

STELLA O'MALLEY

COPII MAI PUTERNICI DECÂT BULLYINGUL

CUM SĂ CREȘTI UN COPIL ÎNCREZĂTOR,
ECHILIBRAT ȘI PUTERNIC

Traducere din limba engleză de
ANA MARIA PLUGARU

Prefață de NADIA TĂTARU

CORINT
PROIECT
PARINTI

Mediul specific bullyingului

Coeziunea de grup și competitivitatea

„Pentru ca răul să triumfe, este suficient
ca oamenii buni să nu facă nimic.”

Edmund Burke

Mulți dintre noi am experimentat sentimentul de a ne afla într-un mediu cu potențial de bullying, un mediu în care toți cei prezenți se simt nesiguri cu privire la poziția lor, unde există o senzație acută de competitivitate, o ierarhie strictă și o abordare dogmatică a vieții. În acest tip de atmosferă, oamenii pot deveni irascibili și puși pe harță din cauza tensiunii nemiloase pe care concurența o exercită asupra lor, iar mulți dintre ei sunt tentați să apeleze la forme de divertisment facil. Pentru o personalitate dominantă care trăiește într-un mediu competitiv, opțiunea cea mai naturală este aceea de a-și demonstra puterea asupra celorlalți. Astfel, de foarte multe ori, încep să apară episoade de bullying.

În mediile dificile din punct de vedere social, comunicarea devine rapid o chestiune stresantă, deoarece toată lumea se teme să nu spună ceva „greșit”. Acest lucru este o consecință a faptului că, având atât de mulți indivizi lipsiți de încredere în sine, care se luptă pentru un loc în ierarhia grupului, lucrurile pot escalada rapid, iar orice remarcă nesemnificativă poate părea de un sarcasm necruțător.

Apar jocurile de putere meschine și neplăcute, iar nivelul de nesiguranță crește, pe măsură ce toată lumea se simte și mai vulnerabilă din poziția în care se află.

Dacă mediul îi încurajează pe toți cei implicați să concureze unul cu celălalt, atunci amigdala din creierul nostru este stimulată în permanență și, astfel, fiecare răspunde la acest stimul în funcție de tendința care îl caracterizează: luptă, fugi, rămâi nemișcat sau apără-te. Din acest punct de vedere, scena este pregătită și începe un spectacol în care toți se mănâncă între ei și în care fiecare devine fie parte a problemei, fie parte a soluției. Unii se erijează în personalități alfa, alții devin echipa acestora, victimele sunt alese fără milă și din motive aleatorii, iar spectatorii încep să se adune, de-o parte și de alta a combatanților din jocul de putere.

Dacă ești părintele unui copil care este hărțuit sau prins în dinamica unei relații dificile, atunci este important să cercetezi mediul în care a început totul. Fie la școală sau online, cu cât începi să înțelegi mai bine acest mediu, cu atât îți va fi mai ușor să-ți ajuți copilul să se adapteze, să producă o schimbare sau să se orienteze către un alt mediu. Și nu numai acest lucru este important, ci și faptul că părintele trebuie să înțeleagă dinamica după care funcționează acel mediu.

Este posibil ca, în respectiva poveste, să existe un personaj însetat de putere, și este posibil ca nevoia lui de putere să fie canalizată într-un fel mai benefic. Sau poate că un alt personaj din poveste se bucură de faptul că deține o poziție importantă în anturajul

celui puternic. Sau poate că martorii se bucură de sentimentul de groază pe care îl oferă acest teatru al cruzimii. Acestea sunt dileme greu de lămurit la prima încercare, dar, pe măsură ce se descâlcesc toate ițele care definesc un episod de bullying, de excluziune socială sau relații umane dificile, devine clar că este cu atât mai ușor să gestionezi o astfel de situație, cu cât începi să ai o înțelegere mai cuprinzătoare asupra ei.

Una dintre lecțiile pe care le putem învăța din tulburătoarea poveste a lui Stephen King despre Dodie este că, dacă o persoană se află într-un mediu caracterizat de bullying, ea trebuie să devină

.....
**Dacă ești într-un mediu
caracterizat de bullying,
atunci trebuie să fii
conștient de normele
sociale din jurul tău.**
.....

conștientă de normele sociale din jurul său. Părinții copiilor cuminți trebuie să se asigure că nu își plasează copiii în medii marcate de o atmosferă competitivă, în speranța vagă că acești copii se vor „căli”. Nu este un joc de-a punctele slabe și punctele forte ale copilului,

iar rezultatul va fi mai degrabă un individ nesigur și instabil din punct de vedere emoțional.

Varianta cel mai des întâlnită mizează pe faptul că ar trebui să le spunem copiilor noștri să „fie ei înșiși” și că „dacă nu-i bagi în seamă pe *bullies*, nici ei nu te vor băga în seamă pe tine”. Însă acesta este un sfat periculos pentru potențialele victime care frecventează o școală în care predomină o atmosferă competitivă și care tinde să închidă ochii atunci când vine vorba despre bullying. În schimb – și din nefericire – este corect din punct de vedere social pentru copiii aflați în anumite medii să fie mereu vigilenți la obiceiurile sociale ale grupului, astfel încât să se poată adapta fără să provoace conflicte.

Nu are niciun rost să-ți martirizezi copilul pentru hibeile societății. Dacă vrei să-i oferi copilului tău libertatea de a fi el însuși,

asigură-te că nu îl plasezi într-un mediu propice bullyingului. Dacă împrejurările îți impun să-l trimiți la o anumită școală, în care se petrec adesea episoade de bullying, atunci ceea ce trebuie să faci, ca părinte, este să-l echipezi cu tot ce îi va fi necesar în acest mediu dificil. Asta nu înseamnă că trebuie să-ți înveți copilul să se formeze după mofturile superficiale ale unor *bullies*, ci mai degrabă să înțeleagă că ar putea fi nevoit să învețe să se adapteze în mediul lor.

Într-un mediu format din persoane predispuse la bullying, unii părinți ar putea avea nevoie să-și ajute copiii să discearnă între ce este și ce nu este în trend. Dacă toată lumea din școală prețuiește anumite mărci de îmbrăcăminte, iar copiii care poartă haine mai modeste sunt priviți cu dispreț, s-ar putea să fie nevoie ca părinții să-și orienteze copilul mai puțin priceput din punct de vedere social către aceste branduri. Desigur, unii părinți nu își vor permite financiar să țină pasul cu ținutele costisitoare pe care le preferă adolescenții. Cu toate acestea, în funcție de context, s-ar putea să merite ca părintele să renunțe la alte bunuri de lux pentru a-i cumpăra copilului unul sau două articole pe an, astfel încât adolescentul să fie la înălțimea așteptărilor atunci când se află în mijlocul grupului său de colegi care îl judecă.

Sunt conștientă de faptul că mulți părinți vor crede că-și trădează principiile făcând compromisuri pentru integrarea copilului lor, iar acest lucru ar putea fi adevărat. Cu toate acestea, dacă mediul înconjurător este toxic, cel mai probabil, merită. Dacă mediul este favorabil, atunci copilul tău ar trebui să poată purta cu lejeritate orice își dorește. Deși individualitatea este importantă, orice vagă urmă a acesteia în copilul tău se va șterge dacă este hărțuit și, prin urmare, s-ar putea să fie mai înțelept să cântărești bine între păstrarea individualității, într-un mediu dificil, și perspectiva episoadelor de bullying, într-un mediu dificil. Bineînțeles că soluția ideală este să ne plasăm copilul, de la bun început, într-un mediu tolerant.

Pun alcoolismul de care sufăr pe seama episodului de bullying din primul an de liceu. Nu voi uita niciodată cum m-am simțit la ora de engleză, când profesorul i-a cerut lui John O'Connor să-și citească în fața clasei compunerea. Pe la jumătatea compunerii, mi-am dat seama, îngrozit, că mă viza. Toată lumea din clasă se hlizea și chicotea, iar eu voiam efectiv să mor. Compunerea era despre un băiat care era gay, dar se prefăcea că nu este. Toți se prinseseră, în afară de profesor. Nu voi uita niciodată momentul în care mi-am dat seama că povestea era despre mine. Mi se făcuse cald apoi, deodată, am înghețat. Stăteam aplecat deasupra băncii mele, complet paralizat. Toate fetele râdeau pe înfundate. M-am simțit atât de expus și de vulnerabil, încât îmi este greu să descriu în cuvinte. Profesorul nu prea a știut cum să gestioneze situația și, analizând în retrospectivă, cred că ar fi trebuit, pur și simplu, să oprească lectura de îndată ce și-a dat seama ce se întâmplă. În loc să facă asta, el se străduia să-i oprească pe ceilalți copii să arunce cu lucruri în mine, să râdă și să mă înghiontească, ceea ce pentru mine a fost și mai umilitor.

Kevin, 28 de ani

În anumite situații, părinții sunt mai capabili să „citească” mișcările din societate. În cazurile respective, părintele trebuie să-l învețe pe copilul său aceste coduri sociale. Uneori, părinții ar putea fi nevoiți să-și învețe copiii și alte subtilități sociale, cum ar fi să nu se dea mari, să recunoască „semnalele de oprire”, să nu insiste pe o anumită glumă dacă nu râde nimeni, aceasta printre alte mici porniri naturale pe care copilul le-ar putea avea, dar care nu îi sunt de folos. De asemenea, poate fi util dacă părintele își poate învăța

copilul să se conecteze cu sine la un nivel autentic, astfel încât să învețe să fie el însuși fără riscul de a părea un impostor. Nimeni nu poate depăși un adolescent la depistarea imposturii.

Părinții își pot ajuta copiii să fie mereu mai isteți decât ceilalți: își pot păstra individualitatea pentru ei înșiși, se pot exprima în mod creativ, prin scris sau prin muzică, dar, în același timp, nu trebuie să se expună abuzurilor provocându-i pe cei cu un comportament de agresor. Sunt adevăruri greu de acceptat, dar bullyingul este o situație și mai greu de acceptat.

În cartea sa de o influență fundamentală despre cum a supraviețuit lagărelor de concentrare în timpul celui de-Al Doilea Război Mondial, *Omul în căutarea sensului vieții*, Viktor Frankl a descris modul în care a reușit să păstreze o urmă de control asupra situației cumplite în care se afla, identificând un scop în viață care să-l facă să se simtă bine și imaginându-și rezultatul. De exemplu, imaginându-și cum va arăta o zi fericită din viața lui când va merge la facultate, înconjurat de prieteni, într-un mediu tolerant, copilul tău ar putea accepta mai ușor circumstanțele actuale în care se desfășoară viața lui.

Cum să-ți pregătești copilul cu înțelepciune

Părinții care doresc să-și educe copiii pentru a se integra în societate trebuie să se detașeze de familia din care provin, să evalueze cu răbdare și aproape să disce răspunsul la următoarele întrebări. Apoi, rezultatul acestei introspecții emoționale profunde trebuie transmis copilului, astfel încât el să devină mai conștient de sine și mai bine echipat cu instrumentele necesare pentru a gestiona aspectele mai dificile ale mediului din care face parte.

Care sunt trăsăturile care îi ghidează pe copiii tăi în felul lor de a se comporta? Sunt prietenoși, pretențioși, glumeți, dornici să facă pe plac, mai lenți în a se adapta?

Care dintre trăsăturile pe care le posedă deja îi vor ajuta? Îi poate ajuta sensibilitatea lor să înțeleagă rapid dinamica unui episod de bullying? Și-ar putea folosi simțul umorului în avantajul lor?

Ce li se pare dificil în mediul lor (de exemplu, școala, comunicarea pe rețelele sociale, băieții)? Este interacțiunea socială cel mai dificil aspect pentru ei? Sunt mai imaturi decât alți copii de vârsta lor? Lipsa lor de interes pentru sport lucrează împotriva lor?

Cum reacționează copiii tăi atunci când sunt atacați? Aleg să lupte, să fugă, să rămână nemișcați sau să încerce să îl calmeze pe agresor? Funcționează alegerea lor? Ce anume ar putea face astfel încât acel lucru să se dovedească măcar un pic mai folositor pentru ei? Nu are niciun rost să le dai sfaturi pe care pur și simplu nu le-ar putea pune în practică.

Mediul școlar

Adevărata soluție la dificultățile întâmpinate în viața socială poate fi să te concentrezi mai degrabă asupra mediului decât asupra celor cu un comportament de agresor, deoarece, în mediul potrivit, potențialii hărțuitori nu vor deveni hărțuitori (aceștia pot deveni, în schimb, lideri puternici și motivați sau, altfel spus, tendințele lor distructive pot fi canalizate spre alte căi, mai creative). Rolul parțial ce le revine directorului și cadrelor didactice este acela de a crea un mediu rezistent la bullying, care să nu permită

acestui tip de comportament să înflorească. Singura problemă, însă, este că nicio școală nu pune pe locul întâi prevenirea comportamentelor de tip bullying. În plus, sistemul de învățământ este în sine un mediu clasic pro-bullying, în măsura în care se bazează pe un sistem competitiv și ierarhic, în care, în cele din urmă, elevii concurează între ei pentru locurile la facultatea la care își doresc să se înscrie. Psihologia școlilor și a universităților este impregnată de mentalitatea conform căreia fiecare are ceva de demonstrat. Sistemul de învățământ, în forma sa actuală, promovează cultura realizărilor constante și, prin urmare, stresul necruțător și sentimentul permanent de nesiguranță.

Profesorii sunt plătiți ca să le predea elevilor materia din programa școlară, nu pentru a preveni cazurile de bullying. Și totuși, ei ar putea ține seminarii despre nenorocirile provocate de bullying și ar putea sprijini inițiativele împotriva bullyingului. Dacă ne dorim să eliminăm acest flagel, este nevoie de un efort mai susținut și de o concentrare a mai multor resurse din partea școlilor, familiilor și a întregii comunități.

Unii profesori proactivi consideră că este util să folosească mediul în care predau pentru a se concentra mai degrabă asupra caracterului și a trăsăturilor de lider ca modalitate de a-i ghida pe elevi în alegerile lor, și mai puțin asupra regulilor. Pot face acest lucru solicitându-le elevilor să scrie eseuri pe teme precum loialitatea, compasiunea, bunătatea sau curajul moral, și astfel, atunci când se comportă necorespunzător, elevul să fie nevoit să scrie despre un subiect care îl obligă să reflecteze la propriile acțiuni.

.....

**Dacă ne dorim să
eliminăm acest flagel
care este bullyingul,
este nevoie de un
efort mai susținut și
de o concentrare a
mai multor resurse din
partea școlilor, familiilor
și a întregii comunități.**

.....

Profesorii pot crea un mediu propice ajutorării victimelor, prin derularea unor proiecte de artă și de istorie, în cadrul cărora pot



Profesorii pot crea un mediu propice pentru ajutorarea victimelor, prin derularea unor proiecte de artă și de istorie.



porni de la momente-cheie din istorie, cum ar fi Mișcarea pentru drepturile civile*. Dacă profesorul alege anumite aspecte din istorie pentru a arăta modul în care un număr mic de oameni pot schimba lucrurile, aceste lecții pot avea un impact major asupra potențialilor apărători din clasă. Trebuie să avem în vedere că o clasă nu are nevoie de mai mult de doi-trei

apărători care să intervină în mod eficient, pentru a schimba cultura spectatorului.

Profesorii care încurajează competiția la clasă, din dorința de a obține rezultate remarcabile, construiesc un mediu plin de tensiune, iar acest lucru favorizează apariția unei atmosfere propice bullyingului. Mediul școlar poate ajuta prin promovarea coeziunii de grup în cadrul școlii, un fel de atmosferă de tipul „suntem cu toții parte din asta”, cu scopul final al reușitei la examene și al intrării la facultate. Școala St Columb's din Derry (printre ai cărei absolvenți de seamă se numără Seamus Heaney, Brian Friel, John Hume, Paul Brady și Phil Coulter**) a stimulat acest spirit oferind

* Mișcarea pentru drepturile civile ale afro-americanilor se referă la mișcările sociale care au fost întreprinse de afro-americani în Statele Unite, pentru a lupta împotriva discriminării și a segregării rasiale. Principalele mișcări sociale au avut loc între 1955 și 1968 (n. red.).

** Seamus Heaney (1939–2013), poet, dramaturg și traducător. În 1995 a primit Premiul Nobel pentru Literatură; Brian Friel (1929–2015), dramaturg irlandez, fondator al Field Day Theatre, considerat unul dintre cei mai mari dramaturgi de limba engleză (supranumit „Cehovul Irlandei”); John Hume (1937–2020), politician naționalist din Irlanda de Nord, considerat una dintre cele mai importante figuri din istoria politică recentă a Irlandei și unul

o zi liberă întregii școli ori de câte ori un elev al școlii câștiga o bursă universitară prestigioasă. Profesorii pot crea, de asemenea, un mediu anti-bullying, fiind atenți la tonul pe care îl dau în clasă. Dacă tonul este nesigur, competitiv și strict ierarhic, tendința clasei se poate îndrepta cu ușurință către bullying, or, rolul profesorului este tocmai acela de a crea un loc sigur și care să îi încurajeze pe copii să reușească în viață și să se dezvolte, în ciuda unui sistem educațional defectuos.

Cum tratăm diferențele

Când un copil se simte amenințat de sosirea cuiva „diferit” în sfera sa socială, el poate reacționa prin încercarea de a agresa sau de a exclude acea persoană, nu numai pentru că vrea să protejeze puritatea grupului, ci și pentru că acest potențial bully nu-și înțelege propria reacție, complicată și generatoare de emoții puternice, față de acel nou-venit. Așa se întâmplă, de exemplu, atunci când un copil puternic, dar nedezvoltat din punct de vedere emoțional, se confruntă cu cineva care pare să aibă o mulțime de probleme, cum ar fi nevoi speciale sau un mediu familial dificil.

Copiii pot fi copleșiți de sentimente de groază, de vină a supraviețuitorului și de sentimentul firesc de ușurare că nu întâmpină ei înșiși astfel de provocări. Acești potențiali agresori sunt adesea motivați de dorința lor instinctivă de a evita emoțiile dificile și de încercarea de a controla incontrollabilul. Așa că ar putea avea această pornire de a exclude o persoană care este „diferită” fără a o face în mod intenționat, pur și simplu pentru

dintre arhitecții procesului de pace din Irlanda de Nord; Paul Brady (n. 1947) și Phil Coulter (n. 1942), muzicieni și cantautori (n. red.).

că au tendința naturală de a respinge ce este diferit. Deși toate acestea pot fi cumva justificate, pentru nou-venit este o experiență oribilă să fie supus bullyingului sau efectiv exclus, pe motiv că este diferit.

Este nevoie de o cultură a educației, a toleranței, a compasiunii și a empatiei pentru a asigura un mediu în care noutatea și diferența sunt primite în mod corespunzător. Profesorii pot crea această cultură în sala de clasă chiar și numai concentrându-se asupra acestor subiecte pe care le pot identifica în literatura pe care o citesc elevii lor, cântecele pe care le cântă, figurile istorice importante despre care citesc și însăși istoria pe care o învață.

Importanța acceptării

Darul acceptării de sine și al acceptării celorlalți este poate unul dintre cele mai importante daruri pe care i le poți oferi copilului tău. Părinții și profesorii pot să „arate calea” prin discuții frecvente despre faptul că diferența poate fi ceva extraordinar - poate o haină grea, dar care merită purtată. Să-i luăm drept exemplu pe Lady Gaga și Stephen Hawking, care sunt foarte diferiți față de colegii lor de breaslă.

O atitudine limitată sau fanatică este de neacceptat, dar, din păcate, este foarte des întâlnită și, cu cât copilul tău învață mai multe despre atitudinile diferitelor persoane, cu atât își va construi și își va dezvolta inteligența emoțională și capacitatea de a se accepta pe sine și de a-i accepta pe ceilalți așa cum sunt.

În cazul în care copilul tău este diferit, într-un fel sau altul, este important să îl înveți să înțeleagă faptul că unii oameni au o atitudine lipsită de educație față de

ceea ce este diferit. Poate dura ceva timp până când un copil învață să aprecieze faptul că e diferit, dar părinții pot între timp să-i citească anumite cărți pentru copii și să vizioneze filme împreună cu el (vezi lista de resurse de la finalul cărții). Părintele poate, de asemenea, să-i explice copilului că societatea încă nu a evoluat suficient încât să le permită celor care sunt diferiți să trăiască fericiți în mijlocul ei, că, deseori, oamenii ignoranți îi vor ataca pentru faptul că sunt diferiți, și aceasta, din păcate, este o experiență pe care ar trebui să învețe să o anticipeze și să o gestioneze.

A fi diferit poate deveni un atu puternic și, cu sprijin și cu îngrijire atentă, elementul care îl face pe copilul tău să fie diferit ar putea fi cheia care să contribuie într-o zi la dezvoltarea lui într-un adult plin de compasiune, grijuliu și puternic.

Coeziunea și competitivitatea

Coeziunea grupului este un factor semnificativ care influențează apariția și dezvoltarea bullyingului. După cum am văzut în capitolul anterior, în cazul Danemarcei, unde evreii danezi erau considerați parte din comunitatea daneză, cu cât grupul este mai sudat, cu atât este mai probabil ca spectatorii să se implice moral în orice situație. În loc să se uite peste umăr și să se aștepte să fie înjunghiați mișelește de prietenii care le sunt, de fapt, dușmani, membrii unui grup sudat beneficiază de puterea și de sprijinul grupului din care fac parte. În acest sens, contează cu adevărat mediul școlar, deoarece, dacă elevii sunt uniți și primesc o

educație în care faptul de a fi săritor este recunoscut și încurajat, atunci ne așteptăm ca oamenii să îi protejeze pe cei vulnerabili din comunitate.

.....

Mediul școlar este important: dacă elevii sunt uniți și primesc o educație în care contează să fie săritori, atunci ne așteptăm ca oamenii să îi protejeze pe cei vulnerabili din comunitate.

.....

Totuși, atunci când grupul este nesigur pentru membrii săi sau lipsit de coeziune, este mult mai dificil să ai atât de mult curaj încât să sari în apărarea altcuiva. Membrii unui grup lipsit de coeziune sunt mai predispuși să încerce să stabilească o ordine ierarhică prin intermediul forței și, astfel, pot deveni excesiv de orientați pe eliminarea oricărui membru din grup care li se

pare dubios. Membrii mai slabi ai turmei sunt atât de hotărâți să întărească grupul din care fac parte (și, pe cale de consecință, să-și întărească propria poziție), încât pot deveni nemiloși în tendința lor de a-i ataca pe ceilalți.

Adulții uită adesea cu câtă disperare își doresc copiii să se integreze în grup. Chiar și copiii care se remarcă datorită unor realizări extraordinare manifestă o anumită jenă atunci când ies în evidență. Cei mai mulți copii își petrec aproape toată ziua asigurându-se că fac parte din grup și, în cazul în care constată că nu este așa, fac eforturi disperate să fie integrați. Iar atunci când ești un adolescent care își duce viața la periferie, gravitând în jurul nucleului format din cei populari, mereu conștient de faptul că o mișcare necugetată te-ar putea retrograda la statutul de „singuratic”, te afli într-o situație cu multe implicații emoționale.

Adulții care își mustră aspru copiii, cerându-le să sară în apărarea oricui este victima unei agresiuni, deseori pierd din vedere esențialul. Chestiunea are cu mult mai multe fațete decât am putea crede și nu mulți dintre noi sunt dispuși să se vâre de bunăvoie în gura lupului.

Adolescenții trăiesc într-o lume virtuală în care își numără „prieteni” în mod obsesiv, iar schimbarea imaginii de profil este un eveniment major. Societatea adolescenților de astăzi este complexă, nemiloasă, subtilă și incredibil de conștientă de ideea de statut social. Adulții le fac un deserviciu copiilor intervenind cu sfaturi seci și insensibile, care fac abstracție de complexitatea situației.

Există posibilitatea ca adolescenților, atunci când nu sunt copleșiți de spaimă, să le lipsească încrederea în capacitatea lor de a schimba ceva într-o anumită situație și își spun în sinea lor că nu știu cum să schimbe lucrurile. Mulți dintre noi îngheață de spaimă în fața unei grozăvii, așa se întâmplă atunci când suntem martorii unui accident de mașină sau al unei bătaii cumplite de stradă, într-o sâmbătă seară. Acest lucru este cu atât mai valabil în cazul adolescenților și al copiilor, care au prea puține cunoștințe despre cum să gestioneze în mod corespunzător un astfel de comportament. Ambiguitatea care caracterizează orice situație complexă de bullying poate împiedica un copil să acționeze, pentru că, de cele mai multe ori, copiii nu își pot da seama cine este de vină și ce ar trebui făcut. Dacă grupul din care fac parte nu este unul securizant, întreaga situație le dă dureri de cap copiilor și, astfel, din frustrare și neputință, întorc pur și simplu spatele și pleacă.

Identitatea de grup

Fanii pasionați de fotbal se bucură adesea de un sentiment deosebit de apartenență pe care echipa „lor” îl insuflă. Tot ce trebuie să faci ca să observi sentimentul de identitate de grup în acțiune este să participi la un meci de fotbal oarecare. Dar cum de unii se mulțumesc să meargă la un burger și să plece acasă după meci, în timp ce alții simt nevoia să se lase purtați de valul mentalității

de turmă? De ce fanii dau foc la mașini după ce pierd sau chiar și după ce *câștigă* un meci de fotbal? Luați individual, acești oameni sunt adesea foarte drăguți și chiar gentili, dar ca grup pot deveni niște troglodiți violenți. După cum am văzut în capitoul anterior, cercetările științifice cu privire la comportamentul mulțimilor ne arată că indivizii pot „pierde contactul” cu propria con-

știință morală atunci când sunt parte
dintr-un grup. Grupul poate crea un
mediu de bullying, iar acest mediu
este susceptibil de schimbare.

Dacă analizăm evenimentele de la EURO 2016 din Franța, putem vedea imediat cum fiecare mulțime își poate crea o identitate proprie. Suporterii irlandezi au devenit mândri că s-au ales cu supranumele de „cei mai buni suporterii din lume” și, drept urmare, pentru a se identifica la un nivel și mai profund cu această reputație, au început să facă fapte de generozitate absolut la întâmplare prin Franța, în timpul campionatului european de fotbal. De exemplu, au schimbat o anvelopă la camionul unui cuplu de bătrâni francezi, au făcut curățenie după o noapte de beție cruntă și chiar i-au cântat unui copil să adoarmă!

În același timp, suporterii englezi și cei ruși s-au autodeclarat cei mai duri fani din lume. Fanii ruși au fost descriși ca fiind sălbatici și organizați. Ei s-au deghizat în suporterii englezi și s-au echipat cu gutiere și cu bastoane telescopice. Această abordare de tip militar a însemnat că ei își imaginau o identitate războinică, în contextul căreia suporterii – nemaiținând cont de echipele de fotbal – aveau să câștige sau să piardă. Cu ceva timp înainte, suporterii englezi erau renumiți în întreaga lume pentru revoltele și scandalurile pe care le provocau și, evident, suporterii ruși s-au hotărât să își însușească acest titlu de o faimă îndoielnică, „bătându-i” pe englezi.

Din fericire, mentalitatea de turmă se poate schimba (la fel ca mediul școlar). Când suporterii irlandezi s-au întâlnit cu suporterii englezi, în Montmartre, cei din urmă s-au comportat cu irlandezii foarte diferit de felul în care s-au comportat cu rușii. Suporterii irlandezi nu încercaseră să-i „învingă” pe fanii englezi cu violență, ci mai degrabă s-au apucat să-și construiască identitatea de „cei mai prietenoși” suporteri și au început să-i sâcâie pe englezi, scandând ironic lozinci precum „Vă rugăm, nu puneți de-o răscoală!”

Suporterii englezi au răspuns cu „Nu sunteți decât o echipă englezească de divizie B”. Totul era foarte pașnic, iar când irlandezii au început să scandeze „Să-i cheme cineva pe ruși”, toată șicana a fost catalogată ca fiind o glumă bună. Cum unul dintre grupuri nu avea de gând să se lanseze într-o confruntare violentă, celălalt grup s-a implicat în noua dispută pentru titlul de „cei mai amuzanți suporteri”, la fel cum o școală competitivă poate deveni o școală care concurează pentru titlu în ceea ce privește nivelul de toleranță și de incluziune.

Apartenența la un grup provoacă celor mai mulți dintre noi trăiri emoționale intense. Iată un motiv pentru care multora le place să meargă la concerte de muzică mai degrabă pentru legătura emoțională puternică pe care o stabilesc cu alți oameni care apreciază aceeași muzică, decât pentru muzica în sine. Aceste trăiri emoționale pot fi atât pozitive, cât și negative. Furie, groază, extaz, exaltare – toate aceste stări emoționale pot fi valorificate în cadrul unui singur grup.

Atât timp cât starea emoțională este una pozitivă, situația este destul de inofensivă. Însă atunci când starea emoțională este una negativă, lucrurile devin ceva mai periculoase. În concluzie, dacă un anumit mediu școlar este caracterizat de o atmosferă foarte competitivă, cel mai eficient mod de a răspunde acestei realități

este încercarea de a muta competiția în zona carității și a faptelor bune. De asemenea, dacă atmosfera dintr-o școală este plictisitoare și lipsită de provocări, liderii pot apela la bullying ca la o formă de divertisment, motiv pentru care acest mediu al indolenței ar trebui transformat într-un mediu productiv.

Mediul perfect pentru bullying

Dacă analizăm cu atenție mediul aspru și îndochinat al unei școli de tip pension, de modă veche, vedem imediat ce impact profund poate avea. Școlile private de modă veche erau adesea un fel de vas Petri* pentru apariția și cultivarea celor cu un comportament de agresor. Multe dintre aceste școli administrau pedepse colective ca măsură disciplinară, în mod regulat și fără discriminare. Această abordare totalitară de a pedepsi întreaga clasă în locul unuia sau a celor doi elevi vinovați a hrănit sentimentele de furie și de izolare. Pe vremuri, se puneă prea puțin accent pe blândețe, bunătate sau compasiune, în timp ce forța și puterea erau ridicate în slăvi.

Se poate observa că anumite personalități au prosperat în acest tip de circumstanțe, în timp ce alte personalități mai pașnice – precum Prințul Charles – au suferit enorm. Până în zilele noastre, accentul exagerat pe care îl pun anumite școli private pe statutul social, performanță și putere poate alimenta o atmosferă agresivă. Concurența este adesea încurajată în mod activ în școlile private, deoarece aceste școli trebuie să le demonstreze părinților care plătesc taxele că frecventarea lor este o investiție

* Vasul Petri este un vas rotund neted cu capac pe măsură, fabricat din sticlă sau material plastic și folosit pentru cultivarea microorganismelor. Vasul a fost numit după inventatorul său, bacteriologul german Julius Richard Petri (n. red.).

care își merită banii, așa că își expun realizările și performanțele. Din fericire, multe școli private din zilele noastre își canalizează spiritul de competiție în direcția unor preocupări mai altruiste.

Abuzul inițiativ este un tip de practică ritualică de introducere a novicilor în comunitatea școlii în care se înscriu, care era foarte comună în școlile cu internat și încă este răspândită în unele școli și în ziua de astăzi. Abuzul inițiativ servește în primul rând pentru a

● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●
**Abuzul inițiativ = tip
de practică ritualică de
introducere a novicilor
în comunitatea școlii în
care se înscriu.**
● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

stabili că fiecare își cunoaște locul. Acest lucru dă naștere unei ierarhii stricte, care folosește bullyingul ca metodă de a asigura menținerea ordinii ierarhice. Victimele acestui tip de bullying se pot consola cu faptul că într-o zi vor fi în eșalonul superior al școlii și vor avea, la rândul lor, șansa de a aplica pedepse oribile celor mai tineri și mai neînsemnați decât ei. Și, de cele mai multe ori, o și fac.

Deși, în mod oficial, nu este tolerat în școli un astfel de comportament, mulți dintre adulți împărtășesc opinia greșită că acest comportament este parte din suferințele și coborâșurile copilăriei și că ne ajută să devenim mai puternici. Nu este așa și nici nu ne ajută.

M-am întrebat adesea ce a fost mai rău pentru mine: faptul că am fost hărțuit sau faptul că m-am simțit izolat de foștii mei prieteni, de profesori și de părinții mei, care au stat cu toții cu mâinile-n sân și le-au permis hărțuitorilor din școală să-mi distrugă viața? Bullyingul mi-a schimbat percepția asupra lumii întregi. Știu că sună ca și când aș fi un psihopat,

dar chiar pot să înțeleg de ce unii copii agresați de bullies ajung niște descreierați și împușcă toată școala. Ar trebui să se instituie un proces prin care să se poată înregistra plângeri fără nici cea mai mică teamă de repercusiune fizică. În cazul în care este depășit un anumit prag de gravitate a faptelor, punerea în mișcare a acțiunii organelor abilitate să se poată face automat. Până când copiii nu vor avea posibilitatea de a se plânge pentru ce li se întâmplă fără să se expună la noi vătămări, bullyingul va continua.

John, 42 de ani

Cum să fii avocatul copilului tău

Mie, ca psihoterapeut, mi se pare remarcabil cât de mulți clienți îmi spun că trebuie doar să se întărească și să învețe să îndure orice le provoacă suferință. În general, le subliniez că își spun de mulți ani acest lucru – uneori, până la 50, 60 sau chiar 70 de ani – și că încă nu au învățat cum să fie mai puternici, așa că poate ar fi mai eficient și mai curajos să încercăm o altă abordare. Într-adevăr, din multe puncte de vedere, este mai curajos din partea ta să recunoști că o anumită abordare nu funcționează și, uneori, denotă mai mult curaj să fii blând și tandru. În mod similar, părinții ar trebui să se abțină de la a le mai cere copiilor lor să „se călească” și, în schimb, să îi ajute să învețe să se ajute pe ei înșiși.

În perioada în care eram psihoterapeut începător, am primit următoarea poezie trimisă de prietena și profesoara mea, Fiona Hoban, și cred că aceste versuri au puterea de a ne reaminti într-un mod foarte elocvent cum să fim sprijin pentru copiii noștri fără a le strivi personalitatea: