȚI!

Tânărul trebuie să fie ascultat mai întâi. Nu interveniți, lăsați-l pe tânăr să vorbească. Nu puneți întrebări sugestive, detaliate sau interrogative.

Încercați să înțelegeți:

- Este tânărul în prezent în pericol?
- Poate fi tânărul în pericol în viitor?
- Mai este cineva în pericol?
- Este nevoie de ajutor medical?
- De ce are nevoie tânărul?
- Ce consideră tânărul că este important în acest moment?

2. RECUNOAȘTEȚI!

Recunoașteți faptul că tânărul a venit să vorbească. Nu-l învinuiți pentru că nu s-a apropiat sau nu a vorbit mai devreme (*Ești BUN că ai vorbit despre asta. Este DREPT că ai făcut-o. Probabil că a fost DUR pentru tine*).

Nu vă exprimați șocul sau neîncrederea, rămâneți calm și empatic (*îmi pare rău că ți s-a întâmplat acest lucru*).

Ascultați și reflectați sentimentele tânărului, dar nu-i spuneți ce ar trebui să simtă.

Nu judecați și nu îl puneți la îndoială (*Eu TE CRED. Te iau ÎN SERIOS. NU e vina ta*).

3. Ajutați-i să GĂSEASCĂ AJUTOR!

Scopul profesorului este de a asculta și de a ajuta la găsirea unui ajutor profesional în cazul în care există suspiciuni de violență. Rolul profesorului nu este de a investiga și de a



decide ce s-a întâmplat și dacă s-a întâmplat sau nu – acest lucru este făcut de lucrătorul de la protecția copilului și de poliție, dacă este necesar.

Intervenția timpurie trimite un semnal clar că violența în întâlniri nu este acceptabilă, că școala este sigură și previne escaladarea violenței. Dacă un elev vă oferă informații confidențiale care vă fac să credeți că siguranța sa este în pericol, trebuie să împărtășiți aceste informații cu un alt profesionist care îl poate ajuta pe elev – de exemplu, specialistul de sprijin al școlii/conducerea școlii, lucrătorul pentru protecția copilului, poliția. Nu-i promiteți tânărului că veți păstra secretul informațiilor pe care vi le oferă – fiți sincer cu privire la ceea ce puteți și nu puteți face.

Spuneți-i tânărului ce aveți de gând să faceți – de exemplu, doriți să aduceți un specialist de sprijin școlar și să discutați cu tânărul. Este bine să implicați părintele (părinții) cu acordul tânărului, dacă aceștia nu sunt autorii violenței (atenție în cazul violenței domestice!). Dacă este vorba de un incident grav de violență sau de o infracțiune de violență, poate fi necesar să informați poliția, un lucrător de la protecția copilului sau un medic.

Scrieți ceea ce v-a spus elevul. Folosiți cuvintele tânărului cât mai exact posibil, nu interpretați. Scrieți ce ați făcut în continuare, cu cine ați vorbit.

Tinerii care sunt violenți într-o relație de prietenie pot avea nevoie de o atenție specială în cooperare cu lucrătorul de protecție a copilului și cu poliția.

Găsiți sprijin și pentru dumneavoastră. A se implica personal într-un incident de violență în întâlniri poate fi o experiență stresantă.

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO

Este necesar să se dezvolte



4.4. VIOLENȚA SEXUALĂ

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Diferite forme de violență sexuală apar pretutindeni și în toate straturile sociale și în rândul cuplurilor care trăiesc împreună.
- ✓ Violența sexuală este, de exemplu, atenția sexuală nedorită, inclusiv atingeri, oferirea de apeluri telefonice, scrisori sau materiale pornografice cu caracter sexual, hărțuirea sexuală la locul de muncă, transformarea unei femei sau a unui bărbat în obiect (considerând-o un mijloc de obținere a plăcerii sexuale), forțarea sexului, tentativa de viol sau violul.
- ✓ Violența sexuală este orice comportament sexual care controlează, manipulează sau umilește o altă persoană.
- ✓ Motivele se află aici în noțiunile patriarhale de lungă durată conform cărora a fi căsătorit sau a avea o relație înseamnă supunerea obligatorie la dorințele sexuale ale partenerului.
- ✓ Violarea unei persoane, implicarea acesteia în activități sexuale împotriva voinței sale sau forțarea acesteia să întrețină relații sexuale încalcă unul dintre drepturile fundamentale ale unei persoane – dreptul la autodeterminare sexuală. Acestea sunt infracțiuni grave.

2. INTRODUCERE

Violența sexuală este o problemă comună și gravă de sănătate publică care afectează milioane de persoane în fiecare an în întreaga lume. Ea este determinată de numeroși factori care acționează într-o serie de contexte sociale, culturale și economice. În centrul violenței sexuale îndreptate împotriva femeilor se află inegalitatea de gen (Krug et al., 2002).

Violența sexuală este orice tip de comportament sexual dăunător sau nedorit care este impus unei persoane. Aceasta include acte de contact sexual abuziv, angajarea forțată în acte sexuale, acte sexuale încercate sau încheiate cu o femeie fără consimțământul acesteia, hărțuirea sexuală, abuzul verbal, amenințările, expunerea, atingerile nedorite, incestul etc. O listă minimă de acte de violență sexuală, care ar trebui să fie extinsă în funcție de contextul specific al țării (Organizația Națiunilor Unite, 2014).

Așadar, violența sexuală poate fi violul, amenințarea, dar și, de exemplu, atingerile forțate. Violența sexuală este, de asemenea, atunci când cineva te sperie pentru a face sex cu el. Cu alte cuvinte, violența sexuală este atunci când cineva face ceva sexual cu tine împotriva voinței tale. Este, de asemenea, violență sexuală dacă nu ți-ai putut da consimțământul pentru actul sexual, de exemplu, ți-a fost frică, ai fost amețită, erai beată sau dormeai.

Este un mit că violența sexuală amenință doar femeile. Toate persoanele, indiferent de sex sau vârstă, pot deveni victime ale violenței sexuale: copii, tineri și adulți, bărbați și femei, precum și persoane cu identități sexuale și de gen diferite.

Actele de violență sexuală atentează la dreptul la libertate, autonomie, control, integritate și securitate sexuală, precum și la dreptul de a experimenta plăcerea și de a avea o viață sexuală sănătoasă, sigură și satisfăcătoare. În același timp, aceste drepturi sunt strâns legate de drepturile reproductive, cum ar fi libertatea și autonomia de a decide când să



aibă copii, câți copii să aibă și ce metodă contraceptivă să folosească. (Institutul European pentru Egalitate de Gen, s.n.d.-b).

3. DEZVOLTAREA SUBTEMEI

Abuzul sexual nu este o problemă nouă. Timp de secole, copii, femei și bărbați au fost abuzați sexual și reduși la tăcere. Cu toate acestea, începând cu anii 1980, subiectul a fost ridicat brusc, deoarece tot mai multe persoane îndrăznesc să deschidă gura. Rușinea și secretul care înconjoară abuzul sexual fac dificilă cuantificarea numărului de persoane care au fost abuzate. Rezultatele investigațiilor efectuate în întreaga lume diferă și este dificil de spus numărul exact de victime, deoarece este o infracțiune latentă.

Diferite forme de violență sexuală apar pretutindeni și în toate straturile sociale și în rândul cuplurilor care trăiesc împreună.

Violența sexuală include, dar nu se limitează la (Krug et al., 2002; OMS, 2012):

- Violul în cadrul căsătoriei sau al relațiilor de întâlnire
- Violul comis de străini sau cunoștințe
- Avansuri sexuale nedorite sau hărțuire sexuală (la școală, la locul de muncă etc.)
- Violul sistematic, sclavia sexuală și alte forme de violență, care sunt deosebit de frecvente în conflictele armate (de exemplu, împregnarea forțată)
- Abuzul sexual asupra persoanelor cu handicap mental sau fizic
- Violul și abuzul sexual asupra copiilor
- Refuzul dreptului de a folosi contracepția sau de a adopta alte măsuri de protecție împotriva bolilor cu transmitere sexuală
- Avortul forțat
- Forme "obișnuite" de violență sexuală, cum ar fi căsătoria sau coabitarea forțată și moștenirea soției.

3.1. Consimțământ

În timp ce activitatea sexuală voluntară și dorită de partener se caracterizează prin faptul că părțile își cer reciproc consimțământul, își exprimă consimțământul și evaluează capacitatea partenerului de a-și da consimțământul, violența sexuală se caracterizează prin faptul că nu se bazează pe un acord reciproc.

În plus, consimțământul fals la activitatea sexuală poate fi obținut prin violență fizică, dar mult mai des prin amenințări, intimidare, presiune psihologică, manipulare, șantaj sau amenințări cu privarea de beneficii (de exemplu, privarea de promovare la locul de muncă, neacordarea unei note bune etc.).

Consimțământul este cel mai important lucru în orice activitate sexuală, și întotdeauna ai dreptul de a te răzgândi și de a spune nu. Consimțământul celeilalte părți trebuie asigurat atât pentru prima dată, cât și într-o căsnicie îndelungată.

Persoanele care nu au sau au o capacitate limitată de consimțământ sunt, de asemenea, incapabile să își dea liberul consimțământ pentru o activitate sexuală, cum ar fi pacienții inconștienți, persoanele aflate sub influența alcoolului sau a altor droguri, precum și copiii, persoanele cu demență și persoanele cu dizabilități intelectuale care nu înțeleg semnificația unei anumite activități sexuale și nu sunt capabile să articuleze consimțământul sau refuzul. "Consimțământul" obținut în astfel de circumstanțe nu echivalează cu consimțământul liber exprimat, iar o astfel de activitate sexuală nu este consensuală, adică bazată pe un acord reciproc.



Puteți citi mai multe despre consimțământ la [subiectul 5.6.](#)

3.2. Rușine și vinovăție

Potrivit OMS (n.red.), aproximativ un sfert dintre femeile din întreaga lume vor fi supuse violenței sexuale în timpul vieții. Până la o treime din totalul femeilor au fost agresate fizic de un partener intim de sex masculin. Femeile care au fost victime ale violenței nu își raportează suficient de mult experiențele, deoarece se tem să nu fie etichetate de societate și de comunitatea lor. De asemenea, se tem pentru siguranța lor și că instituțiile relevante nu vor lua măsurile necesare atunci când le împărtășesc povestea lor.

Violența sexuală este o infracțiune, iar victima nu trebuie să se simtă vinovată.

3.3. Responsabilitate

Responsabilitatea pentru violența sexuală revine autorului, nu victimei.

3.4. Consecințele violenței sexuale

Experiența abuzului sexual poate fi comparată cu supraviețuirea unui dezastru. Acest dezastru poate fi unic sau se poate repeta pe parcursul mai multor ani. Abuzul sexual are atât efecte imediate cât și pe termen lung. Fără ajutor, aceste probleme nu vor fi rezolvate.

Forța fizică nu este neapărat folosită în cazul violului, iar rănilor fizice nu sunt întotdeauna o consecință. Se știe că există cazuri de decese asociate cu violul, deși prevalența deceselor variază considerabil în întreaga lume. Printre cele mai frecvente consecințe ale violenței sexuale se numără cele legate de sănătatea reproductivă, sănătatea mintală și bunăstarea socială (Krug et al., 2002).

Uneori, victima poate nici măcar să nu riposteze din cauza experienței stresante și pur și simplu "îngheață".

3.5. Prevenirea prin educație sexuală

Prevenirea începe cu mediul și comunitatea în care crește copilul. O persoană care a fost învățată și crescută să aibă grijă și să își iubească corpul, să respecte limitele unei alte persoane și să înțeleagă atunci când situația devine violentă, știe cum să ofere această dragoste și înțelegere și altora. Educația sexuală de acasă pune bazele creșterii copiilor și tinerilor în persoane care știu să-și considere corpul frumos și corect și care respectă, de asemenea, dreptul celorlalți la integritate corporală.

Părinții se așteaptă ca școala să ofere educație sexuală în acest sens, iar așteptarea lor este pe deplin justificată, deoarece programa școlară prevede și acest lucru. Cu toate acestea, școala nu poate fi singura responsabilă pentru faptul că un copil devine un adult ale cărui valori sunt în concordanță cu cele menționate mai sus, care își percepe propria identitate și care se păstrează pe sine și pe cei din jur. Formarea atitudinilor începe în copilărie, iar părinții, grădinițele, școlile și centrele de tineret sunt inițial responsabile de acest lucru. Responsabilitatea părinților devine apoi o responsabilitate comună. Cu sprijinul responsabilității partajate putem rupe atitudinile și stereotipurile înrădăcinate care susțin continuarea lanțului violenței. Cu sprijinul responsabilității partajate, spunem clar: vina aparține celui vinovat, victima nu este responsabilă pentru ceea ce i s-a întâmplat.

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE FIECARE SUBIECT/SUBTEMATICĂ

Acestea sunt aceleași cu cele descrise în cazul violenței între parteneri intimi:

- Le trimit materiale pornografice nedorite
- O persoană atinge o altă persoană, dar persoana atinsă se simte incomfortabil
- Ei amenință că vor spune altora despre pozele nud dacă nu fac sex



5. CELE MAI BUNE PRACTICI (pentru profesori și pentru familii)

Dacă știți un copil care a suferit violență sexuală, raportați incidentul rudelor copilului și poliției.

În cazul în care copilul dvs. a suferit violență sexuală, solicitați ajutor de la un centru specializat și raportați incidentul la poliție sau la lucrătorul de protecție a copilului din cadrul administrației locale.

La cererea și cu consimțământul dumneavoastră, **centrele de ajutor în caz de violență sexuală** oferă ajutor profesionist 24 de ore din 24, 7 zile din 7, persoanelor care au fost victime ale violenței sexuale. Oricine poate veni la acest tip de centre, fie singur, fie însoțit de un adult, la orice oră din zi și fără o trimitere. Nu contează dacă poliția a fost deja contactată, dacă intenționați să contactați poliția sau dacă nu sunteți sfătuiți să faceți acest lucru. Sunt binevenite toate persoanele, indiferent de sexul lor, copiii, tinerii și adulții care au fost victime ale violenței sexuale sau suspectează că au fost victime ale violenței sexuale.

Dacă sunteți un specialist (profesor, asistent social, medic etc.) la care apelează o supraviețuitoare/un supraviețuitor a/al violenței sexuale sau dacă bănuieți că o violență sexuală a fost comisă împotriva unui elev de-al vostru, atunci trebuie să apărați interesele acestui elev.

În caz de violență sexuală împotriva copiilor sau de suspiciune în acest sens, poliția sau lucrătorul pentru protecția copilului din cadrul administrației locale trebuie să fie întotdeauna anunțate. Poliția dispune de unități speciale care se ocupă de infracțiunile sexuale. Oficializând lucrurile cu ajutorul poliției, contribuiți la asigurarea faptului că nimeni altcineva nu mai devine victima aceluiași agresor.

5.1. Ajutor și informații:

- Urgențe: 112
- Contactați serviciile de protecție a copilului din țara de reședință

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO

Este necesar să se dezvolte

7. REFERINȚE

Butchart, A., Phinney, A., Check, P., & Villaveces, A. (Eds.). (2004). *Preventing violence: A guide to implementing the recommendations of the World report on violence and health*. Geneva: Department of Injuries and Violence Prevention, WHO. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9241592079>

United Nations. (1989). *Convention on the Rights of the Child, General Assembly resolution 44/25*. Retrieved from <https://www.ohchr.org/sites/default/files/crc.pdf>

Council of Europe. (2011). *Council of Europe Convention on preventing and combating violence against women and domestic violence* [Data set]. https://doi.org/10.1163/2210-7975_HRD-9953-2014005

Danish School of Education (DPU), Aarhus Universit. (n.d.). Exploring Bullying in Schools (eXbus) (2007–2011). Retrieved from <https://www.exbus.dk/>

European Institute for Gender Equality (2017). *Glossary of definitions of rape, femicide and intimate partner violence*. European Institute for Gender Equality. Retrieved from



https://eige.europa.eu/sites/default/files/documents/ti_pubpdf_mh0417297enn_pdf_web_20170602161141.pdf

European Institute for Gender Equality. (n.d.). *Sexual Rights*. Retrieved from <https://eige.europa.eu/thesaurus/terms/1381>

European Institute for Gender Equality. (n.d.-b). Sexual violence. *European Institute for Gender Equality*. Retrieved from <https://eige.europa.eu/thesaurus/terms/1384>

Knoop, H., Universitet, A., Holstein, B., Universitet, S., Viskum, H., Metropol, P., & Lindskov, J. (2017). *Elevernes fællesskab og trivsel i skolen Analyse af Den Nationale Trivselsmåling*.

Kofoed, J., & Søndergaard, D. (2009). *Mobning. Sociale Processer på Afveje*.

Krug, E. G., Dahlberg, L. L., Mercy, J. A., Zwi, A. B., & Lozano, R. (Eds.). (2002). *World report on violence and health*. Genève: Organisation mondiale de la santé. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9241545615>

McGrath, H., & Noble, T. (2006). *Bullying Solutions: Evidence-based Approaches to Bullying in Australian Schools*. Pearson Education Australia. Retrieved from <https://books.google.ee/books?id=HCCANgAACAAJ>

Miller, A. M., Kismödi, E., Cottingham, J., & Gruskin, S. (2015). Sexual rights as human rights: A guide to authoritative sources and principles for applying human rights to sexuality and sexual health. *Reproductive Health Matters*, 23(46), 16–30. <https://doi.org/10.1016/j.rhm.2015.11.007>

Olweus, D. (2013). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. John Wiley & Sons.

Part, K., & Kull, M. (Eds.). (2018). *Koolieelses eas laste seksuaalkasvatus: Keha, tunded ja turvalisus Metoodiline materjal lapse seksuaalse arengu toetamiseks*. Tallinn: Tervise Arengu Instituut. Retrieved from https://intra.tai.ee/images/prints/documents/154652678970_seksuaalkasvatus.pdf

Part, K., & Kull, M. (Eds.). (2019). *Terved ja turvalised suhted. Noorte kohtinguvägivala ennetamine*. Tartu.

Pellegrini, A. D. (2002). Bullying, Victimization, and Sexual Harassment During the Transition to Middle School. *Educational Psychologist - EDUC PSYCHOL*, 37, 151–163. https://doi.org/10.1207/S15326985EP3703_2

Rabøl Hansen, H. (2016). *Parentesmetoden – tænkestrategier mod mobning*. Dafolo.

Sexual rights. (n.d.). Retrieved 27 September 2022, from European Institute for Gender Equality website: <https://eige.europa.eu/thesaurus/terms/1381>

Sexual violence. (n.d.). Retrieved 29 September 2022, from European Institute for Gender Equality website: <https://eige.europa.eu/thesaurus/terms/1384>

Smith, P. K., Madsen, K. C., & Moody, J. C. (1999). What causes the age decline in reports of being bullied at school? Towards a developmental analysis of risks of being bullied. *Educational Research*, 41, 267–285. <https://doi.org/10.1080/0013188990410303>

Soo, K., Kalmus, V., & Ainsaar, M. (2015). Eesti õpetajate roll laste internetikasutuse sotsiaalses vahendamises. *Eesti Haridusteaduste Ajakiri. Estonian Journal of Education*, 3(2), 156–185. <https://doi.org/10.12697/eha.2015.3.2.06>

Rutgers (2015). *Spring Fever: Relationships and Sexual Health Education* (2015). Rutgers ja Public Health Warwickshire.



- The Mary Foundation, Save the Children Denmark. (2021). Kiusamisest Vabaks! Käsiraamat programmi rakendamiseks I kooliastmes. MTÜ Lastekaitse Liit.
- United Nations. (2014). *Guidelines for Producing Statistics on Violence against Women—Statistical Surveys*. New York: United Nations. Retrieved from https://unstats.un.org/unsd/gender/docs/guidelines_statistics_vaw.pdf
- WHO. (2012). Understanding and addressing violence against women. Sexual Violence. Retrieved 29 September 2022, from https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/77432/WHO_RHR_12.36_eng.pdf
- WHO. (n.d.). Sexual health. Retrieved 29 September 2022, from <https://www.who.int/health-topics/sexual-health>
- WHO. (2015). *Sexual health, human rights and the law*. Geneva: WHO. Retrieved from <https://apps.who.int/iris/handle/10665/175556>
- WHO. (2022). *WHO Violence Prevention Unit: Approach, Objectives and Activities 2022-2026*. WHO. Retrieved from <https://www.who.int/publications/m/item/who-violence-prevention-unit--approach--objectives-and-activities--2022-2026>
- WHO. (n.d.-a). Violence against children. Retrieved 29 September 2022, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-children>
- WHO. (n.d.-b). Violence against women. Retrieved 29 September 2022, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>



5. COMUNICARE

5.1. COMUNICAREA CU PĂRINȚII (GHID NUMAI PENTRU FAMILII)

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Crearea unui spațiu mai sigur pentru copii pentru a experimenta cu identitatea și expresia de gen poate face o mare diferență în viața și percepția lor.
- ✓ Educă-te pe tine însuși în ceea ce privește egalitatea de gen, identitatea de gen și expresia de gen, astfel încât să poți fi alături de copiii tăi pe parcursul procesului lor de descoperire și creștere.
- ✓ Este important să se creeze un mediu în care copiii să poată pune în mod liber la îndoială genul, rolurile/identitatea/expresia de gen.
- ✓ Fiecare copil are un stil diferit de comunicare. Cu cât îl identificați mai repede, cu atât mai repede puteți fi acolo pentru a-i sprijini în modul cel mai eficient pentru ei.

2. INTRODUCERE

Egalitatea de gen poate fi predată și realizată dacă există o înțelegere a identităților de gen și a identităților sexuale. Pentru a putea vorbi despre egalitate, este necesar să știm cine este reprezentat în cadrul populației care nu are aceleași privilegii, oportunități de acces ca și omologii lor. Pentru aceasta, înțelegerea procesului de creare sau de descoperire a genului și sexului poate ajuta la înțelegerea multitudinii de genuri și identități sexuale.

3. DEZVOLTAREA SUBTEMEI

Din cauza societății heteronormative în care trăim, este foarte ușor pentru copii să devină confuzi sau să înceapă să simtă că ceva este în neregulă cu ei doar pentru că nu par să se încadreze în construcțiile sociale binare. Aceste construcții sunt prezente în tot ceea ce ne înconjoară, începând cu cercurile familiei și ale prietenilor noștri, social media, filme, jocuri etc. Din acest motiv, părinții și educatorii joacă un rol important în procesul de descoperire al copiilor.

În mediul familial, acest rol poate fi axat pe două subiecte principale: comunicarea deschisă și siguranța. Încurajarea copiilor de a pune întrebări, de a le exprima cu voce tare și de a susține ceea ce cred, combinată cu crearea unui spațiu mai sigur, poate juca un rol important în dezvoltarea lor, atât la nivel personal, cât și la nivel societal.

Dacă vă doriți să creați un spațiu care să includă egalitatea de gen pentru fiecare copil, câteva aspecte vă pot ajuta să faceți diferența:

- Crearea unui spațiu mai sigur,
- Crearea unui mediu favorabil greșelilor,
- Abilitarea și împuternicirea,
- Învățându-i cum să comunice deschis.

3.1. Autoeducare



Primul și cel mai important pas pe care îl puteți face pentru a vă învăța copiii despre egalitatea de gen este să vă educați pe voi înșivă. Dacă vă doriți ca un copil să pună la îndoială structurile de putere, inegalitățile și nedreptatea și să își descopere identitatea, îi va ajuta să vă vadă făcând acest lucru în mod deschis și pe dvs. Una dintre cele mai bune modalități de a vă educa pe un subiect, indiferent dacă este vorba despre identitate de gen/sexualitate/consimțământ/relații etc., este să consumați conținut de la persoane care trec prin aceste procese sau care practică structurile despre care doriți să învățați. Fiți atenți la sursele de informare. A învăța direct de la activiști, de la persoane din interiorul comunității LGBTQ+, de la resurse create de persoane care sunt direct afectate de aceste inegalități (în acest caz, inegalitatea de gen) este o modalitate de a vă asigura că acel conținut pe care îl consumați și pe care îl răspândiți este de fapt ancorat în realitate, mai degrabă decât în teoriile sau discursurile unor persoane neexperimentate și/sau care nu sunt direct afectate de acest lucru.

Atunci când se cercetează inegalitatea de gen (și orice alt subiect), este important să se obțină perspective diferite asupra subiectului pentru a avea o viziune completă și nu una restrânsă. De exemplu, atunci când citiți despre identitatea de gen, încercați să citiți despre experiențe și practici personale din diferite părți ale lumii, diferite religii și diferite medii politice și sociale, astfel încât să puteți înțelege cum aceeași situație poate fi percepută diferit odată ce schimbați contextul cultural și/sau rasial.

Cercetările arată că majoritatea copiilor nu vorbesc deschis despre sex și sexualitate cu părinții lor. Stabilirea unui mediu de încredere poate schimba această situație, iar o modalitate de a face acest lucru este să le arătați că înțelegeți subiectele în cauză, educându-vă.

3.2. Comunicarea deschisă

Atunci când discutați cu copiii dumneavoastră despre egalitatea de gen, sex și sexualitate, o parte importantă a procesului de înțelegere a acestora este să vă puneți în locul și contextul lor. Încercați să vă adaptați discursul și activitățile în funcție de vârsta și de mediul lor cultural, furnizându-le în același timp informațiile de care au nevoie. Dacă nu știți răspunsul la o întrebare pe care o pun, încercați să îl căutați împreună. În acest fel, vă puteți învăța și copiii cum să aleagă surse de informații de încredere.

Încercați să rețineți că a vorbi despre gen și sex nu înseamnă a sexualiza copii – ci adulții sunt cei care sexualizează copii. Înainte de a vorbi cu copiii dvs. despre aceste subiecte, încercați să lucrați la limitele voastre personale, la factorii declanșatori și credințele voastre că să evitați să le proiectați asupra copiilor dvs. prin împărtășirea gândurilor și sentimentelor legate de vinovăția sexuală.

3.3. Spații mai sigure

Nu există un spațiu 100% sigur în cadrul unui grup (inclusiv într-o familie), deoarece este nerealist să crezi că poți satisface nevoile și dorințele tuturor în același timp. Ceea ce puteți face este să creați un spațiu *mai* sigur, în care toată lumea să simtă că se poate exprima și își poate împărtăși ideile, dorințele și nevoile fără teama de a fi judecat.

În procesul de creare a unui spațiu mai sigur:

- Încercați să conștientizați privilegiile și structurile de putere.
- Luați în considerare mediul în care trăiesc copiii.
- Creați oportunități pentru ca aceștia să participe la schimbul de cunoștințe. Folosiți jocuri/cărți/activități pentru a le oferi instrumente pentru a acționa.
- Fiți empatici și ascultați activ ceea ce au de spus.
- Oferiți tuturor spațiul și timpul de care au nevoie. Unii copii au nevoie de mai mult timp pentru a se simți suficient de confortabil pentru a participa activ la discuții.



- Recunoașteți și apreciați contribuția fiecăruia în cadrul grupului.

Crearea unui spațiu mai sigur are o legătură directă cu **rezolvarea conflictelor**. Atunci când apare un conflict, nu uitați că acestea sunt determinate de emoții. Dacă cineva simte emoții puternice, oferiți-i spațiu pentru a procesa aceste emoții și, eventual, oferiți-i sprijinul dvs. pe parcursul acestui proces. Încercați să deescalați situația prin găsirea unei viziuni comune și a unei soluții la problemă. Fiți gata să vă asumați rolul de mediator. În calitate de părinte, atunci când vă confrunțați cu un conflict, încercați să țineți cont de faptul că acesta poate fi atât interpersonal (individual), cât și intrapersonal (între 2 persoane/părți).

Este important să recunoașteți în primul rând emoțiile lor și să le arătați că încercați să le înțelegeți punctul de vedere. După aceea, puteți încerca să vă ajutați copiii să își cartografieze nevoile și să își mute concentrarea de la partea emoțională la cea rațională/logică.

Încurajați-i să exprime deschis ceea ce simt și de ce au nevoie. Dați-le un exemplu și exprimați-vă propriile sentimente și nevoi.

3.4. Mediu favorabil greșelilor

Adesea, copiii și tinerii se tem să facă greșeli și să fie judecați pentru acestea. Crearea unui mediu favorabil greșelilor este o abordare bună care încurajează chestionarea și învățarea. Nu există răspunsuri corecte sau greșite și toată lumea este binevenită să contribuie la discuție. Pentru a crea un astfel de mediu, încurajați copiii să pună întrebări, să dezbată și să facă schimb de idei. În acest fel, ei se vor simți susținuți să împărtășească din ce în ce mai mult și vor muta accentul pe cunoștințele în sine, mai degrabă decât pe persoana care le împărtășește.

Câteva lucruri care vă pot ajuta să creați acest tip de mediu sunt:

- Încurajați-i pe copii să nu întrerupă când cineva vorbește (sunt incluse reacțiile verbale de aprobare/dezaprobare).
- Încurajați folosirea limbajului corpului în cazul în care cuiva îi place o idee. De exemplu, scuturarea palmelor înseamnă aprobarea/susținerea ideii.
- Atunci când cineva face o greșeală, încurajați-l să-și ceară scuze și să învețe din ea.
- Folosirea pedepsei ca soluție nu are un efect pozitiv asupra procesului de învățare al copiilor. Ceea ce puteți face în schimb este să vă concentrați asupra acțiunilor viitoare mai degrabă decât asupra momentului în care a fost făcută greșeala.
- Reamintiți-le copiilor că suntem cu toții oameni și că este normal să facem greșeli, așa învățăm. Este important să învățăm din aceste greșeli în loc să ne blocăm în ele.

3.5. Comunicare - Limbajele iubirii

Fiecare persoană are un mod diferit de a exprima și de a simți recunoștința, dragostea și aprecierea. Cu cât îl cunoașteți mai repede pe al dvs. și pe al copilului dvs., cu atât mai ușor puteți lucra la îmbunătățirea procesului de comunicare. Având o bază în psihologie, există 5 limbaje diferite ale iubirii pe care oamenii le folosesc pentru a oferi/primi iubire și apreciere. Acestea sunt: cuvinte de afirmare, timp de calitate, atingere fizică, acte de serviciu și oferirea/primirea de cadouri (Chapman & Campbell, 2008).

Aceștia pot fi indicatori ai modului în care copiii dumneavoastră percep că sunt apreciați și incluși și pot facilita procesul de comunicare cu ei. Limbajele pot fi ușor de catalogat dacă vă observați copiii și reacțiile pe care le au la diferite interacțiuni timp de câteva zile. Alternativ, puteți face [un test online](#) pentru a vedea unde vă situați.



1. **Cuvintele de afirmare** sunt direcționate în comunicarea verbală, fie prin expresii verbale (cum ar fi complimente, reasigurare/liniștire, comentarii pozitive etc.), fie prin note scrise, scrisori etc.
2. **Timpul de calitate** este centrat în prezența fizică și se exprimă prin petrecerea timpului împreună cu cei dragi. În timp ce activitățile pot să nu joace un rol atât de important în interacțiune, petrecerea timpului împreună este prioritară și este văzută ca o formă de exprimare/primire a iubirii și/sau a aprecierii. Construirea unor relații puternice este direct legată de conexiunile semnificative care se formează prin petrecerea timpului fizic împreună.
3. **Atingerea fizică** este o expresie non-verbală a iubirii și este centrată pe comunicarea non-verbală și pe crearea intimității. Ea poate fi exprimată prin îmbrățișări, mângâieri, așezarea capului pe umărul cuiva sau orice alt tip de contact fizic (consimțit). Având în vedere că atingerea este primul simț pe care îl dobândim atunci când ne dezvoltăm în copilărie și în copilăria timpurie, unele persoane o percep ca fiind abilitatea de a trimite și de a primi semnale emoționale de la persoanele din jurul lor.
4. **Actele de serviciu** reprezintă o modalitate de a vă exprima aprecierea prin actul de a face ceva pentru/către persoana căreia doriți să îi arătați dragostea, aprecierea sau recunoștința. Constă în lucruri mărunte pe care știți că persoana respectivă le-ar dori, cum ar fi să gătești ceva pentru ea, să rezolvi una dintre sarcinile sale din ziua respectivă, să îi aduci ceva, să faci curățenie pentru ea etc.
5. **Oferirea/primirea de cadouri** este cel mai popular dintre limbajele iubirii și reprezintă o altă modalitate de a vă arăta afecțiunea față de cineva. Deși se concentrează pe cadoul în sine, aceasta este o modalitate de a arăta efortul și timpul pe care l-ați depus pentru a pregăti/găsi cadoul și, de asemenea, de a arăta persoanei că i-ați ascultat dorințele și i-ați acordat atenție.

De obicei, oamenii se simt iubiți și/sau apreciați dacă simt că sunt îngrijiți. Indiferent de vârsta lor, oamenii vor să se simtă ascultați și susținuți, iar un bun început în acest sens este de a afla ce tip de acțiuni le pot oferi aceste sentimente.

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE SUBIECTUL RESPECTIV

Să presupunem că într-o zi copilul dumneavoastră de 14 ani vine și vă spune că și-a făcut un nou prieten care are mai multe relații romantice (și consensuale) în același timp, deoarece este bisexual și nu vrea să se limiteze la a avea relații doar cu persoane de un singur sex. Copilul dvs. menționează, de asemenea, că se gândește că monogamia ar putea să nu fie o opțiune bună pentru el. Dvs, în calitate de părinte monogam care nu are prea mult contact cu practicile non-normative sau cu alte structuri de relații, vă speriați și începeți să vorbiți cu el despre toate riscurile pe care le implică aceste practici, menționând toate aspectele negative și modul în care acest lucru poate afecta părerile oamenilor din jur. Puteți vedea cum li se schimbă chipul și cum încep să se îndoiască de prietenul lor și să se sperie de tot ce ar putea să se întâmple negativ.

În acest context, în loc să acționați în funcție de emoțiile dvs., ceea ce puteți face este să ascultați în mod activ ceea ce are de spus copilul dvs. Dacă nu știți prea multe despre subiect, dar doriți să îl sprijiniți și să aveți o conversație productivă, puteți face un pas înapoi și să-i spuneți că aveți nevoie de puțin timp pentru a cerceta mai multe despre acest subiect înainte de a putea vorbi cu el. Încercați să evitați să respingeți o idee de la început, chiar dacă nu împărtășiți același punct de vedere. Ascultați argumentele pe care le are de spus copilul dumneavoastră și nu uitați că, atâta timp cât ia o decizie în cunoștință de cauză, orice opțiune este valabilă.



Oh, și încă un lucru. Bănuiesc că ați presupus că acel copil este o fată. Dacă este așa, încercați să țineți cont de faptul că stereotipurile și rolurile de gen impuse sunt prezente în mintea noastră chiar și atunci când nu ne dăm seama de acest lucru. Reflecția activă asupra acestui aspect ajută procesul de realizare a egalității de gen.

5. CELE MAI BUNE PRACTICI

5.1. Comunicarea non-violentă (NVC)

NVC este o formă de comunicare bazată pe autoconectare, exprimare sinceră, prezență empatică, autoempatie și utilizarea puterii (Rosenberg, 2012). Când vorbim despre utilizarea puterii ne referim la capacitatea și abilitatea de a direcționa sau influența comportamentul celorlalți sau al evenimentelor.

NVC poate fi personală (pentru conflicte interioare sau pentru a ne elibera de condiționări culturale/vinovă/verșunare etc.), interpersonală (folosită pentru a empatiza cu ceilalți) sau socială (relația ta cu societatea) (Rosenberg, 2012).

Cele 5 elemente principale ale NVC, conform lui Rosenberg (2012) sunt:

- **Conștiința** – Mă exprim într-un mod deschis și onest? Ascult în mod activ și apreciez nevoile celorlalți? Sunt conectat la mine însumi?
- **Gândul** – Judec sau dau vina pe cineva?
- **Limbajul verbal** – Sunt cuvintele mele neutre/fără critici și reproșuri?
- **Comunicare non verbală** – Comunicarea mea non-verbală exprimă același lucru ca și cuvintele mele?
- **Folosirea puterii** – Încerc să domin această persoană pentru a obține ceea ce vreau? Fac o solicitare sau o cerere deghizată?

Atunci când comunicați cu copiii dumneavoastră (sau cu oricine altcineva) încercați să vă gândiți la aceste elemente și la mesajul pe care încercați să îl transmiteți. Gândiți-vă la modul în care vă exprimați, la limbajul corpului, la cuvintele pe care le alegeți și dacă/cum vă folosiți puterea în conversație.

5.2. Ascultarea activă

O bună practică este să vă ascultați activ copiii în loc să ascultați răspunsurile. Ascultarea activă înseamnă să acordați toată atenția interlocutorului, fiind atenți la comunicarea verbală și non-verbală (limbajul corpului). Evitați să întrerupeți, să faceți presupuneri sau să judecați vorbitorul. Atunci când răspundeți, vă puteți arăta interesul repetând mesajul în propriile cuvinte sau punând întrebări pentru a vă asigura că ați înțeles mesajul pe care a vrut să îl transmită. Încercați să empatizați cu ei, să vă puneți în locul lor și să vedeți situația din perspectiva lor.

De asemenea, este util să îi întrebați dacă doresc un sfat sau dacă vor doar să se descarce sau să fie ascultați. În acest fel, evitați să oferiți opinii sau sfaturi care nu au fost cerute și vă concentrați asupra a ceea ce copilul dumneavoastră are nevoie de fapt de la dumneavoastră.

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO

A kid who is expressing their needs verbally in a conversation



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

A kid who receives a gift and tells the person that gave it to them that they don't really like gifts but they do appreciate the gesture. For the future, they suggest spending quality time together with that person instead of receiving gifts from them.

A parent who is going to have a talk about different relationship structures/identities with their kid after reading on the internet and talking to an expert on the topic.

Two people having a dialogue. One of them is making a request that crosses the boundary of the second one. The person whose boundary was crossed is explaining calmly why they are not okay with what happened and suggesting a different way to phrase/express what the first person needed.



5.2. COMUNICAREA CU EDUCATORII (GHID NUMAI PENTRU EDUCATORI)

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Este extrem de important să predăm într-o manieră incluzivă, feministă și queer.
- ✓ Predarea într-o manieră intersecțională ajută la creșterea gradului de conștientizare și la înțelegerea unor subiecte complexe din perspective diferite.
- ✓ Se concentrează pe producerea de cunoștințe feministe/queer/post-coloniale, decoloniale și anti-rasiste prin predarea cu privire la gen, rasă, clasă și sexualitate.
- ✓ Crearea unui spațiu mai sigur și a accesului la resurse.
- ✓ Educatorii ar fi ideal să fie o referință pentru copiii care își pun întrebări cu privire la identitatea lor.

2. INTRODUCERE

Din cauza societății heteronormative în care trăim, este foarte ușor pentru copii să devină confuzi sau să înceapă să simtă că ceva este în neregulă cu ei doar pentru că nu par să se încadreze în construcțiile sociale binare. Aceste construcții sunt prezente în tot ceea ce ne înconjoară, începând cu cercurile familiei și ale prietenilor noștri, social media, filme, jocuri etc. Din acest motiv, educatorii pot juca un rol important în procesul de descoperire al copiilor.

Acest rol poate fi axat pe două subiecte principale: responsabilizarea și siguranța. Împuternicirea copiilor de a pune întrebări și de a apăra ceea ce cred, combinată cu crearea unui spațiu mai sigur, poate juca un rol important în dezvoltarea lor, atât la nivel personal, cât și la nivel social.

Dacă vă doriți să creați un spațiu care să includă egalitatea de gen pentru fiecare copil, câteva aspecte vă pot ajuta să faceți diferența: 1) crearea unui spațiu mai sigur, 2) predarea într-o manieră incluzivă queer-feministă, 3) predarea intersecționalității, 4) crearea unui mediu favorabil greșelilor și 5) împuternicirea elevilor dumneavoastră.

3. DEZVOLTAREA SUBTEMEI

3.1. Spații mai sigure

Nu există un spațiu sigur în cadrul unui grup, deoarece este nerealist să crezi că poți satisface nevoile și dorințele tuturor în același timp. Ceea ce puteți face este să creați un spațiu mai sigur, în care fiecare să simtă că se poate exprima și împărtăși ideile, dorințele și nevoile sale fără teama de a fi judecat.

În procesul de creare a unui spațiu mai sigur:

- Încercați să fiți conștienți de privilegii
- Luați în considerare mediul în care trăiesc copiii
- Încercați să vedeți ce pot face oamenii cu propriile lor resurse
- Creați oportunități pentru ca aceștia să participe la schimbul de cunoștințe. Folosiți jocuri/cărți/activități pentru a le oferi instrumente pentru acțiune



- Utilizați diferite metode de predare pentru a încuraja pe toată lumea să contribuie. Unii copii se exprimă mai bine prin dezbateri sau activități verbale, în timp ce alții preferă să se exprime prin artă (desen/pictură/lucrări de artizanat etc.) sau prin activități care implică utilizarea corpului (teatru, pantomimă etc.).
- Fiți empatici și ascultați activ ceea ce au de spus.
- Oferiți tuturor spațiul și timpul de care au nevoie. Unii copii au nevoie de mai mult timp pentru a se simți suficient de confortabil pentru a participa activ.
- Recunoașteți și apreciați nevoile minorităților în cadrul unui grup.
- Crearea unui spațiu mai sigur are o legătură directă cu **rezolvarea conflictelor**. Atunci când apare un conflict, nu uitați că acestea sunt determinate de emoții. Dacă cineva simte emoții puternice, oferiți-i spațiu pentru a le procesa și, eventual, oferiți-i sprijinul dvs. pe parcursul acestui proces. Încercați să deescalați situația prin găsirea unei viziuni comune și a unei soluții la problemă. Fiți gata să vă asumați rolul de mediator. În calitate de educator, atunci când vă ocupați de un conflict, atenția dumneavoastră se va concentra pe ambele părți implicate. Încercați să începeți prin a sprijini persoana afectată, inventariind nevoile acesteia și făcând tot posibilul pentru a le satisface. După aceea, sprijiniți persoana cu un comportament inadecvat/persoana care a încălcat un acord încheiat, deoarece este posibil să aibă nevoie de educație sau de explicații pe această temă. Verificați dacă spectatorii au nevoie de sprijin sau de îngrijire ulterioară și nu uitați să verificați ulterior toate persoanele implicate, inclusiv spectatorii, deoarece emoțiile și nevoile lor s-ar putea schimba în acest timp.

3.2. Predarea într-o manieră incluzivă queer-feministă

A preda într-o perspectivă incluzivă queer-feministă nu înseamnă a preda o istorie detașată de prezent, ci mai degrabă a analiza aspectele rasiale, de clasă și economice ale structurilor de putere. Le permite elevilor să învețe despre putere (folosirea și abuzul de putere) luând în considerare experiențele lor trăite și gândindu-se la emoțiile, sentimentele și corpurile lor ca "spații și arhive de producere a cunoașterii" (Mehta, 2019).

Înseamnă să învățăm despre consecințele trecutului, urmărind impactul colonialismului și întreaga noastră istorie ca societate. Atunci când analizează prezentul, structurile de putere și lipsa egalității de gen, copiii își pot forma perspectiva și gândurile făcând conexiuni cu modul în care societatea noastră a ajuns în acest punct și de ce egalitatea de gen este în starea în care este. Înțelegând aceste conexiuni, ei pot găsi modalități de a-și modela comportamentul într-un mod incluziv.

Mediul de încredere este un factor cheie în această abordare didactică. Încercați să evitați consolidarea rolurilor tradiționale de gen, slut shaming sau umilirea oricăror practici non-normative pentru a stimula curiozitatea copiilor și pentru a-i determina să pună la îndoială inegalitățile de gen și de putere.

3.3. Intersecționalitate

Intersecționalitatea este un cadru care ajută la reflectarea importanței analizei relației dintre diferitele inegalități și diferitele tipuri de discriminare. Contribuie la crearea unei imagini mai largi și mai complete a realității în care trăim, arătând legăturile dintre aceste inegalități. Indiferent de vârsta copiilor, analizarea unui fenomen/situație/problemă din diferite perspective îi învață pe aceștia să creeze conexiuni între diferiți factori, sporindu-le înțelegerea analitică.

Aceeași intersecționalitate urmărește să arate relațiile de putere care afectează fiecare sferă a vieții într-o societate, cum ar fi economia, sănătatea, accesul la educație și politica. De exemplu, dacă predați despre egalitatea de gen, puteți încerca să includeți în discuție subiecte precum accesul la sănătate, educație, religie, poziție geografică, relații de putere.



Încercați să arătați diferitele domenii care pot fi luate în considerare, precum și diferitele persoane și/sau instituții care pot face parte din acestea sau pot fi afectate de acestea (persoane care fac parte din comunitatea LGBTQ+, școli, forțele de ordine, organizații non-guvernamentale (ONG-uri) sau organizații care lucrează pentru egalitatea de gen etc.). Procedând astfel, îi veți face pe copii să conștientizeze că există mai mulți factori care contribuie la această situație și care ar putea fi luați în considerare. Îi veți învăța să privească situația din diferite perspective și să facă legătura între inegalități și diferite tipuri de discriminare (de exemplu, o femeie care a migrat într-o altă țară se poate confrunta în același timp cu discriminarea de gen, discriminarea minorităților și discriminarea lingvistică).

3.4. Mediu favorabil greșelilor

Adesea, copiii și tinerii se tem să facă greșeli și să fie judecați pentru acestea în fața colegilor lor. Crearea unui mediu favorabil greșelilor este o abordare bună care încurajează chestionarea și învățarea. Nu există răspunsuri corecte sau greșite și toată lumea este binevenită să contribuie la discuție. Pentru a crea un astfel de mediu, încurajați-i pe copii să pună întrebări, să dezbată și să facă schimb de idei între ei. În acest fel, ei se vor simți susținuți să împărtășească din ce în ce mai mult și vor muta accentul pe cunoștințele în sine, mai degrabă decât pe persoana care le împărtășește.

Câteva lucruri care vă pot ajuta să creați acest tip de mediu sunt:

- Încurajați-i pe copii să nu se întrerupă între ei atunci când cineva vorbește (sunt incluse reacțiile verbale de aprobare/dezaprobare)
- Încurajați folosirea limbajului corpului în cazul în care cuiva îi place o idee. De exemplu, scuturarea palmelor înseamnă aprobarea/susținerea ideii.
- Atunci când cineva face o greșeală, încurajați-l să-și ceară scuze și să învețe din ea.
- Folosirea pedepsei ca soluție nu are un efect pozitiv asupra procesului de învățare al copiilor. Ceea ce puteți face în schimb este să vă concentrați asupra acțiunilor viitoare mai degrabă decât asupra momentului în care a fost făcută greșeala. De exemplu, în cazul în care cineva se adresează greșit unui alt elev sau împărtășește o informație incorectă, vă puteți concentra pe conștientizarea greșelii, permițându-i să se corecteze și să meargă mai departe cu discursul său.
- Reamintiți-le elevilor că suntem cu toții oameni și că suntem predispuși să facem greșeli, căci așa învățăm. Este important să învățăm din aceste greșeli în loc să ne blocăm în ele.

3.5. Împuternicire

Ce este împuternicirea? Conceptul de împuternicire își are rădăcinile în Mișcarea pentru drepturile civile din SUA, în Pedagogia celor oprimați de Paulo Freire și într-o varietate de mișcări axate pe realizarea egalității (SCI Italia, 2022).

Împuternicirea prin predare înseamnă a-i face pe copii să simtă că pot fi oricine își doresc să fie, fără nicio vină, rușine sau îndoieli, că se pot realiza pe deplin într-un grup și că pot părăsi acel grup cu mai multă încredere în lumea exterioară.

Dacă doriți să obțineți împuternicire, autoajutorarea, autoprovocarea și autoeducația sunt un bun punct de plecare. Împuternicirea se concentrează pe colaborare, având o perspectivă de forță, solidaritate și parteneriat.

Unele metode pe care le puteți folosi pentru a încuraja responsabilizarea sunt:

- Teatrul celor oprimați
- Încurajarea voluntariatului



- Povești/Biblioteca vie
- Activități de reflecție (individuale sau în grup)
- Implicați copiii în procesul de luare a deciziilor și în structurile care îi afectează (de exemplu, puteți crea un acord de grup).
- Creați un spațiu deschis în care să își împărtășească propriile abilități/cunoștințe pe diferite subiecte, asumându-și un rol de predare pentru o perioadă scurtă de timp.
- Includeți diferite tipuri de exprimare în lecțiile dumneavoastră: artă, muzică, rezultate creative

Câteva lucruri pe care le-ați putea evita dacă doriți să încurajați responsabilizarea:

- Preluarea controlului situației de la/din partea altor persoane
- Luarea deciziilor bazate pe presupuneri în loc să vă întrebați despre nevoile și dorințele elevilor
- Neglijarea introspecției/reflecțiilor individuale
- Impunerea opiniilor sau acțiunilor asupra grupului
- Punerea indivizilor în centrul atenției, cerându-le să vorbească/contribuie
- Credința că o anumită metodă funcționează pentru toată lumea
- Ignorarea altor probleme în curs de rezolvare

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE SUBIECTUL RESPECTIV

Să presupunem că aveți o dezbatere despre feminism în clasă și o persoană spune că feminismul este greșit, deoarece înseamnă că femeile vor avea avantaje față de bărbați și că echilibrul se va schimba în loc să se creeze o egalitate. Un alt elev vrea să răspundă și începe să vorbească înainte ca primul elev să-și termine ideea. Al doilea elev începe să râdă și să spună că nu acesta este scopul feminismului. O situație ca aceasta ar putea escalada rapid într-un conflict și în batjocorirea (shaming-ul) unora dintre elevi pentru că nu știu anumite lucruri.

Ceea ce ați putea face în acest moment, în calitate de educator, este să detensionați situația. Puteți începe prin a le reaminti elevilor să se lase reciproc să își termine propozițiile înainte de a exprima un alt punct de vedere. În al doilea rând, le puteți reaminti că acesta este un mediu propice greșelilor, iar rușinarea/tachinările nu ajută în procesul de învățare. După aceea, ați putea întreba dacă cineva din clasă dorește să explice definiția feminismului pentru a crea un schimb de cunoștințe fără a pune un elev în centrul atenției. În acest fel, elevii ar putea fi încurajați să se simtă mai în siguranță în procesul de a face greșeli și să învețe din ele, în loc să se rușineze și să evite participarea ulterioară.

5. CELE MAI BUNE PRACTICI

5.1. Cutia cu întrebări anonime

Creați un spațiu în care copiii să poată pune în mod anonim orice întrebare legată de sex/gen/identitate/structuri de relații etc. și invitați experți externi care pot răspunde la aceste întrebări (lucrători de tineret, educatori etc.). Procedând astfel, creați un spațiu sigur în care copiii pot pune întrebări legate de sexul și identitatea lor, fără a se expune sau a se simți obligați să împărtășească informații personale. Aducerea unor experți



externi contribuie la a le arăta copiilor perspective diferite și stiluri de viață diferite, încurajând astfel curiozitatea și explorarea. De asemenea, înlătură timiditatea și/sau evitarea de a pune o întrebare știind că profesorul de zi cu zi o va vedea și va răspunde.

5.2. Utilizarea unui limbaj incluziv/neutru din punct de vedere al genului

Limbajul incluziv sau neutru din punct de vedere al genului este limbajul care evită prejudecățile față de un anumit sex sau gen social. Prin urmare, acesta nu discriminează pe nimeni.

Utilizarea unui limbaj incluziv sau neutru din punct de vedere al genului are un impact puternic în procesul de realizare a egalității de gen. Acesta poate fi utilizat atunci când ne adresăm unui grup de persoane, de exemplu "oameni/colegi/copii" în loc de "băieți și fete/tinere femei" și joacă un rol valoros atunci când vorbim despre titlurile profesionale și rolurile sociale. În majoritatea limbilor, titlurile de locuri de muncă și rolurile sociale sunt de gen, de exemplu "stewardesă" sau "polițist". Limbajul incluziv de gen folosește substantive neutre, care nu sunt specifice genului, pentru a evita perpetuarea rolurilor de gen și a ideii că unele profesii sunt destinate doar unui anumit gen. Astfel, în loc de "stewardesă", încercați să spuneți "însoțitoare de bord", iar în loc de "polițist", încercați "ofițer de poliție". Prin utilizarea unui limbaj neutru, încurajați o abordare egală între sexe și îi învățați pe copii să pună la îndoială rolurile de gen și atribuțiile și așteptările care vin cu acestea.

Puteți citi mai multe despre limbajul neutru pe tema [sexismului](#).

5.3. Acordul de grup

Introduceți ideea de a avea un acord de grup. Având în vedere faptul că oamenii provin din medii diferite și au nevoi diferite, un acord de grup este o modalitate care i-ar ajuta pe toți să se simtă mai în siguranță, mai incluși și mai confortabil să se exprime prin stabilirea unor limite comune.

Întrebați-i pe copii de **ce au nevoie pentru a se simți mai în siguranță și confortabil** în timpul pe care îl petreceți împreună. Le puteți oferi câteva subiecte principale pe care le pot lua în considerare, cum ar fi sarcinile în timpul cursurilor, limbajul (de exemplu, neutru/incluziv), conștientizarea, nevoile personale etc.

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO

A teacher in a class creating a group agreement with her students, which will be respected by everyone during classes

An expert holding a workshop in class and answering to anonymous questions on sex/gender identity asked by students through an anonymous box for questions

A dialogue between a student and a teacher showing that making mistakes is okay as long as you recognize them and learn from them – creating a mistake friendly environment



5.3. IGNORAREA PROBLEMELOR LEGATE DE IDENTITATEA DE GEN

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Genul este o construcție socială, în timp ce identitatea de gen este sentimentul persoanei de apartenență la una (sau niciuna) dintre categoriile de gen
- ✓ Identitatea de gen nu este același lucru cu expresia de gen
- ✓ Heteronormativitatea nu este singura opțiune valabilă
- ✓ Este normal și important să îți pui la îndoială identitatea de gen
- ✓ Ignorarea problemelor legate de identitatea de gen poate duce la potențiale daune/suiciduri

2. INTRODUCERE

OMS (2022) descrie genul ca fiind ceva ce se referă la caracteristicile femeilor, bărbaților, fetelor și băieților. Aceasta include norme, comportamente și roluri care sunt asociate cu faptul de a fi femeie, bărbat, fată sau băiat. Toate aceste caracteristici sunt construite din punct de vedere social, ceea ce înseamnă că ele pot diferi între culturi, în diferite locații geografice și se pot, de asemenea, schimba în timp. Cu toate acestea, genul nu înseamnă doar bărbați și femei, ci este mai degrabă reprezentat ca un spectru plin de opțiuni diferite, cum ar fi intersex, agender, non-binar etc. Descoperirea identității personale de gen este un proces, la fel ca și descoperirea sexualității.

3. DEZVOLTAREA SUBTEMEI

Un punct de plecare poate fi reprezentat de The Flying Gender Unicorn, reprezentat în Figura 2. Această figură sintetizează diferențele dintre sexul biologic, genul și atracția.

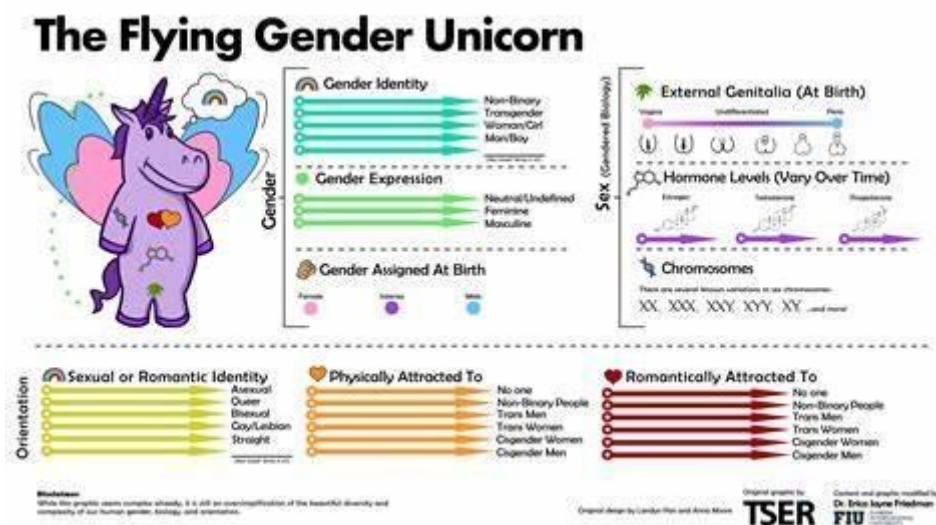


Figura 5. Unicornul zburător de gen



Trans Student Educational Resources (TSER), 2015 & PhD. Erica Jayne Friedman

Atunci când vorbim despre identitatea de gen, este necesar să clarificăm câțiva termeni care sunt adesea asociați cu identitatea persoanei. Acești termeni sunt: identitate de gen, expresie de gen și genul atribuit la naștere. Chiar dacă acești trei termeni pot fi legați unul de celălalt în unele cazuri (de exemplu, o persoană care a fost desemnată femeie la naștere poate avea o expresie de gen feminină – alegeri vestimentare, coafură etc.), există cazuri în care aceștia nu au această legătură (de exemplu, o persoană care a fost desemnată bărbat la naștere se poate identifica ca persoană non-binară și poate avea o expresie de gen feminină). Din cauza mentalității heteronormative care este larg răspândită în societatea noastră, majoritatea oamenilor s-au obișnuit cu binaritatea de gen – masculin & feminin – și cu presupunerea că genul atribuit la naștere ar trebui să corespundă cu identitatea de gen și expresia de gen a persoanei în cauză. Pentru a deconstrui acest lucru și pentru a fi atenți la diversitatea care ne înconjoară, trebuie să clarificăm câțiva dintre acești termeni.

3.1. Care este diferența dintre gen și sex?

Sexul se referă la aspectele biologice/medicale privind masculinitatea și feminitatea. Atunci când oamenii se nasc, li se atribuie un anumit sex pe baza caracteristicilor fizice ale corpului lor. Persoanele intersex se nasc cu caracteristici fizice care sunt asociate cu ambele sexe. În unele țări, acestea pot fi atribuite ca fiind persoane intersex, în timp ce în altele medicii pot efectua operații de atribuire a sexului la bebeluși prin îndepărtarea anumitor părți fizice ale corpului, lăsându-le astfel pe cele atribuite doar unuia dintre cele două sexe binare.

3.2. Identități de gen

Genul atribuit unei persoane la naștere nu corespunde neapărat cu genul cu care se identifică persoana respectivă. Sentimentul personal de apartenență la una (sau la niciuna) dintre categoriile de gen se numește **identitatea de gen** a acestei persoane. De exemplu, o persoană căreia i s-a atribuit sexul și automat și genul de femeie la naștere poate simți că aparține categoriei de gen masculin sau oricărui alt gen din infinitatea de opțiuni din spectrul de gen. Faptul de a nu se identifica cu genul, care v-a fost atribuit la naștere, se numește disforie de gen (Psych Control, 2022).

Dacă o persoană se identifică cu genul care i-a fost atribuit la naștere, este considerată **cisgender**. În cazul în care genul care a fost atribuit nu se potrivește cu identitatea lor de gen, acestea sunt considerate **transgender**, deoarece "schimbă" genul care le-a fost atribuit sau care se așteaptă de la ele să îndeplinească. Există multe forme și moduri diferite de identificare a persoanelor, iar acest lucru ar trebui să fie întotdeauna luat în considerare atunci când se lucrează cu oamenii.

În timp ce o persoană se poate identifica ca bărbat, femeie sau ca orice alt gen, ea poate, de asemenea, să schimbe între acestea într-un mod fluid. Noi numim acest lucru **fluiditate de gen**. O persoană cu fluiditate de gen se identifică cu mai multe genuri și fluctuează între acestea, deoarece nu simte că s-ar putea încadra complet în una dintre categoriile de gen.

O persoană care nu se simte ca aparținând nici uneia dintre aceste categorii se poate identifica ca fiind **non-binară**.

Atât **sexul**, cât și **genul** sunt reprezentate pe **un spectru**. Oamenii pot fi sau se pot simți mai mult sau mai puțin feminini sau masculini și pot exprima acest lucru într-o varietate de moduri.

Dezvoltarea identității personale de gen și/sau sexuale poate fi un proces de lungă durată, care va necesita conștientizare de sine, reprimare și acceptare. Acesta este legat de dezvoltarea unui statut intim, de explorarea diferitelor opțiuni și de găsirea unei comunități care să vă sprijine pe parcursul acestei călătorii. Poate include, de asemenea,



împărtășirea identității personale cu prietenii și familia, ceea ce face ca acest proces să fie unul sensibil, care plasează persoana care împărtășește/explorează într-o poziție vulnerabilă.

Puteți citi mai multe despre identitatea de gen la [subiectul 2.1](#).

3.3. Expresia de gen

Expresia de gen se referă la modul în care oamenii se exprimă prin îmbrăcăminte, folosirea machiajului, tunsoarea pe care o au, etc. De-a lungul istoriei, societățile au legat anumite moduri de a se îmbrăca, de a se coafa sau de a purta accesorii de un anumit gen. De exemplu, machiajul sau purtarea multor bijuterii sunt asociate cu femeile, iar părul scurt este asociat cu bărbații. În prezent, oamenii pun din ce în ce mai mult sub semnul întrebării aceste standarde, normalizând diferite tipuri de exprimare a genului. Cel mai comun exemplu ar fi ca o persoană care se identifică ca bărbat să poarte o rochie sau să se machieze, deoarece expresia de gen nu trebuie să fie legată de identitatea sa de gen.

Puteți citi mai multe despre expresia de gen în [subiectul 2.2](#).

3.4. Roluri de gen

O componentă importantă a genului este reprezentată de rolurile pe care societatea le-a asociat acestora. Multă vreme, activitățile de îngrijire (care work – curățenie, gătit, îngrijirea copiilor sau a persoanelor în vârstă etc.) a fost considerată o "treabă de femeie", iar bărbații trebuiau să fie responsabili de a aduce bani în casă. Deși aceste percepții se schimbă, rolurile de gen sunt adânc înrădăcinate în societatea noastră și în noi înșine și este important să fim conștienți de așteptările pe care le avem și de diferitele roluri pe care le atribuim oamenilor (de exemplu, atunci când delegăm sarcini).

Să fim sensibili la așteptările noastre personale în materie de gen și să acordăm tuturor aceleași sarcini și responsabilități atunci când lucrăm cu ei sunt câteva lucruri care ne pot ajuta să navigăm prin problemele legate de rolurile de gen. În acest fel, toată lumea poate contribui la toate și nu va exista o anumită așteptare ca un anumit gen să îndeplinească anumite sarcini (de exemplu, femeile trebuie să gătească). Rolurile de gen sunt, de asemenea, legate de identitățile de gen, având în vedere că, odată ce ți se atribuie o anumită identitate de gen, se așteaptă, de asemenea, să îndeplinești un anumit rol și să te prezinți în fața lumii într-un anumit mod. Pe lângă faptul că este o practică înrădăcinată în patriarhat, atribuirea de roluri de gen (care se bazează, de asemenea, pe binariul de gen și resping automat alte genuri) poate cauza probleme de identitate de gen în interiorul propriei persoane sau în rândul persoanelor cu care lucreți.

Puteți citi mai multe despre rolurile de gen la [subiectul 9.3](#).

3.5. Heteronormativitatea

Heteronormativitatea este conceptul care descrie heterosexualitatea ca fiind norma în societatea noastră. Presupune heterosexualitatea tuturor și binaritatea de gen (bărbat sau femeie). Această presupunere vine, de asemenea, cu așteptări legate de exprimarea genului, distribuția sarcinilor, poziția socială etc.

Avem tendința de a privi lumea într-un mod heteronormativ. De exemplu, în majoritatea poveștilor, filmelor, serialelor noastre, este descrisă o orientare heterosexuală. Prinții se căsătoresc cu prințese, iar copiii au o mamă și un tată. Vedem heterosexualitatea ca fiind "norma", iar persoanele heterosexuale sunt considerate "normale". În activitatea cu tinerii ar trebui să fim sensibili la acest lucru și să facem tot posibilul pentru a include în munca noastră tot ceea ce nu se încadrează în acest "standard". Există o mulțime de alte orientări sexuale și ar trebui să le cunoaștem pe toate. Oamenii se pot identifica ca homosexuali, lesbiene sau bisexuali, dar și ca pansexuali (atrași de toate genurile), asexuali sau orice altă sexualitate din spectrul sexual. Unele persoane sunt atrase în mod romantic de un gen și atrase fizic de un gen diferit.



Puteți citi mai multe despre heteronormativitate la [subiectul 2.3](#).

3.6. Ce se întâmplă dacă ignori problemele legate de identitatea de gen

Mulți activiști și organizații care lucrează pentru a face vizibilă diversitatea de gen afirmă că majoritatea problemelor cu care se confruntă persoanele cu dismorfie de gen sau cu o identitate de gen diferită nu se datorează identității lor, ci mai degrabă problemelor apărute în urma confruntării cu problemele sociale care decurg din aceasta. Dintre acestea, bullying-ul (mental și emoțional), depresia, anxietatea și abuzul de substanțe sunt unele dintre cele mai frecvente efecte ale ignorării identității de gen a unei persoane (Psychologist Anywhere Anytime, 2019).

Atunci când ignori identitatea de gen a cuiva, îi spui că nu există. Că versiunea în care simt că este ea însăși și pe care vrea să o prezinte lumii nu este validă, deoarece nu se încadrează într-una dintre căsuțele binare despre care am fost învățați sau în căsuța care le-a fost atribuită la naștere. Acest lucru duce adesea la reducerea contactelor sociale sau chiar la izolare pe baza respingerii sociale pe care o întâmpină.

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE SUBIECTUL RESPECTIV

Situațiile de discriminare pot escalada rapid. Să spunem că mergeți să vă luați copilul de la școală și observați un nou coleg de clasă care poartă haine asociate cu femeile (cum ar fi o fustă sau o rochie), dar corpul său pare masculin. Copilul dvs. vine la dvs. și începe să vă vorbească despre acest coleg de clasă, spunându-vă că persoana respectivă este ciudată și confuză pentru că nu-și cunoaște propriul sex. Noul coleg de clasă vă aude și începe să se îndepărteze de grup, preferând să rămână singur într-un spațiu mai izolat decât să audă comentariile răutăcioase sau șușotelile celorlalți copii.

În această situație, îi puteți explica copilului dvs. că identitatea de gen este diferită pentru fiecare persoană și că, indiferent de modul în care o persoană se prezintă sau de identitatea de gen pe care o are, aceasta trebuie să fie respectată. Puteți explica faptul că nu este nimic rău în a fi diferit și că este important să conștientizăm această diferență pentru a o putea respecta.

5. CELE MAI BUNE PRACTICI (pentru profesori și pentru familii)

Cazurile de discriminare și abordarea problemelor legate de identitatea de gen pot fi foarte complexe. Iată câteva practici care vă pot fi de ajutor:

5.1. Educați-vă

Citiți pe tema identității de gen și informați-vă despre diferitele aspecte, dimensiuni și posibilități care există. Cele mai bune surse sunt adesea cele create de persoanele care trec prin situația pe care o analizați. Așadar, dacă doriți să aflați mai multe despre identitățile de gen, ar fi indicat să citiți articole/bloguri/cărți scrise și concepute de persoane care nu se conformează binarității de gen. Aceștia pot fi, de exemplu, persoane queer/non-binare/agender/genderfluid, doar pentru a menționa câteva.

Educându-vă pe voi înșivă, ajutați și la educarea altor persoane. Deschiderea conversației, punerea sub semnul întrebării a binarității de gen sau a ideii că există doar anumite identități de gen care sunt "valide" și că acestea trebuie să se potrivească cu un anumit sex sunt doar câteva lucruri care pot contribui la vizibilitatea problemei și la educarea oamenilor în acest sens.

5.2. Întrebați în loc să presupuneți

Atunci când cunoașteți o persoană nouă, puteți întreba întotdeauna care sunt pronumele sau modul în care se identifică, astfel încât să evitați să o identificați greșit. Este foarte frecvent să presupunem identitatea de gen a oamenilor în loc să întrebăm, iar acest lucru



poate duce la o comunicare greșită, la momente inconfortabile și chiar la probleme mai grave dacă este o situație recurentă (de exemplu, probleme de sănătate mintală pentru persoana care nu se conformează biarității de gen).

5.3. Conducere prin exemplu

Urmând primele două practici, dați deja un exemplu. Indiferent dacă vă conformați sau nu binarității de gen, conștientizarea construcțiilor sociale și a spectrului infinit de genuri face deja o diferență pentru persoanele care fie își pun la îndoială identitatea de gen, fie nu se conformează cu identitatea pe care se așteaptă să o îndeplinească.

Acte simple, cum ar fi să vă informați și să vă prezentați cu pronumele dvs. atunci când întâlniți pe cineva nou, sunt deja un pas mai aproape de normalizarea acestei situații pentru ceilalți.

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO

Various people who are dressed in a gender non-conforming way – ex. people who have a male presenting body are dressed with skirts and make up

Two people introducing themselves to each other with names and pronouns

A teacher showing to a poster with different gender identities



5.4. COMUNICAREA CU COPIII

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Fiți atenți la contextul în care vă aflați și la privilegiile pe care le puteți avea
- ✓ Explorarea și învățarea fac parte din călătoria de autodescoperire
- ✓ Toată lumea are dreptul să fie cine vrea să fie, iar noi ar trebui să respectăm acest lucru
- ✓ Este în regulă să faci greșeli, atâta timp cât înveți din ele

2. INTRODUCERE

După cum s-a menționat în paginile anterioare, egalitatea de gen nu este un subiect izolat, ci mai degrabă unul intersecțional, deoarece este legat de gen și identitate sexuală, clasă, rasă, cultură etc. Prin urmare, explorarea și învățarea despre tine, despre identitatea ta și despre cum poți contribui la un mediu mai incluziv pentru toată lumea (și să ajuți la atingerea egalității de gen) este un proces care arată diferit pentru fiecare dintre noi. Ceea ce contează este să ne păstrăm o minte deschisă și să încercăm să fim conștienți de prejudecățile noastre și de sentimentele pe care le proiectăm asupra celorlalți.

3. DEZVOLTAREA SUBTEMEI

3.1. Fiți atenți la context

Atunci când discutăm despre subiecte complexe, cum ar fi egalitatea de gen, este important să luăm în considerare locul nostru de plecare. Acest loc reprezintă punctul nostru de plecare, mediul în care ne-am născut și privilegiile pe care le deținem din punct de vedere rasial, cultural și social. Cu alte cuvinte, este contextul care se află în spatele analizei noastre asupra subiectului. Acestea sunt lucruri cu care te-ai născut și asupra cărora nu ai nicio putere. Ceea ce poți face însă este să recunoști că ai putea avea anumite avantaje (privilegii) și să le folosești pentru a crea egalitate pentru toată lumea. Este important să recunoaștem acest punct de plecare, deoarece aceasta este baza pe care o folosim pentru a filtra informațiile și pentru a percepe subiectul dintr-un anumit punct de vedere. Punctele noastre de vedere sunt influențate de mediul în care trăim și de cât de mult suntem afectați de subiectul în cauză.

Atunci când vorbim despre egalitatea de gen, punctul de vedere al unui bărbat alb din clasa de mijloc dintr-o țară din Europa de Vest nu va fi același cu punctul de vedere al unei persoane queer din clasa muncitoare dintr-o țară asiatică, deoarece experiențele lor pot fi extrem de diferite. În timp ce pentru unii oameni egalitatea de gen pare a fi realizată, alții o văd ca pe o lume utopică, motiv pentru care este important să se ia în considerare aspecte precum clasa socială, rasa, religia etc. Pentru a avea o viziune completă asupra unui subiect, țineți cont de faptul că perceperea acestuia din diferite locații geografice, contexte sociale, medii religioase etc. face parte din proces. Această abordare va oferi o imagine apropiată de o realitate generală, mai degrabă decât să se concentreze pe o viziune restrânsă.

3.2. Descoperirea identității

Ai simțit vreodată că te poți încadra 100% într-una dintre categoriile de gen binar? (Educație privind identitatea, 2022)

Ai simțit vreodată că ești atras 100% de un anumit gen și nimic altceva?



Ai simțit vreodată că poți fi 100% ceva?

O mare parte dintre activiștii și organizațiile care se ocupă de egalitatea de gen și de identitatea de gen au ajuns la concluzia că majoritatea copiilor nu primesc niciodată una dintre aceste întrebări și nu sunt încurajați să își pună aceste întrebări.

Nu există răspunsuri corecte sau greșite. Descoperirea identității, fie că este vorba de gen sau de identitate sexuală (sau de oricare alta) este un proces complex care necesită timp și răbdare. Atunci când treceți prin acest proces, Dara Hoffman-Fox (2021), expertă în creșterea gradului de conștientizare a persoanelor trans, sugerează câteva lucruri care ar putea face procesul mai ușor:

- **Îndepărtați etichetele**

Dacă nu vă simțiți confortabil în a pune o etichetă pe identitatea dvs. de gen sau sexuală (cum ar fi transsexual, bisexual, bărbat/femeie/persoană non-binară etc.), nu trebuie să o faceți. Nu este nevoie și nu este nicio grabă în a avea un cuvânt care să descrie cum vă simțiți în interior. Dacă punerea unei etichete este ceva care funcționează pentru voi, un ezitați! Dacă nu este, nu trebuie să fiți presați și să încercați să grăbiți procesul de autodescoperire doar pentru a ajunge la un punct în care să puteți pune acea etichetă. Ceea ce contează este să vă puneți întrebări pentru a descoperi cu ce vă simțiți confortabil și ce vă creează disconfort. Când resimțiți acel disconfort? Există anumite circumstanțe?

- **Construiți un sistem de sprijin**

Să fii înconjurat de oameni care au încredere în tine și în procesul tău și care te respectă este esențial pe tot parcursul descoperirii tale. Aceste persoane pot fi membri ai familiei, prieteni, consilieri, grupuri de sprijin etc. Este important să poți vorbi despre procesul tău cu persoane care sunt dispuse să te asculte și să te susțină la nivel emoțional și mental. Dacă acest tip de sprijin lipsește în prezent, grupurile de sprijin online sunt o modalitate bună de a începe (grupuri de socializare).

- **Fă ceea ce se simte ca o afirmare de gen**

Realizarea faptului că nu te simți aliniat cu genul care ți-a fost atribuit la naștere este primul pas pentru a începe să explorezi lucruri care te fac să te simți mai bine în ceea ce privește afirmarea genului. Câteva opțiuni pe care le poți încerca pot fi crearea unui cont de social media cu numele și/sau pronumele cu care te simți aliniat, jocul cu expresia de gen prin intermediul hainelor și accesoriilor în intimitatea propriei camere sau rugându-ți prietenii apropiați să folosească numele/pronumele cu care te simți aliniat.

Odată ce începeți să încercați diferite opțiuni, veți descoperi ce este mai confortabil și ce a fost doar un experiment în acest proces. Acesta este modul în care se construiește identitatea.

Ceea ce contează cel mai mult este să vă faceți timp să vă puneți aceste întrebări și să îi încurajați și pe alții să facă același lucru.

Explorarea și învățarea sunt două componente valoroase în procesul de dezvoltare personală. Este în regulă să nu fiți siguri de sexul, genul sau orientarea sexuală. Crescând, suntem învățați să gândim într-un mod binar, deoarece majoritatea reprezentărilor pe care le vedem și le auzim sunt binare, heteronormative și monogame. Cu alte cuvinte, "normal", sau mai bine zis "normalizat". Orice altceva care nu se încadrează în aceste categorii este considerat în cea mai mare parte ciudat sau greșit.

Este complet normal să vă puneți la îndoială identitatea, genul și sexualitatea, chiar dacă înainte credeți că sunteți 100% siguri de ele. Fără explorare, nu poți descoperi lucruri noi și s-ar putea să rămâneți blocați în aceeași rutină și în aceleași obiceiuri și activități vechi,



ceea ce va îngreuna dezvoltarea. Schimbarea mediului în care vă aflați poate contribui la această creștere. Repetarea acelorași tipare și rămânerea în aceleași medii și cu aceleași persoane, fără a pune nimic la îndoială sau a te întreba dacă asta îți dorești sau dacă este ceea ce este cel mai bine pentru tine, nu te va ajuta să descoperi cine ești cu adevărat și de ce ai nevoie cu adevărat.

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE SUBIECTUL RESPECTIV

Q, un copil de 12 ani din gimnaziu, trece prin procesul de descoperire a identității și, chiar dacă a fost desemnat bărbat la naștere, se simte incomfortabil cu această identitate și încearcă să descopere cine este cu adevărat. După ce s-a documentat puțin, a citit câteva cărți și a văzut câteva videoclipuri pe rețelele de socializare, au dat peste termenul "non-binar" și a început să citească despre acesta. Destul de repede s-a simțit cu adevărat aliniat și s-a identificat cu tot ceea ce citea, așa că a decis să încerce și să vadă dacă asta era identitatea sa de la bun început. În timp ce citea despre expresia de gen, pronume și limbajul neutru din punct de vedere al genului, a decis să încerce pronumele "ei/ele" și a rugat câțiva prieteni apropiați să înceapă să folosească aceste pronume atunci când se referă la ei. Chiar dacă era ceva nou și pentru ei, prietenii au încercat să se adapteze la nevoile lui Q și au început să folosească pronumele ei/ele în toate conversațiile.

Într-o zi, în timp ce vorbeau despre Q, un alt coleg a auzit conversația și a început să râdă de ei pentru că foloseau pronume care "nu se potriveau genului lor". Alți colegi au auzit și ei și au început să râdă și să îi evite pe Q în zilele următoare. Q nu au vrut să se întoarcă la pronumele "el/lui", deoarece nu simțeau că se pot identifica cu ele, așa că ceea ce au făcut în schimb a fost să înceapă să se izoleze de persoanele care le disprețuiau procesul de descoperire.

Q, un copil de 12 ani din clasa ta, trece prin procesul de descoperire a identității și, chiar dacă a fost desemnat bărbat la naștere, se simte incomfortabil cu această identitate și încearcă să descopere cine este cu adevărat. După ce s-a documentat puțin, a citit câteva cărți și a văzut câteva videoclipuri pe rețelele de socializare, au dat peste termenul "non-binar" și a început să citească despre acesta. Destul de repede s-a simțit cu adevărat aliniat și s-a identificat cu tot ceea ce citea, așa că a decis să încerce și să vadă dacă asta era identitatea sa de la bun început. În timp ce citea despre expresia de gen, pronume și limbajul neutru din punct de vedere al genului, a decis să încerce pronumele "ei/ele" și a rugat câțiva prieteni apropiați să înceapă să folosească aceste pronume atunci când se referă la ei. Chiar dacă era ceva nou și pentru ei, prietenii au încercat să se adapteze la nevoile lui Q și au început să folosească pronumele ei/ele în toate conversațiile.

Într-o zi, în timp ce vorbeau despre Q, un alt coleg a auzit conversația și a început să râdă de ei pentru că foloseau pronume care "nu se potriveau genului lor". Alți colegi au auzit și ei și au început să râdă și să îi evite pe Q în zilele următoare. Q nu au vrut să se întoarcă la pronumele "el/lui", deoarece nu simțeau că se pot identifica cu ele, așa că ceea ce au făcut în schimb a fost să înceapă să se izoleze de persoanele care le disprețuiau procesul de descoperire.

5. CELE MAI BUNE PRACTICI (pentru profesori și pentru familii)

5.1. Rezolvarea conflictelor

Ca urmare a situației care s-a întâmplat cu Q, o bună practică este de a aborda întotdeauna ceea ce se întâmplă, în loc de a ignora. Este important să abordăm conflictul cu ambele părți separat și cu întregul grup, deoarece a implicat și alți colegi de clasă.



O discuție cu Q și o discuție despre nevoile lor actuale și despre ce ați putea face pentru a le satisface aceste nevoi îi va ajuta să se simtă mai în siguranță și îi va încuraja să continue să exploreze cine sunt. Pe de altă parte, o discuție cu elevul care a început să își bată joc de ei ar putea să vă ajute să înțelegeți de unde a pornit totul. Ați putea să îi întrebați despre intențiile lor; despre înțelegerea subiectului și ați putea să le explicați modul în care hărțuirea și discriminarea pot afecta pe cineva. Încercați să evitați proiectarea sentimentelor și concentrați-vă pe aspectul de învățare al discuției.

Atunci când deschideți subiectul cu întreaga clasă, puteți face acest lucru luându-vă ceva timp și creând un spațiu în care să puteți vorbi deschis despre identitatea de gen și pronume sub forma unei sesiuni informative. Acest lucru va aduce subiectul la suprafață (în loc să îl lăsați să se desfășoare pe la spatele dumneavoastră) și va crea spațiul pentru schimbul de informații și pentru a pune întrebări. În cadrul acestui spațiu, puteți explica ce este identitatea de gen, cum funcționează pronumele și că este în regulă să experimentați cu diferite identități care credeți că s-ar putea alinia mai bine cu ceea ce simțiți în interior. De asemenea, puteți permite intervenții din partea elevilor dumneavoastră și puteți sugera câteva resurse pentru cercetări suplimentare.

Indiferent ce parte a conflictului joacă copiii dumneavoastră, atunci când observați că se întâmplă așa ceva, este foarte important să abordați problema în loc să o ignorați și să o lăsați să treacă. O bună practică pentru a face acest lucru este să creați un spațiu special dedicat acestui subiect, în care să vă așezați și să discutați cu copiii dumneavoastră.

Puteți face acest lucru sub forma unei sesiuni informative, întrebându-i ce știu despre subiect și completând apoi aceste cunoștințe cu informații din partea dumneavoastră. Îi puteți încuraja să pună întrebări și le puteți reaminti că respectul este ceva ce merită toată lumea, indiferent de rasă, clasă, identitate sau orice alte circumstanțe.

Ați putea explica modul în care hărțuirea și discriminarea pot afecta pe cineva. În acest sens, încercați să evitați rușinarea sau proiectarea sentimentelor și concentrați-vă asupra aspectului de învățare al discuției.

Acest lucru va aduce subiectul la suprafață (în loc de a permite ca acesta să se desfășoare pe la spatele dumneavoastră) și va crea un spațiu pentru schimbul de informații și pentru a pune întrebări. În cadrul acestui spațiu, puteți explica ce este identitatea de gen, cum funcționează pronumele și că este în regulă să experimentați cu diferite identități care credeți că s-ar putea alinia mai bine cu ceea ce simțiți în interior.

În plus, vă puteți încuraja copilul să continue cercetările pe cont propriu și îi puteți indica câteva resurse pe care le poate folosi pentru început.

5.2. Fiți clar în comunicare

Atunci când comunicați cu copiii, o bună practică este să fiți cât se poate de clar și de direct pentru a evita neînțelegerile. Încercați să evitați să folosiți cuvinte de substituție pentru experiențe din viața reală sau părți ale corpului sau să vorbiți în jurul subiectului în speranța că vor înțelege ce vreți să spuneți. În schimb, numiți experiențele și părțile corpului așa cum sunt și încercați să explicați că totul face parte din viață și că nu este nevoie să ascundeți aceste discuții sau să vorbiți într-un mod codificat. A vorbi într-un mod codificat sau folosind cuvinte de substituție i-ar expune pe copii la neînțelegeri, la ascunderea sau evitarea întrebărilor și la păstrarea de secrete față de adulți, deoarece ar putea observa că adulții se simt inconfortabil atunci când se deschide subiectul. Indiferent dacă discuția se referă la sex, gen, identitate, relații sau orice altceva, vorbind despre toate lucrurile așa cum sunt (și folosind explicații adecvate vârstei) îi va încuraja pe copiii dumneavoastră să fie curioși și informați, în loc să se teamă să deschidă o conversație despre care văd că v-ar putea face să vă simțiți inconfortabil.



De asemenea, această abordare le va arăta copiilor și adolescenților că nu este nimic ciudat și că nu trebuie să le fie rușine și îi va ține informați, în loc să perpetueze secretul și să facă unele subiecte tabu.

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO

A child talking to their parents about a subject that is considered tabu. The parent says they are not sure about the answer but takes the child to go figure it out together.

An adult trying to explain sexual assault to their kid while using codified words because they feel ashamed to name the body parts. The kid looks confused and says they understood just because they want the awkward situation to end.

A parent and a kid trying out different pronouns for the kid until they figure out which one they feel most comfortable with.



5.5. ADULTCENTRISM

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Adultcentrismul invalidează realitățile copiilor
- ✓ Printre consecințele adultcentrismului se numără distanțarea copiilor și reducerea comunicării la un nivel superficial
- ✓ Nevoile, emoțiile și procesul de luare a deciziilor sunt importante și valabile la orice vârstă
- ✓ Cele mai bune practici pentru adultcentrism includ ascultarea activă, recunoașterea nevoilor copiilor și gestionarea emoțiilor

2. INTRODUCERE

Fiecare persoană are propria realitate pe care și-o construiește prin experiențele, conexiunile, sentimentele și gândurile sale. În timp ce adulții pot avea impresia că înțeleg lumea mai bine datorită vârstei și experienței de viață, ceea ce se întâmplă este că ei doar o înțeleg diferit față de copii și adolescenți.

Copiii au o percepție diferită a lumii și pot avea un set de valori diferite față de adulți, motiv pentru care vor percepe lumea din jurul lor (și situațiile care se petrec în interiorul ei) într-un mod diferit. Acest lucru nu înseamnă că le lipsește înțelegerea sau că percepția lor este incompletă sau nevalabilă. Implicarea copiilor în procesul de luare a deciziilor și ascultarea nevoilor și emoțiilor lor este importantă la orice vârstă.

3. DEZVOLTAREA SUBTEMEI

3.1. Ce este adultcentrismul?

Adultcentrismul este ideea că un adult este în mod inherent superior persoanelor mai tinere, știind cum să se descurce mai bine într-o situație strict din cauza diferenței de vârstă. Este un proces care implică ignorarea, opresiunea sau deprecierea sistematică a oamenilor pentru că sunt mai tineri (Psychology Spot, 2021).

Aceasta presupune incapacitatea copiilor de a atinge un nivel de înțelegere sau de maturitate suficient de ridicat pentru a putea contribui în mod egal la conversație și/sau la luarea deciziilor. Adultcentrismul este o formă de egocentrism transformat într-o presupunere bazată pe vârstă.

Realitățile, puterea de decizie și contextele copiilor sunt complet lăsate deoparte din cauza acestei diferențe de vârstă. Deși nimeni nu contestă faptul că adulții au o gamă diferită de experiențe și/sau cunoștințe și că adolescenții și copiii au nevoie de îndrumare, adultcentrismul poate afecta comunicarea dintre adulți și copii, indiferent dacă este vorba de o familie sau de un context școlar. Acesta creează o ierarhie prin plasarea adulților pe o poziție superioară și prin începerea automată a conversației pornind de la presupunerea că aceștia au mai multă experiență și cunoștințe și, prin urmare, cuvântul lor va cântări mai mult în procesul de luare a deciziilor. Se transmite astfel mesajul că acei copii implicați nu vor ajunge niciodată la un nivel de egalitate cu ei.

În plus, se spune că adulții vor avea întotdeauna dreptate într-o discuție cu copiii din cauza diferenței de vârstă și a prejudecăților pe care le au în legătură cu nivelul de înțelegere al copiilor.

3.2. Consecințele adultcentrismului



Atunci când văd că nu au același punct de plecare într-o conversație cu adulții, copiii pot începe să se comporte într-un anumit mod pentru a-i impresiona pe adulți și pentru a câștiga mai mult respect din partea acestora, în speranța că vor ajunge la acea stare de egalitate. Dacă observă că ceea ce fac nu îi aduce mai aproape de acest lucru, există riscul ca ei să se îndepărteze încet de legătura cu adulții și să înceapă să își piardă interesul, știind că, orice s-ar întâmpla, cuvântul lor nu va avea aceeași valoare ca cel al omologilor lor.

Atunci când acest fenomen apare frecvent și devine parte a stilului de predare al părinților și/sau al educatorilor, poate avea consecințe psihologice în viața adultă a copiilor afectați de el.

Unele dintre aceste consecințe pot fi:

- **Să fie mai supus(ă)**

Atunci când copiii li se arată în mod continuu că opiniile, gândurile și nevoile lor nu sunt la fel de importante ca cele ale adulților din jurul lor, ei se pot obișnui să adopte o atitudine supusă și să permită celorlalți să exercite presiuni asupra lor. Acest lucru va avea un impact în viața asupra lor, deoarece, cel mai probabil, vor folosi inconștient acest tip de abordare și în alte interacțiuni.

- **Vulnerabilitate crescută la opresiune**

Atunci când nevoile și sentimentele lor sunt în mod constant ignorate sau plasate pe locul doi ca prioritate, copiii pot crește învățând că este în regulă să pună nevoile altcuiva mai presus de ale lor, ceea ce îi face mai vulnerabili la abuzul psihologic. Cu toate acestea, copiii care cresc într-un mediu centrat pe adulți pot ajunge, de asemenea, la capătul opus și pot deveni adulți care practică acest tip de comportament.

- **Mai puțină încredere în sine**

Adultcentrismul poate genera un concept de sine negativ din ce în ce mai mare pentru copii, ceea ce poate duce la o mai slabă încredere în sine (Psychology Spot, 2021).

3.3. Cum să evităm adultcentrismul

Dacă doriți să evitați adultcentrismul, iată câteva lucruri la care ați putea fi atenți:

- **Fiți conștienți de limbajul pe care îl folosiți**

În loc să spuneți că copiii nu pot înțelege ceva, încercați să folosiți un limbaj pe care ei îl pot înțelege și să găsiți modalități de a le explica situația. Nivelurile de înțelegere variază de la superficial la mai profund, astfel încât nu există copii care nu înțeleg, ci mai degrabă adulți care nu pot explica.

- **Fiți atenți la etichetele pe care le puneți**

Luați-vă un moment să recunoașteți prejudecățile pe care le-ați putea avea și etichetele pe care le puneți oamenilor, de exemplu, faptul că persoanele mai tinere au mai puține cunoștințe în anumite domenii decât cele mai în vârstă. Nivelurile de maturitate și de înțelegere nu vin odată cu vârsta, ci cu experiența. Încercați să fiți conștienți de acest lucru data viitoare când vorbiți cu copiii.

- **Reflecțați asupra comportamentului dumneavoastră**

3.4. Copiii sunt prezentul, nu viitorul



Dacă îi tratezi pe copii dintr-o poziție de putere sau de autoritate, presupunând că adulții pot aporta mai mult, acei copii vor înceta, la un moment dat, să mai încerce să dovedească ceva în fața adulților. Acest lucru i-ar putea împinge să îi perceapă pe adulți ca fiind inabordabili.

Există o vorbă comună care spune că toți copiii sunt viitorul planetei noastre, dar, potrivit Fondului Global pentru Copii, ei nu sunt viitorul, ci prezentul. Este important să recunoaștem realitatea copiilor și să le oferim spațiul necesar pentru a împărtăși această realitate, astfel încât să învețe cum să o modeleze mai bine (Fondul mondial pentru copii, 2020). Adulții ar putea oferi mai mult spațiu copiilor, astfel încât să poată înțelege mai bine valorile, contextele și mentalitatea copiilor și a tinerilor. Făcând acest lucru, ei vor valida realitatea copiilor și îi vor învăța că cuvântul lor contează și că ar trebui să pledeze pentru ei înșiși și în lumea exterioară.

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE SUBIECTUL RESPECTIV

Un tată se ceartă cu fiica sa de 15 ani din cauza persoanei cu care se întâlnește fiica sa. Tatăl a văzut un mesaj de la persoana în cauză pe telefonul fiicei sale și, pentru că nu i-a plăcut ceea ce a citit, a început să se certe cu ea, spunându-i că persoana cu care se întâlnește nu este suficient de bună pentru ea. În mijlocul comentariilor furioase pe care și le-ar fi aruncat unul altuia și în timp ce își apărau punctele de vedere, deodată tatăl se oprește din vorbit și pleacă, ignorându-și fiica. El a luat comentariile personal și a ignorat realitatea fiicei sale, gândindu-se că este doar o adolescentă și că nu știe atât de multe lucruri pe cât știe el și soția sa. El îi aplică fiicei sale tratamentul tăcerii în următoarele zile, fără să-i adreseze vreun cuvânt sau măcar să o privească. Fiica presupune că tatălui ei nu i-a plăcut unul dintre comentariile care au fost schimbate în timpul discuției tensionate și încearcă să vorbească cu el pentru a redeschide conversația. Tatăl continuă să își ignore fiica și să păstreze tăcerea față de ea. Cu toate acestea, el continuă să vorbească cu celălalt copil al său și cu soția sa în fața fiicei sale.

Această situație este un exemplu clar de excludere, deoarece tatăl își exclude fiica de 15 ani atât din viața sa, cât și din interacțiunile familiale, ceea ce îi arată fiicei că este pedepsită pentru comportamentul ei. Cu acest tip de tratament, fiica va fi doar confuză și ar putea dezvolta sentimente negative față de ea însăși, încercând să își dea seama ce a făcut greșit.

În acest caz, abordarea tatălui nu s-a bazat pe găsirea unei soluții sau pe ajungerea la un acord, ci pe o reacție emoțională la un comportament cu care nu era de acord, ceea ce a făcut din aceasta o formă de control asupra fiicei sale.

O modalitate potrivită de abordare a acestui conflict ar putea fi aceea de a vă lua o pauză pentru a vă calma atunci când discuția devine foarte aprinsă. În acest fel, ambele părți au șansa de a se calma și de a gândi lucrurile dintr-un punct de vedere bazat pe logică, nu doar pe emoții. După ce se gândesc, fiecare dintre ele își poate exprima punctul de vedere și poate găsi acorduri care le-ar ajuta pe amândouă să se simtă ascultate. De exemplu, tatăl ar fi de acord să respecte intimitatea fiicei sale și să nu se uite în telefonul acesteia, iar fiica poate fi de acord să îl țină la curent pe tatăl său cu privire la modul în care evoluează relația ei (respectându-și în același timp propria intimitate).

5. CELE MAI BUNE PRACTICI (pentru profesori și pentru familii)

5.1. Ascultarea activă și recunoașterea nevoilor

O bună practică este să vă ascultați în mod activ copiii și nevoile pe care încearcă să vi le comunice. Încercați să evitați să ascultați doar pentru a le răspunde. Ascultarea activă



Înseamnă să le oferiți toată atenția dumneavoastră, acordând atenție comunicării verbale și non-verbale (limbajul corpului).

Evitați să îi întrerupeți, să faceți presupuneri sau să îi judecați. În schimb, puteți încerca să îi priviți în ochi și să le arătați că sunteți acolo pentru orice au nevoie. Atunci când răspundeți, vă puteți arăta interesul repetând mesajul în propriile cuvinte sau punând întrebări pentru a vă asigura că ați înțeles mesajul pe care au vrut să îl transmită. Încercați să empatizați cu ei, să vă puneți în locul lor și să vedeți situația din perspectiva lor. De asemenea, poate fi util să îi întrebați dacă doresc un sfat sau dacă vor doar ca cineva să îi asculte. În acest fel, evitați să oferiți opinii sau sfaturi care un au fost cerute și vă concentrați asupra a ceea ce copilul dumneavoastră are nevoie de fapt de la dumneavoastră. Făcând acest lucru și întrebându-l cum puteți contribui/ajuta în acea situație, îi arătați că îi recunoașteți nevoile (în loc să presupuneți care ar putea fi acestea) și îl faceți să se simtă ascultat.

Când vedeți că sunteți interesat de ceea ce au de împărtășit, curajul și dorința lor de a împărtăși mai mult ar putea crește, iar legătura de încredere dintre dumneavoastră și ei s-ar putea dezvolta.

5.2. Procesarea emoțiilor tale

Înainte de a-i ajuta pe ceilalți să își recunoască și să își regleze emoțiile, este esențial să fim conștienți de emoțiile noastre și de modul în care le putem exprima și procesa în siguranță, astfel încât acestea să nu ne controleze pe noi și reacțiile noastre.

În calitate de adult, copiii și adolescenții vă iau drept exemplu și, dacă văd că nu vă puteți exprima emoțiile într-un mod sănătos, s-ar putea să nu simtă nevoia să facă acest lucru pe cont propriu. Pe de altă parte, puteți da un exemplu și puteți implementa câteva strategii de procesare a emoțiilor în viața de zi cu zi. Acest lucru vă va ajuta să fiți în contact cu sentimentele voastre și, de asemenea, vă va învăța cum vă puteți autoregla, astfel încât acestea să nu preia controlul asupra voastră.

Câteva strategii în acest sens pot fi:

- **Respirație profundă**

Ori de câte ori simțiți emoții de mare intensitate (atât plăcute, cât și dificile), poate fi foarte dificil să ascultați oamenii sau să vă procesați propriile gânduri și emoții. Încercați să vă opriți din ceea ce faceți și să respirați adânc de câteva ori. Puteți număra când inspirați, rețineți și expirați aerul sau o puteți face pe baza senzației. Această scurtă activitate vă va ajuta să vă reglați mintea, care va da apoi semnale funcțiilor corpului (de exemplu, bătăile inimii) și le va regla și pe acestea.

- **Practicați activități de mindfulness**

Luați-vă câteva minute din timpul zilei pentru a medita și a fi prezent în acele minute. Acest lucru vă poate ajuta să vă concentrați mai mult și să vă reglați emoțiile. Exersând zilnic, puteți ajunge la o mai bună înțelegere a sentimentelor dumneavoastră și, de asemenea, la un mai bun control asupra lor.

- **Acceptați-vă emoțiile**

Etichetarea emoțiilor ca fiind negative sau rele nu face decât să aducă cu sine diferite sentimente, cum ar fi vinovăția sau rușinea. Acest lucru nu face decât să se adauge la încărcătura emoțională în loc să vă ajute să faceți față. Ceea ce puteți face este să recunoașteți sentimentul pe care îl aveți și faptul că fiecare sentiment este temporar și că la un moment dat se va schimba. În acest fel, veți putea procesa emoțiile pe care le aveți fără să le dați putere asupra acțiunilor dumneavoastră sau să vă agățați de ele. Recunoașteți-le și încercați să învățați ceva din această experiență, indiferent



dacă acel ceva se referă la cum o puteți gestionați mai bine în viitor sau la cum să înțelegeți de unde a venit.

Țineți cont de faptul că nu vă puteți aștepta să primiți ceva ce nu puteți oferi. Dacă vă doriți ca și copiii să fie capabili să-și gestioneze emoțiile, sprijiniți-i prin gestionarea propriilor emoții.

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO

A kid asking something to an adult and the adult saying “you wouldn’t understand”

A teenager talking to their parents and trying to figure out a solution for a problem they have. The parent interrupts the teenager and says “We will do it the way I said because it’s better, I know better”

A teenager going with a personal problem to their parent and asking for advice. The parent turns the conversation in a way that they will be in the center of attention. (e.g. The teenager realizes they might be bisexual and instead of helping them to process or to find information about this, the parent starts saying things like “what did I do wrong that you turned out like this? Was it something I did or said?” – the focus is not on the problem of the teenager anymore but on the emotions of the adult)

5.6. COMPORTAMENTUL NON-CONSENSUAL - CONSIMȚĂMÂNTUL

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Autonomia corporală este importantă la orice vârstă
- ✓ Consimțământul este un lucru pe care îl cereți întotdeauna
- ✓ Să te răzgândești sau să nu-ți dai consimțământul pentru ceva este complet în regulă
- ✓ Să înveți cum să-ți stabilești limitele este la fel de important ca și să respecti limitele celorlalți
- ✓ Limitele tale personale arată celorlalți cum să te trateze

2. INTRODUCERE

Autonomia corporală este un concept pe care fiecare persoană, indiferent de vârstă, ar trebui să îl cunoască. Reprezintă controlul și puterea de decizie pe care o aveți asupra propriului corp în orice împrejurare. Autonomia corporală reprezintă alegerile pe care le aveți referitor la ce faceți cu corpul vostru în orice situație dată. Dacă doriți ca autonomia corporală să vă fie respectată și ca dumneavoastră să respectați autonomia și dorințele persoanelor din jurul dumneavoastră, comportamentul consensual este un subiect care joacă un rol important. Atunci când cerem/primim consimțământul înainte de a ne implica fizic și/sau mental în acțiuni, creăm un mediu mai sigur în care fiecare își poate exprima nevoile. Stabilirea unor limite îi învață pe ceilalți cum să ne trateze și arată, de asemenea, cum ne tratăm pe noi înșine. Aceste limite vă pot proteja și îi pot informa pe ceilalți cu privire la capacitatea dumneavoastră fizică și/sau emoțională.



3. DEZVOLTAREA SUBTEMEI

3.1. Ce este consimțământul

Potrivit lui McGuire (2021), ceea ce discutăm de fapt atunci când vorbim despre consimțământ și comportament consensual este la fel de simplu ca și **respectul**. Fie că este vorba de respectul față de o altă persoană și de alegerile acesteia, fie că este vorba de respectul față de tine însuși și de propriile dorințe, totul se rezumă la puterea de decizie asupra propriului corp, fiind legat de demnitate, umanitate și autonomie personală. Așadar, când este important să începem să-i învățăm pe copii despre consimțământ și autonomia corporală?

Fiziologii, cum ar fi Jean Piaget, au ajuns la concluzia că copiii observă și clasifică modelele comportamentale înainte de a începe să dezvolte un sentiment de sine. Cu alte cuvinte, ei absorb tot ceea ce văd și aud în jurul lor și încep să clasifice în categorii pe care le pot folosi în diferite interacțiuni sociale. În societatea actuală, cele două conversații principale despre consimțământ care sunt discutate sunt reprezentate de scripturile sexuale și sociale ale normativității care ne înconjoară (McGuire, 2021). Noi (părinți, educatori, copii) am auzit și am văzut aceste comportamente de atât de multe ori încât am ajuns să le normalizăm și să le adoptăm, uneori fără să ne întrebăm dacă asta este ceea ce ar fi mai bine pentru noi. Este ca și cum am urma un scenariu. Dacă dorim să creăm o cultură a consimțământului, recunoașterea existenței unui tipar problematic ar fi primul pas al procesului, în timp ce practicarea unor noi comportamente consensuale care să ne apropie de societatea în care am dori să trăim ar fi al doilea pas.

Fiiți un exemplu, având limite clare și respectându-le pentru dumneavoastră și pentru cei din jur. Copiii se prind foarte repede, iar faptul că văd că părinții/educatorii au limite puternice le va oferi un sentiment de siguranță și de importanță a autonomiei corporale.

3.2. Solicitarea consimțământului

Consimțământul este clar, continuu, coerent și voluntar (Healthline Guide to consent). Pentru a evita comportamentele lipsite de consimțământ, solicitarea și acordarea consimțământului sunt vitale. Dar cum puteți cere consimțământul?

Indiferent de mediul în care vă aflați și de vârsta persoanei cu care interacționați, consimțământul joacă un rol important în ceea ce privește modul în care se va desfășura interacțiunea și cum vă veți simți după aceasta. Unele modalități de a cere consimțământul sunt:

- **Întrebând direct:**

- Pot să te îmbrățișez/sărut/ating? (În cazul în care interacțiunea se referă la o acțiune fizică)
- Pot să vorbesc cu tine despre...? (În cazul în care interacțiunea se referă la o acțiune de implicare mentală)

- **Încadrarea ca o chestiune de preferință:**

- Ce vrei să faci?
- În funcție de răspunsul persoanei, puteți continua să puneți întrebări până când ajungeți la un punct în care amândoi vă simțiți confortabil cu ceea ce se întâmplă.

Dacă primiți un răspuns negativ, respectați dorința persoanei și nu insistați.

Atunci când răspundeți "nu" la o întrebare legată de consimțământ, nu aveți obligația de a da nicio explicație sau scuză, deoarece comportamentul consensual este o alegere pe care o puteți exprima liber, fără alte explicații. Această alegere este valabilă la orice vârstă și joacă un rol important în dezvoltarea unor tipare sociale sănătoase și a unui sentiment de autocunoaștere și de respect la copii și adolescenți tineri.



Fiind atât de imersați în lumea normativă pe care societatea a creat-o printre noi, uneori avem tendința de a uita că fiecare persoană este diferită și, prin urmare, are nevoi diferite. Indiferent dacă oamenii sunt homosexuali, neurodivergenți, questioning, cu dizabilități sau au un context cultural diferit, este important să ne amintim că fiecare dintre noi a trecut prin experiențe diferite și ar putea avea elemente declanșatoare (triggers) sau comportamente diferite cu care nu se simt confortabil. Presupunerea consimțământului nu este în regulă, deoarece nu putem ști niciodată ce se întâmplă în mintea persoanei din fața noastră și ce nevoi ar putea avea dacă nu o întrebăm direct.

Să te răzgândești după ce ți-ai dat consimțământul pentru ceva este absolut normal. Puteți să vă răzgândiți în orice moment al oricărui tip de interacțiune și să comunicați acest lucru persoanei/grupului de persoane cu care vă aflați. De exemplu, dacă sunteți de acord să lăsați un membru al familiei să vă atingă pe braț sau să vă îmbrățișeze și, la un moment dat, începeți să vă simțiți inconfortabil la atingere, puteți să comunicați acest lucru și să schimbați situația. Ideea unui comportament consensual este că vă simțiți confortabil în timpul interacțiunii și că atât spațiul dumneavoastră personal, cât și cel al persoanelor cu care interacționați este respectat.

3.3. Stabilirea limitelor

Stabilirea limitelor este ceea ce îi ajută pe oameni să navigheze consimțământul și diferitele niveluri de interacțiune cu care s-ar putea simți confortabil. Limitele pot fi stabilite atât la nivel individual, cât și în orice tip de relație, indiferent dacă este vorba de o relație romantică, sexuală, de prietenie, de familie sau de orice alt tip. Acestea ar trebui să fie comunicate în mod clar, cerute și, cel mai important, respectate.

Limitele pot fi legate de timp, interacțiuni sociale, interacțiuni care implică fizic și mental (Selva, 2018). De exemplu, limitele individuale pot arăta astfel: "Îmi plac îmbrățișările de la prieteni, dar nu mă simt confortabil să îmbrățișez străini" sau "Am nevoie să petrec o oră singur după ce iau cina cu familia mea". Într-un context familial, este important de reținut faptul că fiecare membru al familiei (atât părinții, cât și copiii) ar putea avea limite diferite legate de modul în care ar dori să interacționeze unii cu alții.

Printre avantajele unor limite sănătoase se numără o mai bună sănătate mentală și fizică, dezvoltarea autonomiei, dezvoltarea identității, evitarea epuizării și influențarea comportamentului celorlalți.

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE SUBIECTUL RESPECTIV

Un exemplu foarte comun de comportament neconsensual poate fi observat în cadrul marilor reuniuni de familie. Să presupunem că vă vedeți cu niște rude pe care nu le-ați mai văzut de mult timp și toată familia s-a reunit. Te vezi cu mătuși, unchi, verișori și alte persoane care nu fac parte din viața ta de zi cu zi. În calitate de părinte, îi spui fiicei tale să se ducă să-și sărute și să-și îmbrățișeze toate rudele (sau să le permită acelor rude să o sărute/îmbrățișeze) pentru că nu au mai avut contact de mult timp. Fiica ta este de acord și le permite acelor rude să o sărute și să o îmbrățișeze, dar își exprimă în mod clar disconfortul de a face acest lucru. Încerci să o liniștești spunându-i că nu este nevoie de mult efort, că este important ca toți membrii familiei să simtă că pot avea o șansă de a interacționa cu ea și că ar putea regreta mai târziu dacă nu o face și/sau că rudele se așteaptă la acest lucru și că se vor supăra dacă refuză să le facă jocul.

Acest tip de comportament le arată copiilor următoarele lucruri:

În primul rând, faptul că nu au control asupra propriului corp în anumite contexte, deoarece se așteaptă de la ei să permită membrilor familiei să îi atingă, chiar dacă nu se simt confortabil cu această atingere.



În al doilea rând, le arată că emoțiile și intențiile celeilalte persoane au prioritate față de ale lor, în cazul în care comportamentul lor (de a nu permite rudelor să îi atingă sau să îi sărute) ar putea să le supere.

Un lucru pe care îl puteți face în această situație este să le spuneți copiilor că au posibilitatea de a alege dacă doresc să permită rudelor să îi atingă/sărute și că este în regulă dacă nu doresc să o facă. Este important ca și copiii să aibă control asupra propriului corp, deoarece alegerile pe care le fac în cadrul cercului familial modelează și alegerile pe care le vor face în diferite cercuri sociale. Așa cum s-a menționat anterior, copiii copiază tiparele adulților prin observarea și absorbirea informațiilor legate de interacțiunile lor și prin clasificarea acestor informații în categorii. Dacă vă doriți ca și copiii să fie capabili să stabilească limite în viitoarele lor relații romantice/sexuale/legate de muncă etc., puteți începe prin a le vorbi despre limite în contextul familiei și prin a respecta limitele pe care le stabilesc, chiar dacă s-ar putea să nu fie alegerea pe care ați face-o dumneavoastră.

Când intrați în sala de clasă/sala în care elevii dvs. își petrec pauza, îi observați pe B și F purtând o conversație. Îl auziți pe B cerându-i lui F să facă un pas înapoi pentru că se apropie prea mult din punct de vedere fizic. La început, nu îi acordați prea multă importanță, dar recunoașteți că B a exprimat o limită care dorea să fie respectată. După aceea, îl auziți pe F cum începe să facă glume și să îl ia la mișto de B pentru că a cerut mai mult spațiu fizic între ei și așteptați să vedeți reacția lui B. Limbajul corporal al lui B arată cât de inconfortabil se simte și îl vedeți cum face un pas înapoi pentru a crea spațiul pe care F nu îl acorda. F insistă să facă glume și să se apropie mai mult de B.

Decideți să întrerupeți interacțiunea și mergeți la B pentru a-i spune că ați dori să aveți o discuție. Ceea ce puteți face în această situație este să aveți o discuție cu B pentru a-l întreba cum se simte și dacă are vreo nevoie specifică cu care îl puteți ajuta. Apoi, ați putea avea o discuție cu F explicându-i de ce comportamentul nu a fost adecvat și ce consecințe a avut asupra lui B și a interacțiunii lor. Încercați să evitați rușinarea sau proiectarea sentimentelor de vinovăție și concentrați-vă în schimb pe aspectul învățării.

Ar putea fi utilă o discuție cu întreaga clasă despre semnificația și importanța limitelor și despre cum să le stabilim și să le respectăm reciproc.

Acest lucru le va arăta copiilor următoarele lucruri:

În primul rând, că au control asupra propriului corp și că nu trebuie să atingă sau să vorbească cu cineva cu care nu se simt confortabil.

În al doilea rând, le arată că emoțiile și intențiile ar trebui comunicate în cazul în care acestea ar putea interfera cu limitele personale ale cuiva.

Este important pentru copii să aibă control asupra propriului corp, deoarece alegerile pe care le fac în cadrul cercului școlar/familial le modelează și pe cele pe care le vor face în diferite cercuri sociale. După cum s-a menționat anterior, copiii copiază modelele adulților prin observarea și absorbirea informațiilor legate de interacțiunile lor și prin clasificarea acestor informații în categorii. Dacă vă doriți ca și copiii să fie capabili să stabilească limite în viitoarele lor relații romantice/sexuale/legate de muncă etc., puteți începe prin a le vorbi despre limite în contextul clasei.

5. CELE MAI BUNE PRACTICI (pentru profesori și pentru familii)

Pornind de la principiile teoretice ale lui Selva (2018), stabilirea limitelor poate fi împărțită în patru etape:

1. Identificarea/Definirea

Primul pas al procesului constă în identificarea nevoilor dumneavoastră și a limitelor care vă vor ajuta să le protejați.



2. Comunicare

După ce ați reușit să vă exprimați în cuvinte limitele personale, al doilea pas este să le împărtășiți cu cei din jur. Dacă oamenii nu vă cunosc limitele, nu le pot respecta și, pentru asta, este important să spuneți întotdeauna ceea ce aveți nevoie.

3. Rămâneți simplu

Simplificarea este un alt principiu care vă va ajuta atât pe dumneavoastră, cât și pe cei care interacționează cu dumneavoastră. Nu trebuie să explicați prea mult sau să vă scuzați. Doar enunțați-vă clar limitele.

4. Stabilirea consecințelor

Nu în ultimul rând, stabiliți consecințele. Menționați-le oamenilor de ce această limită este importantă pentru dumneavoastră și cum v-ar afecta comportamentul dacă nu ar fi respectată. Nu puteți controla comportamentul altor persoane, dar puteți controla modul în care reacționați la acesta, iar stabilirea unei consecințe înseamnă să le arătați oamenilor că aceste limite sunt importante pentru dumneavoastră și că, dacă nu sunt respectate, modul dumneavoastră de a interacționa cu acele persoane se va adapta în consecință.

De exemplu, să spunem că nu vă simțiți confortabil cu atingerea fizică. Menționați că nu doriți ca oamenii să vă îmbrățișeze atunci când vă întâlniți cu un grup de prieteni și că acest lucru este important pentru dumneavoastră, deoarece aveți nevoie de mai mult spațiu personal în acea zi. În acest proces se stabilește limita (că nu vreți o îmbrățișare/atingere fizică), se explică de ce (aveți nevoie de mai mult spațiu personal în acea zi) și se spune de la început, astfel încât toată lumea să fie conștientă de acest lucru. Dacă o persoană din grup vine totuși și vă îmbrățișează sau vă atinge, deși ați declarat că nu vă simțiți confortabil cu acest lucru, răspunsul ar putea fi să luați o anumită distanță față de acea persoană pentru a evita acest tip de contact. În acest caz, distanța față de persoana respectivă ar fi consecința pe care o stabiliți pentru a-i arăta că aveți nevoie să vă fie respectată limita.

Este important să cunoaștem aceste patru faze pentru a-l putea ajuta pe copil în această privință.

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO

When you enter the classroom where your students spend their break, you notice B and F having a conversation. You hear B asking F to step back because they are getting too physically close. At first, you don't pay much attention to it, but you recognize that B has expressed a boundary he wanted to be respected. Afterwards, you hear F start to joke and tease B for asking for more physical space between them and wait to see B's reaction. B's body language shows how uncomfortable he feels and you see him take a step back to create the space that F wasn't giving. F insists on making jokes and getting closer to B.

You decide to break off the interaction and go to B to tell him you would like to have a talk. What you can do in this situation is have a discussion with B to ask him how he is feeling and if he has any specific needs that you can help him with. Then you could have a discussion with F explaining why the behaviour was not appropriate and what the consequences were for B and their interaction. Try to avoid shaming or projecting feelings of guilt and focus instead on the learning aspect.

Can be done as a scenario or as someone telling a story about it:



Suppose you are seeing relatives you haven't seen for a long time and the whole family has reunited. You see aunts, uncles, cousins and other people who are not part of your daily life. As a parent, you tell your daughter to go kiss and hug all her relatives (or allow those relatives to kiss/hug her) because they haven't had contact in a long time. Your daughter agrees and allows those relatives to kiss and hug her, but clearly expresses discomfort at doing so. You try to reassure her by telling her that it doesn't take much effort, that it's important for all family members to feel that they can have a chance to interact with her and that she might regret it later if she doesn't and/or that relatives expect it and will be upset if she refuses to play along.

- Try to include this to show why it is wrong:

This kind of behaviour shows children the following:

First, that they do not have control over their own bodies in certain contexts because they are expected to allow family members to touch them, even if they are uncomfortable with that touch.

Second, it shows them that the other person's emotions and intentions take precedence over their own, in case their behaviour (of not allowing relatives to touch or kiss them) might upset them.

5.7. TRĂDAREA ÎNCREDERII

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Încrederea este o resursă valoroasă de la nivel individual, la nivel de relații și la nivel societal
- ✓ Trădarea încrederii se manifestă prin minciună, manipulare, încălcarea limitelor, împărtășirea de informații personale etc.
- ✓ Consecințele trădării încrederii includ suferință, pierderea încrederii, îndoiala de sine, sentimentul de vulnerabilitate, izolare
- ✓ Trădarea încrederii are un impact atât la nivel mental, cât și la nivel fizic

2. INTRODUCERE

Trădarea încrederii este actul de a face ceva rău sau dureros față de cineva care provoacă o pierdere de respect. Trădarea încrederii poate avea loc între două persoane, între un grup sau chiar la nivel de societate și se poate întâmpla în orice context (Psychology Today, 2014). Felul în care o abordăm este ceea ce ne modelează mentalitatea și viitoarele noastre conexiuni.



3. DEZVOLTAREA TEMEI/SUBTEMEI

Un studiu recent care a analizat legătura dintre egalitatea de gen și încredere a ajuns la concluzia că valorile egalității de gen sunt importante pentru încrederea socială (Cho, 2016). Cu alte cuvinte, societățile care au acordat prioritate egalității de gen au observat că valorile legate de gen (cum ar fi corectitudinea) reprezintă un factor important al încrederii sociale. Pe de altă parte, societățile în care egalitatea de gen nu era o prioritate și în care valorile legate de egalitatea de gen nu erau un factor important al încrederii sociale, erau mai predispuse la o neîncredere socială generală și la discriminare. Studiul a arătat că valorile discriminatorii de gen au afectat în mod negativ pe toată lumea din societate, nu doar pe femei.

3.1. Cum poți trăda încrederea cuiva?

Trădarea încrederii cuiva poate lua forme foarte diferite și poate avea o varietate de consecințe atât asupra persoanei a cărei încredere este trădată, cât și asupra relației dintre părțile implicate. Acest lucru se poate întâmpla la nivel individual, la nivel de relație sau la nivel de grup/societate.

- **Depășirea granițelor**

Atunci când se stabilesc anumite limite într-o relație (poate fi vorba de o prietenie, o relație romantică sau orice alt tip de legătură între două sau mai multe persoane), respectarea lor înseamnă asigurarea unui spațiu mai sigur pentru toți cei implicați, astfel încât aceștia să se simtă confortabil în interacțiune. Trecerea acestor limite, indiferent dacă sunt limite mentale/emoționale/fizice, este o formă de trădare a încrederii, deoarece îndepărtează acel sentiment de siguranță și de a fi sigur că interacțiunea este ghidată într-un mod care să protejeze persoanele implicate. Limitele personale sunt plasate pentru a proteja persoana care le-a plasat. Prin depășirea lor, spațiul personal și sentimentul de siguranță în cadrul situației este luat de la acea persoană. Chiar și micile gesturi fizice sau deschiderea unor subiecte specifice care depășesc limitele unei persoane pot avea un impact mare din cauza a ceea ce reprezintă – îndepărtarea de la un acord comun și preluarea controlului asupra interacțiunii.

- **Schimbul de informații personale**

Împărtășirea de informații personale care ți s-au încredințat poate fi foarte periculoasă atunci când vorbim despre egalitatea de gen sau despre procesele de autodescoperire. Din cauza vulnerabilității și a nivelului de expunere pe care îl aduc aceste interacțiuni, există un risc constant de violență bazată pe gen, **fobie LGBTQ+** sau fobie față de practicile non-normative. Împărtășirea acestui tip de informații nu numai că dăunează relației dintre tine și persoana care ți-a încredințat aceste informații, dar există șansa ca alegerile tale să pună în pericol siguranța acestuia (siguranța mentală și fizică).

- **Minciună și manipulare**

O altă formă de trădare a încrederii constă în minciuna sau manipularea conversației într-un mod care depășește limitele stabilite sau direcția interacțiunii. Orice formă de minciună, inclusiv minciuna prin omisiune, este o formă de trădare a încrederii, deoarece persoana care primește informația nu poate avea o imagine completă a ceea ce se întâmplă și, prin urmare, deciziile sale (privind modul în care interacționează sau ceea ce dorește să facă) sunt manipulate prin reținerea unor informații care ar fi putut schimba întregul rezultat al situației.

3.2. Consecințele trădării încrederii

Consecințele trădării încrederii se pot manifesta atât la nivel mental, cât și la nivel fizic. Faptul că ți se trădează încrederea poate aduce **suferință, sentimentul de vulnerabilitate**



și expunere, pierderea încrederii în ceilalți, singurătate și chiar îndoială de sine (Psychology Today, 2014). În momentul în care încrederea cuiva este trădată în mod constant, există șansa ca și consecințele menționate mai sus să îi afecteze la nivel mental până în punctul în care încep să se **izoleze**, deoarece au impresia că nu pot avea încredere în nimeni. În timpul acestui proces, dacă oamenii continuă să le încalce limitele, îndoiala de sine devine un efect comun, făcând ca persoanele să înceapă să se îndoiască de ele înșiși, să se întrebe dacă nu cumva este ceva în neregulă cu ele sau poate să se gândească că nu merită încrederea oamenilor. Aceste sentimente de întrebare constantă ar putea duce la sentimente de nedemnitate și insuficiență.

3.3. Ce trebuie să faceți după ce ați trădat încrederea cuiva/v-a fost trădată încrederea

Nu vă grăbiți să procesați

Dacă cineva v-a trădat încrederea, luați-vă timp pentru a reevalua nevoile în acea situație. Făcând acest lucru, vă puteți asigura, de asemenea, că reacțiile dvs. față de acea persoană se vor baza mai degrabă pe un punct de vedere rațional decât pe unul emoțional. Dacă vă luați timp pentru a procesa ceea ce se întâmplă, puteți, de asemenea, să vă reevaluați limitele și modul în care ați dori să gestionați posibilul conflict.

- **Vorbiți despre asta**

Dacă este posibil, o discuție cu persoana care v-a trădat încrederea vă poate ajuta să clarificați care au fost așteptările dumneavoastră și cum v-a afectat comportamentul acesteia. Nu orice trădare are la bază intenții negative și, discutând despre asta, vă puteți asigura că nu au existat neînțelegeri.

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE SUBIECTUL RESPECTIV

Y este un copil de 14 ani care începe școala generală și tocmai a primit un telefon nou drept cadou de ziua lui. În timp ce încărca noul telefon și făcea transferul de date de pe cel vechi pe cel nou, a lăsat ambele telefoane pe teigheaua din bucătărie și s-a dus în camera sa. Între timp, mama lui se afla în bucătărie, citind câteva rețete noi. În timpul transferului de date, noul telefon a început să vibreze din cauza notificărilor pe care le primea. Când a auzit acest lucru, mama s-a dus să verifice ce se întâmplă și a văzut o conversație deschisă cu un mesaj pe care l-a citit și care nu i-a plăcut. Mesajul era de la partenerul lui Y și era un comentariu care se adresa relației pe care Y o avea cu părinții lui. Intrigată și dorind să afle mai multe, mama a deschis conversația de pe telefonul lui Y și a început să deruleze în jos și să citească cât de mult a putut, uitându-se la tot ce își trimiteau unul altuia, inclusiv poze și mesaje intime.

După un timp, Y a ieșit din cameră, a văzut ce se întâmplă și a luat telefonul de la mama lui. Y a început să spună că nu îi era respectată intimitatea, în timp ce mama lui țipa la el spunându-i că ceea ce face este complet greșit și că trebuie să continue să citească mesajele și să afle mai multe, deoarece aceasta era singura modalitate de a-l proteja. Acea situație a fost un punct de cotitură pentru Y, în vârstă de 14 ani, deoarece încrederea lui fusese trădată și intimitatea lui nu fusese respectată.

Acest tip de situații se întâmplă des și gestionarea lor este un factor important în dezvoltarea copiilor.

Ce s-ar fi putut face în această situație, atunci când mama a văzut primul mesaj pe telefonul lui Y, ar fi putut să lase telefonul jos, să se ducă la Y și să îi ceară să aibă o discuție despre asta. În acest fel, ea ar fi transmis mesajul că ar dori să aibă o relație mai deschisă și de încredere și i-ar fi dat lui Y șansa de a explica situația înainte de a trage concluzii pripite sau de a-i invada intimitatea. Invadând intimitatea unui copil și/sau evitând subiectul, ați putea să îl puneți pe acel copil într-o poziție mai vulnerabilă și mai



periculoasă, contribuind la faptul că acesta se va îndepărta și va ascunde informațiile de la dumneavoastră.

Y este un copil de 14 ani din gimnaziu care face parte din clasa dumneavoastră și a venit la dumneavoastră pentru a vă cere sfatul pentru un conflict cu mama sa. Menționează că problema este privată și că ar dori ca ea să rămână între voi doi. Sunteți de acord, iar el încep să povestească cum a primit un telefon nou drept cadou de ziua lui. În timp ce încărca noul telefon și făcea transferul de date de pe cel vechi pe cel nou, Y a lăsat ambele telefoane pe teșgheaua din bucătărie și s-a dus în camera lui. Între timp, mama lui se afla în bucătărie, a auzit noul telefon vibrând din cauza notificărilor pe care le primea și s-a dus să verifice ce se întâmplă. A văzut o conversație deschisă cu un mesaj de la partenerul lui Y pe care l-a citit și nu i-a plăcut și a început să deruleze în jos pentru a citi mai mult.

Y vă povestește cum a început conflictul și cum a simțit că nu i-a fost respectată intimitatea, în timp ce mama lui țipa la el spunându-i că ceea ce face este complet greșit pentru un copil de 14 ani și că ea trebuia să citească mesajele pentru că este de datoria ei să îl protejeze pe Y.

Când auziți acest lucru, întrebați-l pe Y dacă este de acord să meargă la psihologul școlii, deoarece acesta îl poate ajuta în procesul de recunoaștere și acceptare a emoțiilor sale. Între timp, v-ați dus să discutați despre posibilele modalități de a gestiona acest lucru și cu un alt profesor de-al lui Y care îl cunoaște mai bine. Îi spuneți celui alt profesor ce s-a întâmplat și, în timp ce acesta își preda lecția în clasa lui Y, scapă din greșeală un comentariu legat de problema lui Y în fața întregii clase.

Atunci Y își dă seama că încrederea lui a fost trădată și păstrează pentru sine toate informațiile legate de conflict. El a văzut că adulții i-au trădat încrederea de trei ori în acest caz (mama, dumneavoastră ca profesor, cel de-al doilea profesor) și a ajuns la concluzia că nu poate avea încredere în adulți în acest caz. Acest lucru îl împinge spre izolarea și interiorizarea conflictului în loc să îl rezolve, ceea ce face mult mai greu pentru Y să îl depășească pe cont propriu.

Invadând intimitatea unui copil/adolescent și/sau evitând subiectul, îl puteți pune pe acel copil într-o poziție mai vulnerabilă și mai periculoasă, contribuind la îndepărtarea acestuia și la ascunderea informațiilor de dumneavoastră.

Ceea ce ar fi putut fi făcut în schimb ar fi fost să îl întrebați pe Y de ce are nevoie și dacă ați putea împărtăși povestea cu o persoană în plus care ar fi putut ajuta. L-ați fi putut sfătui pe Y să meargă la câteva ședințe cu psihologul școlii pentru a procesa conflictul și a-l ajuta să găsească soluții împreună.

5. CELE MAI BUNE PRACTICI (pentru profesori și pentru familii)

5.1. Cum să evitați să trădați încrederea cuiva

- **Cereți consimțământul**

Indiferent dacă este vorba de o limită fizică sau dacă doriți să împărtășiți anumite informații despre/cu ei, întrebați înainte de a acționa.

- **Fiți sincer în comunicare**

Încercați să evitați să împărtășiți doar unele părți din informațiile legate de o situație, deoarece acest lucru ar duce la manipularea conversației în favoarea dumneavoastră. În schimb, fiți sinceri și deschiși în comunicare.

- **Stabiliți limitele**



Stabilirea unor limite de la început poate fi de mare ajutor, mai ales în interacțiunile cu persoane noi. Aceste limite pot fi exprimate sub forma unei dorințe, cum ar fi "Aș dori ca informațiile pe care le împărtășesc cu tine să rămână între noi" sau pot lua forma oferiții de opțiuni, cum ar fi "Dacă vrei să împărtășești aceste informații despre mine/noi, te rog să mă întrebi înainte de a o face". Cea de-a doua opțiune nu se concentrează pe ceea ce va fi împărtășit în mod specific, ci mai degrabă pe cum și cu cine.

- **Comunicați clar intențiile**

Dacă știți că există ceva ce nu vă place sau nu doriți să se întâmple, încercați să vă comunicați clar intențiile. Niciunul dintre noi nu citește gândurile și nici nu ar trebui să o facem. Este complet în regulă să nu vă cunoașteți intențiile exacte de la început și totuși să împărtășiți acest lucru cu celelalte persoane implicate. Acest tip de împărtășire poate arăta astfel: "Nu sunt complet sigur dacă vreau să împărtășesc aceste informații cu ceilalți. Mă voi gândi la asta în timp ce discutăm" sau "Mă simt bine până acum, dar nu sunt sigur că aceasta este direcția pe care vreau să o ia conversația. Putem continua încă puțin și te voi anunța dacă nu mă simt confortabil?". Ceea ce contează este că, în ciuda faptului că nu sunteți sigur de ceea ce vă doriți, a fi clar în legătură cu acest lucru îi va ajuta pe toți cei implicați în conversație.

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO

A teacher sharing a personal experience of a student with another teacher without asking for consent from the student

A teacher discussing a personal matter of a student in front of the class without asking for permission from the student to share that information

A parent controlling a child's phone and reading their messages

A parent disclosing personal information of their kids to their friends/co-workers without asking for consent before sharing (e.g. outing them in front of other people, sharing their relationship status etc)



5.8. SECURITATE ONLINE: SEXTING, RISCURI

1. PUNCTE CHEIE

- ✓ Educare în loc de interdicție
- ✓ Stabilirea și consolidarea limitelor online contribuie la o utilizare sănătoasă a internetului
- ✓ Când faceți sexting, vorbiți cu oameni pe care îi cunoașteți în persoană și nu uitați să cereți mai întâi consimțământul
- ✓ Riscurile sextingului includ cyberbullying, pornografie din răzbunare, prădători sexuali, detașarea sexualității de fizicitate, probleme juridice și altele
- ✓ În loc să demonizăm sextingul, ar putea fi mai benefic pentru adolescenți să ne concentrăm pe învățarea modului în care se poate face sextingul în mod consimțit și pe conștientizarea riscurilor posibile

2. INTRODUCERE

Lumea digitalizată în care trăim ne obligă să ne adaptăm la parametrii de siguranță în continuă schimbare în ceea ce privește securitatea online. Deși internetul este o resursă atractivă, care oferă acces la informații și divertisment, abilitatea de a te proteja pe tine și interesele tale este valoroasă. Atunci când se predă copiilor/adolescenților despre utilizarea internetului, predarea de informații despre securitatea online, cyberbullying, sexting și alte riscuri de expunere personală reprezintă o prioritate pentru o utilizare sănătoasă a internetului.

Cunoașterea avantajelor și a dezavantajelor internetului îi poate ajuta pe copii/adolescenți să echilibreze informațiile și să facă alegeri în ceea ce privește activitatea lor online.

3. DEZVOLTAREA TEMEI/SUBTEMEI

3.1. Internetul este pentru totdeauna

Unul dintre primele lucruri pe care copiii/adolescenții trebuie să le știe înainte de a se angaja în orice activitate online este că internetul este veșnic. Tot ceea ce cauți, postează sau comentează va fi salvat undeva într-o bază de date, expunându-i la riscul ca la un moment dat să iasă la iveală într-un anumit fel și să-i pună într-o poziție vulnerabilă. Acest lucru este valabil pentru fotografiile partajate, informațiile personale pe care le-au oferit atunci când au creat un cont pentru un site web sau orice mesaj la întâmplare, pe care l-au trimis unui prieten prin intermediul unei aplicații. Totul este salvat, stocat și utilizat într-un fel sau altul, indiferent dacă este în scopuri de marketing (cum ar fi reclamele direcționate), pentru analiza clienților sau pentru orice alt tip de analiză a datelor. Aceste informații pot fi folosite fie împotriva lor (de exemplu, prin intimidare), fie pentru a-i manipula să se comporte într-un anumit mod sau să cumpere ceva de care ar fi convinși că au nevoie. Prin intermediul psihologiei comportamentale, creatorii de social media ar putea folosi culori, limbaj, imagini sau mișcări specifice pentru a manipula subtil receptorul să ia o anumită decizie. Chiar dacă aceasta este o simplificare exagerată a modului în care funcționează internetul, ideea că fiecare informație pe care o furnizezi



este folosită pentru ceva te poate face să te gândești de două ori înainte de a dori să cauți sau să postezi ceva.

Hărțuirea cibernetică (cyberbulling), cyber-stalking-ul, obscenitatea, catfishing-ul, dezinformarea și pirateria sunt doar câteva dintre pericolele legate de internet. A preda despre confidențialitate înseamnă să înțelegem aceste pericole. Atunci când vine vorba de situații necunoscute, ceea ce le face să fie terifiante sau percepute ca o amenințare se concentrează, de obicei, pe lipsa de înțelegere. Atunci când nu înțelegem ceva, nu ne putem proteja de acel lucru. Același lucru se întâmplă cu copiii/adolescenții.

Este îndrăzneț să presupunem că vor asculta profesorii/educatorii care le spun că internetul este periculos, fără să le explicăm de ce și cum ar putea să le dăuneze aceste pericole. Utilizând un limbaj adecvat vârstei, ați putea încerca să le explicați modul în care orice fel de activitate online le poate afecta viața reală.

Ați putea începe prin a le explica cum funcționează **confidențialitatea online**, cum pot folosi modalități mai sigure de navigare pe internet și cum îi poate afecta împărtășirea de informații personale pe site-uri web sau cu persoane necunoscute. Încercați să dați exemple concrete, fără a demoniza internetul. Deși internetul poate fi o resursă extraordinară, valorile pe care le are (și puterea de a fi pozitiv/negativ) se află în mâinile utilizatorului.

Dacă doriți ca ei să fie precauți, dar nu speriați până în punctul în care să nu folosească deloc internetul, puteți încerca câteva dintre următoarele lucruri:

- Obțineți un dispozitiv de acoperire al camerei de la laptopuri/calculatoare (webcam cover)
- Consultați câteva pagini online împreună cu ei
- Discutați despre ce fel de informații este mai sigur să oferiți (de exemplu, evitați adresa, informațiile despre contul bancar etc.).
- Arătați-le cum să recunoască sursele de informații de încredere
- Participați/organizați ateliere de lucru sau activități care vă învață cum să aveți o activitate online mai sigură (în special pe rețelele de socializare)

Toate aceste situații pot avea un impact și mai dăunător atunci când vorbim despre sexting.

3.2. (Lipsa de) confidențialitate

Sextingul este activitatea de a trimite conținut sexual explicit prin mesaje private sau pe internet. Acesta se referă la fotografii, videoclipuri și mesaje (scrise și audio) (Priority Group). Această practică s-a generalizat odată cu evoluția smartphone-urilor, devenind un comportament normalizat al adolescenților. Cu toate acestea, de cele mai multe ori, oamenii nu sunt pe deplin conștienți de posibilele riscuri pe care le implică sextingul.

Riscurile asociate cu sextingul:

- **Partajarea de conținut explicit fără consimțământ (mesaje, conținut audio-vizual)**

Unul dintre cele mai frecvente riscuri asociate cu sextingul este răspândirea conținutului fără consimțământul persoanei în cauză. Acest lucru se poate face prin redirectionarea mesajelor, prin captura de ecran fără consimțământ și/sau prin postarea conținutului online.

- **Revenge porn (pornografie din răzbunare)**

Pornografia din răzbunare este actul prin care un fost partener împărtășește conținut sexual explicit cu fosta/ul fără a avea consimțământul acestuia. Are scopul de a



provoca jenă și suferință și se poate întâmpla după o separare, având ca punct de plecare răzbunarea (Psych Central, 2018).

- **Hărțuirea cibernetică/hărțuirea sexuală**

Hărțuirea cibernetică (cyberbullying) este utilizarea comunicării online pentru a intimidă sau hărțui o persoană prin partajarea de conținut negativ sau plin de ură și prin amenințări. Persoanele care suferă de hărțuire cibernetică pot avea o stimă de sine scăzută, se pot izola, își asumă o identitate online diferită (creând o imagine falsă a vieții lor), au reacții emoționale negative (frică, vulnerabilitate, frustrare etc.) și au tendințe de autoagresiune.

Potrivit unui studiu realizat de Cyberbullying Research Centre din SUA, pe un eșantion de tineri cu vârste cuprinse între 13 și 17 ani, 42% dintre adolescenți au declarat că au fost victime ale hărțuirii cibernetice în viața lor. Mai mult decât atât, adolescentele au fost mai predispuse să o experimenteze (50,9%) decât adolescenții băieți (37,8%) (Patchin, 2021).

Nu numai că acesta este un risc posibil, dar este mai probabil să se întâmple și în cazul persoanelor care nu se identifică ca bărbați, ceea ce face parte din problema inegalității de gen, deoarece aceste persoane pot fi mai vulnerabile și mai expuse la astfel de amenințări.

- **Detașarea sexualității de corporalitate (influență emoțională)**

Investind mult timp în lumea digitalizată, riscul activității online și, în special, al sexting-ului se poate referi la percepția sexualității în raport cu fizicalitatea (Smith, 2021). Atunci când vine vorba de descoperirea propriei sexualități, practicile pe care le alege cineva influențează conexiunea emoțională care se construiește între persoanele implicate și, astfel, percepția lor asupra sexualității și intimității. O cantitate crescută de sexting poate duce la detașarea sexualității de fizicalitate, făcându-i eventual pe adolescenți să nu asocieze atingerea fizică cu dorința sexuală sau cu sexualitatea. Acest lucru le poate modela întreaga percepție asupra modului de a construi relații intime sănătoase cu partenerii lor și îi poate influența pe tot parcursul vieții.

- **Prădători sexuali**

Prădătorii sexuali sunt persoane care caută contactul sexual într-un mod abuziv sau prădător. Este posibil ca prădătorii sexuali să fi comis infracțiuni sexuale, cum ar fi hărțuirea, agresiunea, violul sau orice altă activitate sexuală care nu a implicat consimțământul celorlalte persoane implicate. Sextingul poate facilita contextul pentru prădătorii sexuali prin catfishing, practica de a-și asuma o identitate diferită, și prin oferirea unei siguranțe online prădătorului, având în vedere că acesta poate minți în legătură cu locația și identitatea sa.

- **Aspecte juridice**

Datorită evoluției rapide a sextingului, recunoașterea sextingului consensual de sextingul non-consensual și de pornografia infantilă a devenit o problemă prioritară pentru instituțiile legii. Prin sexting, în special către persoane pe care nu le cunosc personal, copiii/adolescenții riscă să devină subiecți ai exploatării sexuale online.

Atunci când explicați aceste riscuri, indiferent dacă este vorba de familie sau de mediul școlar, ideea este ca și copiii/adolescenții să devină conștienți de riscuri, nu ca ei să se sperie și să evite să intre pe internet sau să facă sexting. Puteți încerca să le transmiteți ideea că luarea de măsuri de precauție și comunicarea deschisă cu privire la ceea ce se întâmplă în activitatea lor online (respectându-le în același timp intimitatea) poate fi în beneficiul lor. Explicarea măsurilor pe care le pot lua atunci când apar astfel de situații i-ar putea menține mai în siguranță, respectându-le în același timp intimitatea. Încercați să



echilibrați discuțiile și să abordați și partea distractivă și incitantă a sextingului, învățându-i să facă diferența între ceea ce le place și ceea ce nu le place și dezvoltând intimitatea cu partenerii lor.

3.3. Consimțământ

Presiunea colegilor poate influența drastic comportamentul unei persoane, în special atunci când vine vorba de integrarea socială și de sentimentul de apartenență. Luați-vă un moment pentru a le arăta copiilor/adolescenților că este în regulă să se diferențieze de grup și să nu facă ceva cu care nu se simt confortabil. Chiar dacă acest lucru este valabil la toate vârstele, copiii/adolescenții sunt mai vulnerabili la asta, cel mai probabil, trec prin procesul de descoperire de sine în acei ani și încearcă să găsească un grup din care să facă parte.

Explicarea a ceea ce este consimțământul și a faptului că nu ar trebui să îl dea dacă nu se simt confortabil poate fi de mare ajutor. Consimțământul este o stradă cu două sensuri. Decideți dacă și când îl acordați, dar luați în considerare și modul în care îl solicitați.

Când vine vorba de sexting, **cererea de consimțământ** poate arăta astfel:

- Ar fi în regulă să trimit o fotografie/video?
- Vrei să continui?
- Te simți confortabil cu x?
- Cum sună x pentru tine?

Acestea sunt doar câteva exemple despre cum vă puteți asigura că persoana cu care vorbiți se simte de asemenea confortabil cu direcția pe care o ia conversația. A-i învăța pe copii/adolescenți despre consimțământ atunci când vine vorba de sexting înseamnă, de asemenea, a-i învăța cum să se asigure că cer consimțământul. Concentrați-vă pe explicarea faptului că trimiterea de conținut explicit fără consimțământ reprezintă o invadare a intimității celeilalte persoane și că stabilirea intimității cu cineva necesită încredere, indiferent dacă acest lucru se întâmplă online sau offline.

Puteți citi mai multe despre consimțământ la [subiectul 5.6](#).

4. SITUAȚII DE DISCRIMINARE LEGATE DE FIECARE SUBTEMA ÎN PARTE

O. este un copil de 14 ani care are un cont pe o aplicație de socializare. Acolo l-a cunoscut pe G. Deși O. și G. locuiesc în aceeași țară, ei locuiesc în orașe diferite și nu s-au întâlnit niciodată în persoană. Au văzut poze unul cu celălalt și au început să vorbească online până când au ajuns la un anumit nivel de intimitate. În acel moment, G. a început să-i trimită lui O. mesaje cu un conținut sexual explicit și o încuraja pe O. să facă același lucru. O. nu se simțea în largul ei, iar G. a început să facă glume pe seama ei, spunându-i că, dacă ar trimite mesaje cu conținut sexual explicit, ar fi la fel ca orice alt adolescent.

În acest caz, există mai multe riscuri implicate. O. ar putea fi subiectul presiunilor colegilor, al hărțuirii cibernetice, al hărțuirii sexuale, iar dacă persoana de la celălalt capăt al conversației nu ar fi cine pretinde că este, riscurile ar putea implica prădători sexuali, pornografie infantilă sau alte situații periculoase.

În calitate de educator, predarea precauțiilor și a practicilor de siguranță îi poate ajuta pe copii/adolescenți să învețe cum să analizeze situația și cum să ceară ajutor. Este important să le reamintiți despre validitatea limitelor lor și despre faptul că merită să fie respectate de ceilalți.

În calitate de părinte, stabilirea unui climat de încredere și abordarea subiectului sextingului și al securității online, în loc să îl evitați, îi poate ajuta pe copii/adolescenți să



se simtă mai confortabil în a apela la adulți în situațiile în care ar putea avea nevoie de ajutor.

5. CELE MAI BUNE PRACTICI (pentru profesori și pentru familii)

5.1. Stabilirea unui mediu de încredere

Stabilirea unui mediu de încredere cu copiii/adolescenții îi poate încuraja să apeleze la dvs. în cazul unor posibile situații periculoase. Încercați să discutați deschis despre securitatea online, răspunzând la întrebările lor și arătându-le cum să navigheze pe internet într-un mod mai sigur. În același timp, încercați să le respectați și intimitatea.

Încurajați-i să fie conștienți de informațiile pe care le oferă și, mai ales, de persoanele cărora le oferă aceste informații. Încurajați-i să vorbească doar cu persoanele pe care le-au cunoscut personal și vorbiți-le despre intimitate și viață privată.

5.2. Discutați în loc să evitați

Discutați subiectul și găsiți un teren comun și practici care îi pot ajuta atât pe copii, cât și pe dumneavoastră, în calitate de model pentru ei, pentru a-i menține în siguranță. Explicați riscurile sextingului fără a demoniza actul, ci mai degrabă concentrându-vă asupra posibilității de pericol. Dacă ignorați complet acțiunea și o prezentați ca pe un lucru pe care îl considerați complet greșit, s-ar putea să nu-i ajutați pe copii să se ferească de ea, dar cel mai probabil le puteți lua o oportunitate de învățare, deoarece s-ar putea să nu mai vină la dumneavoastră în cazul în care ceva nu merge bine.

6. LINKURI CĂTRE JOCUL VIDEO

A student sharing sexual content of one of their peers with other people without asking for consent

A parent explaining that their children should not be afraid of the internet but should be careful + showing them how to use it

Teenagers having an online conversation and asking for consent before sexting

7. REFERINȚE

Chapman, G., & Campbell, R. (2008). The Five Love Languages of Children. In Google Books. Moody Publishers. Retrieved from https://books.google.es/books?hl=en&lr=&id=ORBIZ94Uu7YC&oi=fnd&pg=PA5&dq=teaching+love+languages+to+kids&ots=Dqo5yDhcfB&sig=HbaF-MdtPGMx6WkjmeNGL7v5UO8&redir_esc=y#v=onepage&q=teaching%20love%20languages%20to%20kids&f=false.

Cho, S.-Y. (2016). Does Gender Equality Promote Social Trust? An Empirical Analysis. *World Development*, 88, 175–187. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2016.07.019>.

Global Fund for Children (2020). Youth are the present, not the future. Retrieved from <https://globalfundforchildren.org/story/youth-are-the-present-not-the-future/>.

Healthline (n.d.). *Guide to Consent*. Retrieved from <https://www.healthline.com/health/guide-to-consent#what-is-consent>.

Hoffman-Fox, D. (2021). What Is My Gender Identity & How Do I Know I'm Transgender? Meetmonarch.com. Retrieved from <https://meetmonarch.com/health-resources/articles/gender-identity/discover-your-gender-identity-4-tips-to-help-you-find-your-authentic-self>.



- McGuire, L. (2021). *Creating Cultures of Consent: A Guide for Parents and Educators*. In Google Books. Rowman & Littlefield. Retrieved from <https://books.google.es/books?id=drAPEAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=teaching+consent+in+schools&hl=en&sa=X&vTurned=2ahUKEwiRx621vbr5AhUJRBoKHxhLCUQQ6AF6BAgBEAI#v=onepage&q=teaching%20consent%20in%20schools&f=false>.
- Mehta, A. (2019). *Teaching Gender, Race, Sexuality: Reflections on Feminist Pedagogy*. Kohljournal.press..Retrieved from <https://kohljournal.press/reflections-feminist-pedagogy>.
- Patchin, J. W. (2021). 2019 Cyberbullying Data. Cyberbullying Research Centre. Retrieved from <https://cyberbullying.org/2021-cyberbullying-data>.
- Priory Group (n.d.). *The Dangers of Sexting* Retrieved from <https://www.priorygroup.com/blog/how-to-talk-to-your-child-about-the-dangers-of-sexting>.
- Psych Central (2022). *Sex vs. Gender: What's the Difference and Why Does it Matter?* Retrieved from <https://psychcentral.com/health/sex-vs-gender#identity-vs-expression>.
- Psych Central (2018). *What Is Revenge Porn?* Retrieved from <https://psychcentral.com/blog/what-is-revenge-porn#1>.
- Psychology Anywhere Anytime (2019). *Gender Identity Issues*. Retrieved from [Gender Identity Issues | PsychologistAnywhereAnytime.com](https://PsychologistAnywhereAnytime.com).
- Psychology Spot (2021). *Adultcentrism: What is it and how does it affect children?* Retrieved from <https://psychology-spot.com/adultcentrism-adultism-examples/>.
- Psychology Today (2014). *Trust and Betrayal*. Retrieved from <https://www.psychologytoday.com/us/blog/anger-in-the-age-entitlement/201401/trust-and-betrayal>.
- Rosenberg, M. (2012). *Living Nonviolent Communication: Practical Tools to Connect and Communicate Skilfully in Every Situation*. In Google Books. Retrieved from https://books.google.es/books?hl=en&lr=&id=U4N5CwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR7&dq=non+violent+communication+tools&ots=7dhC4nssU3&sig=2XBP6DwaspbQ3ttPk-ROXDVunuQ&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false.
- SCI Italy (2022). *The Gender Effect*. Retrieved from 2022_toolkit_booklet_thegendereffect-italy.pdf (sci.ngo).
- Selva, J. (2018). *How to Set Healthy Boundaries: 10 Examples + PDF Worksheets*. PositivePsychology.com. Retrieved from <https://positivepsychology.com/great-self-care-setting-healthy-boundaries/>.
- Smith, D. (2021). *What are the risks associated with sexting?* Dtek Customs. Retrieved from <https://www.dtekcustoms.com/what-are-the-risks-associated-with-sexting/>.
- Trans Student Educational Resources (2015). "The Gender Unicorn." Retrieved from <http://www.transstudent.org/gender>.
- WHO (2022). *Gender*. Retrieved from [Gender \(who.int\)](https://www.who.int).