Cofinanțat de Uniunea Europeană

SAVE School Anti-Violence Ecosystem

program coordonat de World Vision ROMÂNIA

Ghid cu activități nonformale pentru cadrele didactice

Proiectul *Siguranță şi Respect în Şcoală* este implementat de Asociația MERGI ÎNAINTE, în cadrul Programului SAVE („School Anti-Violene Ecosystem") coordonat de Fundația World Vision România și cofinanțat de Uniunea Europeană. Durata proiectului: 18 luni

DESCRIERE:

În cadrul Proiectului "Siguranță și Respect în Școală", am dezvoltat un set de activități non-formale, sub formă de jocuri educative, care vor facilita procesul de învățare și vor sprijini dezvoltarea personală și socială a elevilor.

Obiectivele activităților:

- Dezvoltarea abilităților sociale și emoționale ale elevilor
- Îmbunătățirea comunicării și colaborării între elevi
- Crearea unui mediu școlar bazat pe respect reciproc și non-violență
- Încurajarea empatiei, solidarității și gândirii critice
- Stimularea participării active și a implicării în activitățile de grup

STRUCTURA:

CE ESTE VIOLENȚA în ȘCOALĂ?

Violența în școală înseamnă atunci când cineva se poartă urât cu altcineva, îl rănește, îl supără sau îl face să se simtă trist sau speriat.

Exemple de violență:

- Cineva lovește sau împinge pe altcineva.
- Un elev râde mereu de altul sau jignește.
- Un elev este lăsat mereu pe dinafară la jocuri.
- Un elev ia lucrurile altuia fără să întrebe sau le strică.
- Un elev trimite altuia mesaje urâte pe telefon sau pe rețele sociale.



Cum se simte un copil când cineva e violent cu el?

- Trist
- Speriat
- Fără chef de școală
- Supărat sau nervos

Ce putem face?

- Să fim **prietenoși și buni**.
- Să **nu răspundem cu violență**.
- Să **oferim suport și îndrumare**.

Tipuri de violență (pe înțelesul copiilor)

1. Violența fizică

Are loc atunci când cineva folosește **mâinile sau picioarele** ca să rănească.

Exemple:

- Împinsul
- Lovitul
- Trasul de păr
- Aruncatul cu lucruri

Activitate practică : Depanare auto

Număr participanţi: 8-25

Vârstă participanţi: 9+

Durată joc: 10-15 min.

Desfăşurare joc: Un jucător este un cui care provoacă celorlalţi (care sunt maşini) pene de cauciuc, prin faptul că îi prinde. Aceştia se aşează şi aşteaptă să fie ajutaţi de către ceilalţi colegi, care le pot umfla roţile prin cinci ture în jurul lor.

După încheierea jocului "Depanare auto", este esențială o discuție de reflecție pentru a-i ajuta pe copii să conștientizeze emoțiile trăite și lecțiile învățate prin activitate.

Set de întrebări sugestive pentru discuția cu copiii:

- Cum te-ai simțit când ai fost „cuiul” care provoca penele? Ce gânduri ți-au trecut prin minte?
- Ai observat cum au reacționat ceilalți când au fost „mașini cu pene”? Ce emoții crezi că au trăit?
- Ce ai simțit când ai ajutat o „mașină” să-și umfle roțile? A fost ușor să oferi ajutor?
- Ai observat momentul când o „mașină” cerea ajutor? Cum ai reacționat? De ce?
- Cum crezi că s-au simțit colegii când nu puteau să se miște și așteptau ajutor?
- De ce este important să ne ajutăm unii pe alții, mai ales când cineva întâmpină dificultăți?
- Ce ai învățat despre cooperare și sprijin din acest joc?

- Cum putem să fim mai buni prieteni și colegi în viața de zi cu zi, plecând de la acest joc?
- Ce părere ai despre faptul că a provoca „pene” nu este o soluție bună pentru a rezolva conflicte?

Variaţiuni: Se poate juca cu mai multe „cuie”; mărimea terenului de joc se poate varia; numai anumite tipuri de maşini pot acorda ajutor.

Obiectivul activității: Creșterea nivelului de cooperare și colaborare în grup, violența poate fi combătută prin apariția unui spirit de echipă și prin crearea unui mediu prietenos.

2. Violența verbală

Când cineva folosește **cuvintele** ca să rănească sau să supere.

Exemple:

- Jigniri („Ești prost!”, „Nu știi nimic!”)
- Țipete
- Porecle răutăcioase
- Amenințări („O să-ți iau caietul dacă nu...!”)



3. Violența emoțională

Când un copil îl face pe altul să se **simtă trist, exclus sau speriat** fără să lovească.



Exemple:

- Nu este lăsat să se joace cu ceilalți
- Colegii râd de el mereu
- Se simte singur și respins

4. Violența online (cyberbullying)

Când cineva **trimite mesaje urâte sau răutăcioase** pe telefon sau internet.

Exemple:

- Un copil primește mesaje răutăcioase pe WhatsApp
- Cineva scrie lucruri urâte despre altcineva online
- Se râde de o persoană într-un grup online



! Important de știut:

Dacă unui elev i se întâmplă ceva care îl face să se simtă rău, încurajează-l să spună unui **adult de încredere** (mama, tata, învățătorul, dirigintele, consilierul școlar, directorului)!

Ce se întâmplă cu un copil care trece prin violență?

Când cineva e lovit, jignit sau exclus mereu, el poate începe să se simtă **rău în interior**.

Iată cum:

Frică	Tristeţe	Retragere	Lipsa concentrării
Elevului îi e teamă să vină la școală…	Elevul este mereu supărat…	Elevul nu mai vrea să vorbească cu nimeni…	Elevul nu mai poate să învețe cum trebuie…
• Copilul se teme de colegii care îl rănesc. • Îi este frică să vorbească sau să ceară ajutor. • Se uită mereu în jur speriat.	• Se simte singur și neînțeles. • Nu mai are chef să se joace sau să râdă. • Uneori poate chiar să plângă ușor, fără motiv clar.	• Nu mai vrea să stea cu colegii. • Nu mai participă la jocuri sau activități. • Se ascunde sau stă mereu singur.	• Se gândește la ce i s-a întâmplat și nu mai este atent la lecții. • Uită lucruri ușor. • Nu își mai face temele sau le face grăbit.

Cum putem să implicăm grupul pentru a ajuta în depășirea situației?

Îi încurajăm:

- Să fie **prieteni adevărați**.
- Să spună **unui adult** dacă vede pe cineva trist sau speriat.
- Să nu râdă de nimeni.
- Să arate **bunătate și înțelegere**.

Activitate practică : **Barza şi broaştele**

Număr participanţi: 8-25

Vârstă participanţi: 8+

Durată joc: 5-10 min.

Desfăşurare joc: Un jucător este o barză, care vrea să prindă cât mai multe

broaşte. Barza poate merge doar într-un picior, iar broaştele încearcă să scape numai prin sărituri. Dacă trei broaşte se întâlnesc, barzei îi este frică să se apropie de ele. Prinde barza o broască, ei schimbă rolurile.

Observaţii: Dacă barza are greutăţi în prinderea broaştelor, se poate mări numărul broaştelor care trebuie să se întâlnească, ca barzei să îi fie frică.

După joc, adunați copiii și inițiați o discuție despre emoțiile pe care le-au simțit în timpul activității. Întreabă-i cum s-au simțit în rolul de barză și în cel de broască, ce le-a plăcut, ce a fost dificil, dacă s-au temut sau au fost curajoși și cum au gestionat aceste sentimente.

Set de întrebări sugestive pentru discuția cu copiii după activitatea „Barza și broaștele" :

- Cum te-ai simțit când ai fost barza? Ai avut curaj sau te-ai simțit nesigur?
- Ce a fost cel mai dificil pentru tine în rolul de barză sau broască?
- Cum te-ai simțit atunci când erai broască și trebuia să fugi să nu fii prins?
- Cum ai reacționat când ai fost prins sau când ai reușit să prinzi o broască?
- Ai simțit frică, bucurie sau altă emoție în timpul jocului? De ce?
- Ce ai învățat despre tine și despre sentimentele celorlalți prin acest joc?
- Cum te poate ajuta jocul de astăzi să fii un coleg mai bun?
- Ce ai face diferit data viitoare când te afli într-o situație similară, dar reală?

Concluzii și mesaje de luat acasă:

- Este normal să simțim emoții diferite, chiar și cele negative precum cele care ne fac să ne temem sau să fim nervoși.
- Emoțiile ne pot ajuta să înțelegem ce simt ceilalți și să fim mai empatici.
- În momente dificile, putem găsi curaj și sprijin în prietenii noștri.
- Schimbând rolurile, învățăm să ne punem în pielea altcuiva și să respectăm sentimentele lor.
- Gestionând emoțiile în mod pozitiv, putem reduce conflictele și ne putem bucura mai mult de timpul petrecut împreună.

Această discuție ajută copiii să conștientizeze și să verbalizeze emoțiile,

dezvoltându-și inteligența emoțională și relațiile sociale.

Obiectivul activității: Elevii vor reuși să își identifice, exprime și gestioneze mai bine emoțiile negative. Va rezulta o reducere a conflictelor interpersonale și o creștere a empatiei între colegi.

Activitate practică : **Vino – Fugi!**

Număr participanţi: 10-30

Vârstă participanţi: 9+

Durată joc: 10-15 min.

Desfăşurare joc: În jocul „Vino – Fugi!", elevii se așază în cerc, fiecare pe câte un loc, iar unul dintre ei rămâne în picioare și începe să alerge în jurul cercului. În timp ce aleargă, atinge un coleg și alege una dintre variante: îi spune „Vino cu mine!", iar colegul se ridică și aleargă alături de el, în aceeași direcție, sau îi spune „Fugi de aici, tristețe (sau singurătate, supărare etc.)!", iar colegul pornește să alerge în direcția opusă. Cei doi încearcă să ocupe cât mai repede locul liber rămas în cerc. Cine ajunge primul se așază, iar celălalt continuă să alerge și reia jocul alegând un nou coleg.

Set de întrebări sugestive pentru discuția cu copiii după activitate „Vino – Fugi!"

- Cum te-ai simțit când ai auzit „Vino cu mine!"? Ți-a fost ușor sau greu să mergi împreună cu cel care te-a chemat?
- Ce emoții ai simțit când ți s-a spus să „Fugi de aici singurătate/tristețe/supărare"? Ai vrut să fugi imediat sau te-ai gândit cum să reacționezi?
- Ce ți-a plăcut mai mult: să alergi în jurul cercului sau să stai pe loc? De ce?
- Ai observat cum au reacționat ceilalți când au fost chemați să vină sau să fugă? Cum te-ai simțit când erai în acea situație?
- Cum pot reacţiile tale să influențeze prietenii și grupul din care faci parte?
- Ai mai trăit emoții ca cele pe care le-ai simţit în joc în viața ta? Cum le-ai gestionat?

- De ce este important să vorbim despre emoțiile noastre, chiar și cele neplăcute?
- Cum putem ajuta un prieten să se simtă mai bine când trăieşte emoţii negative?

Aceste întrebări ajută copiii să reflecte în primă fază, și mai apoi să exprime modul în care simt și trăiesc emoțiile, dezvoltând astfel empatia și înțelegerea de sine.

Concluzii și mesaje de luat acasă

- Este important să recunoaștem și să spunem cum ne simțim, chiar și atunci când este vorba de emoții dificile.
- A ne exprima clar poate ajuta la înțelegerea și susținerea celorlalți.
- Fiecare emoție, chiar și cele neplăcute, fac parte din viața noastră și e normal să le acceptăm și să le discutăm.

Obiectivul activității: elevii își vor îmbunătăți relațiile interpersonale, vor învăța să se exprime mai clar și mai ușor despre lucrurile personale dificile, va crește empatia între ei.

Activitate practică : **Poşta**

Număr participanţi: 7-15

Vârstă participanţi: 9+

Durată joc: 10-15 min.

Materiale necesare: Creioane, hârtie

Desfăşurare joc: În acest joc, participanții se așază în cerc, stând spate în spate. Ultimul elev din cerc primește o foaie pe care desenează o imagine simplă, pe care o ascunde, astfel încât ceilalți să nu o vadă. El reproduce desenul cu degetele pe spatele colegului din fața sa. Colegul încearcă să își dea seama ce anume i s-a desenat și transmite, la rândul său, desenul pe spatele următorului copil. Procesul continuă până când desenul ajunge la primul elev din cerc, care îl redă pe o foaie. La final, se compară desenul original cu cel realizat de primul

copil, pentru a observa cât de mult s-a păstrat sau modificat mesajul pe parcurs.

După desfășurarea jocului „Poșta”, este important să rămâneți într-un cerc împreună cu copiii și să discutați despre emoțiile și experiențele lor legate de activitate.

Set de întrebări sugestive pentru discuția cu copiii după activitatea „Poșta”:

- Ce emoții ai simțit atunci când desenai pe spatele celuilalt?
- Cum te-ai simțit când ai primit desenul „tradus” și ai încercat să-l înțelegi?
- A fost ceva surprinzător în modul în care desenul s-a schimbat de la început până la final?
- Ți-a fost greu sau ușor să transmiți desenul cu degetele?
- Cum crezi că au perceput ceilalți desenul tău când l-au „citit” pe spate?
- Ai fost curios să vezi dacă desenul tău s-a păstrat până la final?
- Ce ai învățat despre atenție și răbdare în timpul acestui joc?
- Care rol ți-a plăcut cel mai mult: cel care a început desenul, cel care a primit sau cel care a transmis mai departe?
- Crezi că a fost ușor să înțelegi mesajul altcuiva fără să vezi desenul?
- Cum te simți acum legat de comunicarea prin atingeri sau alte moduri neobișnuite?

Aceste întrebări ajută copiii să reflecteze asupra experienței lor emoționale și sociale, dezvoltând empatia și comunicarea.

Concluzii și mesaje pentru copii:

- Fiecare dintre noi interpretează lucrurile în mod diferit dar asta ne ajută să învățăm unii de la alții.
- Comunicarea nu înseamnă doar vorbit; felul în care ascultăm și înțelegem poate fi diferit și este important să fim răbdători și atenți.
- A lucra împreună, respectând rolul fiecăruia, creează un mediu prietenos și sigur.
- Este normal să avem emoții diferite; împărtășirea lor ne face să ne cunoaștem mai bine.
- Prin empatie și respect, construim relații mai bune cu colegii noștri.

Această discuție ajută copiii să își înțeleagă mai bine propriile emoții, să cultive empatia și să valorizeze colaborarea.

Obiectivul activității: elevii vor contribui la crearea unui mediu școlar mai sigur, bazat pe incluziune și respect.

Activitate practică: Exercițiu de identificare (laptop):

Număr participanţi: 8-30

Vârstă participanţi: 8+

Durată joc: 5-10 min.

"Ce fel de violență este?" – Imagini cu diferite situații (copii care jignesc, lovesc, izolează etc.). Elevii spun ce tip de violență este și ce simte copilul din imagine.

O secțiune dedicată discuției despre emoțiile trăite în timpul activității este esențială pentru ca elevii să conștientizeze mai bine propriile sentimente și pe cele ale celorlalți.

Set de întrebări sugestive pentru discuția cu copiii după activitatea de identificare a tipurilor de violență și exprimare a emoțiilor:

- Cum te-ai simțit atunci când ai văzut imaginile despre violența?
- Dacă ai fi fost în pielea victimei, ce emoții ai fi simțit?
- Ai simțit vreodată furie sau tristețe în situații ca cele din imagini?
- Cum crezi că se simte un copil care este izolat sau jignit de alții?

Întrebări despre empatie și înțelegere:

- De ce crezi că este important să înțelegi cum se simt ceilalți?
- Ce poţi face pentru a ajuta un coleg care este rănit sau exclus?
- Cum te simți când cineva îți arată respect și prietenie?
- Cum crezi că putem face școala să fie un loc mai prietenos și mai sigur pentru toți?
- Ce poți face pentru a preveni violența și a promova bunătatea?

Întrebări legate de responsabilitate şi de responsabilizare:

- Ai fost vreodată martor la o situație de violență? Ce ai făcut?
- Cum te-ai simți dacă ai fi ignorat sau lăsat pe dinafară de ceilalți?
- Ce ai vrea să le spui/transmiţi copiilor care fac rău altora?
- Cum poți reacționa în mod pozitiv dacă vezi pe cineva care are nevoie de ajutor?

Concluzii și mesaje pentru acasă:

- Toți avem dreptul să ne simțim în siguranță și respectați.
- Este important să recunoaștem când cineva suferă și să oferim ajutor sau să cerem ajutor unui adult.
- Prietenia și bunătatea pot schimba o zi grea într-una mai bună.
- Să fim curajoși, să spunem „Nu" violenței și să fim mereu alături de cei care au nevoie.
- Empatia ne face mai buni și ajută comunitatea să fie un loc mai plăcut pentru toți.

Obiectivul activității: Elevii își vor îmbunătăți capacitatea de identificare a stărilor de spirit prin care trec cei din jur, vor înțelege mai bine cum să se raporteze la celălalt ca prieten și bun coleg.

CUM RECUNOAȘTEM ȘI RAPORTĂM VIOLENȚA?

Uită-te cu atenție la elevii tăi. Poate fi vorba de violență dacă observi că:

1. Un copil este trist sau speriat des - Nu vorbește, se uită în jos, stă singur.
2. Un copil e lăsat mereu pe dinafară - Nu este primit la joacă sau este alungat intenționat.
3. Un copil este lovit, împins sau tras de alții - Se ferește de un grup anume sau se ține de o parte.
4. Cineva este jignit sau luat peste picior mereu - Alții râd de el, îi pun porecle urâte sau îl strigă într-un fel neplăcut.
5. Un copil pare trist după ce folosește telefonul/tableta - Poate a primit mesaje răutăcioase și nu vrea să le arate.

Ce poți face TU dacă vezi toate astea?

- Oferă suport și îndrumare.
- Fii prietenos cu acel copil.
- Nu râde și nu te alătura celor care rănesc.
- Încurajează-l!

Cu cine vorbim? (părinți, director, colegi profesori, consilier școlar)

Activitate practică: **"Cine mă poate ajuta?"**

Număr participanţi: 8-30

Vârstă participanţi: 8+

Durată joc: 5 min.

Desfăşurare joc: Elevii primesc o fișă cu silueta unui copil. Sunt încurajaţi să îşi scrie numele pe fişă (acest fapt îi ajută să se identifice cu silueta de pe fişă). Pe fiecare parte a corpului scriu sau desenează cine le poate oferi sprijin. După desfășurarea activității „Cine mă poate ajuta?", se poate iniţia o sesiune de discuții pentru a explora emoțiile trăite de copii și rolurile pe care le-au jucat.

Set de întrebări sugestive pentru discuția cu copiii după activitatea „Cine mă poate ajuta?":

- Cum te-ai simțit când ai completat silueta cu persoanele care te pot ajuta?
- A fost ușor să găsești pe cineva pentru fiecare parte a corpului? De ce?
- Ai descoperit pe cineva la care nu te gândeai că te poate sprijini?
- Ce înseamnă pentru tine să primești ajutor de la aceste persoane?
- Cum îți dai seama dacă ai nevoie de sprijin sau ajutor?
- Cine dintre aceste persoane crezi că te înțelege cel mai bine?
- Cum te simți când vorbești cu cineva care te ajută?
- Ce poți face pentru a fi și tu de ajutor altora?
- Ai fost vreodată în situația în care ai cerut ajutor? Cum a fost?
- Cum crezi că te poate ajuta faptul că știi cine te susține când te simți trist

sau speriat?

Aceste întrebări susțin exprimarea emoțiilor și dezvoltarea empatiei în grup.

Concluzii și mesaje de luat acasă pentru copii:

- Este normal să simțim diferite emoții atunci când ne confruntăm cu probleme; important este să nu le ținem doar pentru noi mereu.
- Faptul că cerem ajutor este un semn de curaj și înțelepciune, nu de slăbiciune.
- Părinții, profesorii și autoritățile competente sunt aici pentru a vă sprijini și pentru a vă proteja.
- În situații dificile, este bine să ne amintim cine sunt persoanele de încredere și să nu ezităm să le cerem ajutor.
- Comunicarea deschisă despre ceea ce simțim ne ajută să fim mai puternici și mai în siguranță.

Această discuție consolidează învățarea și încurajează elevii să fie conștienți de propria stare emoțională și de sprijinul de care au nevoie.

Obiectivul activității: Elevii vor înțelege că în situații tensionate trebuie să cerem sprijin celor care știm sigur că ne vor ajuta, să aibă încredere în autorități și părinți că le sunt alături.

COMUNICAREA ȘI REZOLVAREA CONFLICTELOR

Activitate practică: Telefonul fără fir

Număr participanţi: 8-30

Vârstă participanţi: 8+

Durată joc: 5-10 min.

Desfăşurare joc: Jucătorii sunt adunaţi în cerc. Primul participant îi şopteşte vecinului din dreapta un cuvânt sau o propoziţie pozitivă la ureche. Vecinul şopteşte acelaşi cuvânt sau propoziţie mai departe. Când se ajunge la ultimul

copil din şir, acesta pronunţă tare şi clar ce a înţeles, urmând ca primul participant să il afirme sau infirme. Ulterior, se observă dacă a ajuns acelaşi cuvânt sau propoziție la destinaţie şi se compară mesajul final cu cel inițial.

Exemple de propoziții pozitive:

- „Ești un coleg bun și am încredere în tine”.
- „Îmi place cum mă ajuți când am nevoie.”
- „Zâmbetul tău face ziua mai frumoasă.”
- „Ești un prieten minunat.”
- „Mă simt bine când ne jucăm împreună.”

La finalul activității este important să dedicați un moment de discuție şi analiză alături de copii în care să se discute despre emoțiile și experiențele lor în timpul jocului.

Set de întrebări sugestive pentru discuția cu copiii:

- Cum te-ai simțit când ai primit mesajul, dar când l-ai transmis mai departe?
- A fost ușor sau dificil să transmiți corect mesajul? De ce?
- Ce emoții ai simțit când mesajul s-a schimbat față de cel inițial?
- Ai avut momente când ai fost nevoit să asculți cu mai multă atenție? Cum a fost?
- Cum ai reacționat când mesajul final a fost diferit față de cel de la început?
- Ce ai învățat despre răbdare și atenție în timpul jocului?
- Cum putem comunica mai bine în viața de zi cu zi?
- Ai observat cum tonul și modul în care spui ceva pot schimba mesajul?
- Ce ai simțit când ceilalți te-au ascultat sau nu ți-au înțeles mesajul corect?
- Cum putem fi mai buni transmițători și ascultători?

Aceste întrebări pot stimula copiii în a-şi exprima gândurile și sentimentele legate de comunicare și îi pot ajuta să înțeleagă mai bine importanța ascultării și răbdării în relațiile cu ceilalți.

Concluzii şi mesaje de luat acasă:

- Comunicarea clară și atentă este esențială pentru a evita neînțelegerile.

- Uneori mesajele se pot schimba, chiar și din greșeală, dar este important să fim răbdători și să încercăm din nou să îl transmitem cum dorim, chiar dacă nu reușim din prima.
- A asculta cu atenție și a transmite cu respect ajută la construirea unor relații frumoase și la rezolvarea conflictelor.
- Mesajele pozitive și încurajările între colegi creează un mediu plăcut și prietenos.
- În viața de zi cu zi, putem folosi aceste abilități pentru a ne înțelege mai bine unii cu alții și a ne susține.

Această discuție încheie activitatea, oferind elevilor o înțelegere mai profundă a importanței comunicării corecte și a empatiei în relațiile sociale.

Obiectivul activității: Elevii vor dezvolta abilități de gestionare a conflictelor, vor înțelege că lucrurile pot fi rezolvate pe cale pașnică, cu respect și printr-o comunicare eficientă.

Tehnica comunicării nonviolente (TCN) – Cum spun ce simt fără să jignesc?

Scopul:

Să-i învățăm pe copii **să vorbească despre ce simt și ce au nevoie**, fără să lovească, să țipe sau să se certe.

3 pași simpli pentru a vorbi fără violență



1. Ce simt?

Încurajăm elevii să spună cum se simt în anumite situații.

Exemple pe care le pot folosi copii:

- *„Mă supăr…"*
- *„Mă întristez…"*
- *„Mă simt singur…"*
- *„Mă enervez…"*

2. Ce au nevoie?

Elevii sunt îndrumați să spună de ce se simt așa, ce nevoi au.

Exemple pe care le pot folosi copii:

- *„Am nevoie să fiu tratat cu blândețe."*
- *„Aș vrea să îmi păstrezi lucrurile în pace."*
- *„Vreau să mă joc și eu."*





3. Ce cerințe au?

Să spună clar ce vrea să facă celălalt, **fără a comanda sau certa**.

Exemple pe care le pot folosi copii:

- *„Te rog să nu mă mai tragi de geantă."*
- *„Spune-mi ce vrei, nu-mi lua fără să ceri."*
- *„Hai să ne jucăm împreună!"*

Exemplu pe înțelesul copiilor:

Situație: Un coleg îți trage de geantă ca să-ți ia creionul.

Ce poți spune: „Când mă tragi de geantă, mă supăr. Aș vrea să-mi spui dacă ai nevoie de ceva. Pot să te ajut."

Exemplu **joc de rol** folosind această structură:

- *„Când ____ , mă simt ____. Aș avea nevoie de _____. Poți să ____?"*

Activitate practică: Salată de cuvinte

Număr participanţi: 8-25

Vârstă participanţi: 9+

Durată joc: 10 min.

Desfăşurare joc: Fiecare jucător formează un cuvânt de patru-cinci silabe. Apoi îl prezintă grupei şi exersează pronunţia lui. Când îl pronunţă ei trebuie să fie atenţi la modul cum îl pronunţă, ca şi cum ar fi trişti, veseli, supăraţi sau nervoşi. Fiecare vorbeşte cu celălalt dar numai prin folosirea cuvântului său.

După jocul „Salată de cuvinte", este important să deschideți o discuție despre emoțiile pe care le-au simțit în timpul activității

Set de întrebări sugestive pentru discuția de după activitatea „Salată de cuvinte":

- Cum te-ai simțit când ai spus cuvântul tău în fiecare stare emoțională (trist, vesel, supărat, nervos)?
- A fost ușor sau dificil să folosești un singur cuvânt pentru a comunica? De ce?
- Ce ai realizat despre modul în care tonul vocii poate schimba sensul unui cuvânt?
- Ai reușit să ghicești ce emoție transmitea colegul tău doar ascultând cum spunea cuvântul?

- Cum te-ai simțit când ceilalți au încercat să înțeleagă ce simți doar prin pronunția cuvântului tau?
- Ce ai descoperit despre tine și despre felul în care poți exprima emoțiile fără să folosești multe cuvinte?
- Crezi că tonul și intonația sunt importante în comunicare? De ce?
- Cum crezi că te poate ajuta această activitate când vrei să înțelegi sentimentele altora în viața de zi cu zi?

Aceste întrebări ajută copiii să reflecte asupra emoțiilor trăite, capacității lor de exprimare și înțelegerii comunicării nonverbale.

Concluzii și mesaje pentru copii:

- Emoțiile sunt foarte importante și pot fi exprimate nu doar prin cuvinte, ci și prin modul în care le spunem.
- Tonul vocii schimbă întotdeauna sensul comunicării; de aceea trebuie să fim atenți la cum vorbim.
- Fiecare simte emoțiile în felul său, dar prin comunicare îi putem înțelege mai bine pe ceilalți.
- Exprimarea sinceră a sentimentelor ajută la crearea unor relații mai bune și la înțelegerea noastră reciprocă.
- Cuvintele au putere – ele pot aduce bucurie, alinare sau pot cauza durere, de aceea este important să le folosim cu grijă și respect.

Aceste concluzii pot ajuta copiii să devină mai conștienți de propriile emoții și de modul în care le pot împărtăși altora eficient și empatic.

Obiectivul activității: Elevii vor exersa comunicarea verbală în legătură cu modalitatea proprie persoanei de a exprima emoțiile, vor înțelege puterea pe care o au cuvintele în viața noastră, mai ales când trebuie să vorbim despre ceea ce simțim cu adevărat.

Activitate practică: Floarea Binelui

Număr participanţi: 8-30

Vârstă participanţi: 8+

Durată joc: 5 – 10 min.

Descriere: Fiecare copil își va crea propria floare simbolică a comportamentelor pozitive.

Materiale necesare: Foi albe A4, creioane colorate sau carioci. Opțional: model tipărit al florii

Instrucțiuni:

1. Împărțiți foi albe și creioane colorate fiecărui elev.
2. Elevii vor desena o floare mare cu 5 petale.
3. În mijlocul florii, vor scrie întrebarea: „Ce pot face în loc să fiu violent?”
4. În fiecare petală, vor scrie sau desena o soluție pozitivă (ex: Îmi cer scuze, Mă joc cu altcineva, Vorbesc cu un adult etc.).
5. Elevii își colorează florile și prezintă una dintre petale în fața clasei.

Exemple de răspunsuri pentru petale:

- Îmi controlez furia
- Vorbesc cu un adult
- Îmi cer scuze
- Mă joc cu altcineva
- Spun ce simt fără să jignesc

Set de întrebări sugestive pentru discuția cu copiii după activitatea „Floarea Binelui”:

- Cum te-ai simțit când ai desenat floarea și ai ales soluții pentru petale?
- Care soluție ți s-a părut cea mai ușor de făcut? De ce?
- Ai avut momente când te-ai gândit la vreo situație în care ai putea folosi una dintre aceste soluții?
- Ce emoții ai simțit atunci când a trebuit să găsești soluții pozitive?
- Cum te-ai simțit când ți-ai prezentat floarea în fața clasei?
- Ai descoperit o soluție nouă la care nu te-ai fi gândit înainte?
- Care este emoția pe care o simți cel mai des când apar conflicte?
- Ce crezi că te-ar ajuta să gestionezi mai bine acea emoție?
- Ai mai vrea să joci astfel de jocuri care te ajută să înțelegi mai bine sentimentele altora?
- Cum ai putea folosi ce ai învățat astăzi în viața ta de zi cu zi?

Aceste întrebări ajută copiii să reflecte asupra propriilor emoții, să-și dezvolte empatia și să aplice soluțiile pozitive în viața cotidiană.

Concluzii și mesaje pentru copii:

- Fiecare dintre noi are puterea să aleagă să răspundă cu bunătate în loc de violență.
- Este important să ne recunoaștem emoțiile și să găsim modalități pozitive de a le exprima.
- A cere ajutorul sau a vorbi cu un adult atunci când suntem supărați este un gest de curaj, nu de slăbiciune.
- "Îmi cer scuze" și "încerc să îmi repar greșelile" fac parte din a fi prietenos și respectuos.
- Să folosim cuvinte blânde și să ne exprimăm sentimentele fără să jignim ne ajută să avem relații frumoase cu ceilalți.

Această analiză ajută copiii să se conecteze la emoțiile proprii și să înțeleagă mai bine cum pot aplica soluțiile pozitive din floarea lor în viața de zi cu zi.

Obiectivul activității: De a încuraja exprimarea nonviolentă, empatia și găsirea de soluții pozitive în situații de conflict.

EGALITATE ȘI RESPECT în RELAȚIILE INTERPERSONALE

Egalitatea și respectul se promovează în fiecare interacțiune! Comportamentele elevilor se pot modela prin exemplu și educație. Fiecare act de respect și empatie contribuie la construirea unui mediu școlar sigur, fără violență.

Activitate practică: Scaunul prietenos

Număr participanţi: 8-30

Vârstă participanţi: 8+

Durată joc: 5 min

Cum se joacă:

- Se așază toți copiii pe scaune în cerc. Un scaun rămâne gol în mijloc.

- Un copil stă în picioare în mijlocul cercului (pe lângă scaunul gol).
- El spune cu voce tare: „Caut un prieten care…” (Exemple: „…îi respectă pe ceilalți.” , „….nu râde de colegi.” , „….se joacă cu toată lumea.” , „…ascultă când altcineva vorbește.”)
- Cei care se recunosc în afirmație se ridică și schimbă locul cu copilul din mijloc.
- Cine rămâne fără scaun vine în mijloc și continuă jocul.

Set de întrebări sugestive pentru discuția cu copiii după activitatea „Scaunul prietenos”:

Întrebări despre egalitate și respect:

- Ce înseamnă pentru voi cuvântul „egalitate”?
- Cum puteți arăta respect față de colegii voștri în fiecare zi?
- De ce este important să îi ascultăm pe ceilalți când vorbesc?
- Cum vă simțiți când cineva vă include sau vă exclude dintr-un joc?
- Ce putem face dacă vedem pe cineva tratat nedrept?

Întrebări despre stereotipuri și roluri:

- Credeți că fetițele pot fi lideri la fel de bine ca băieții? De ce?
- Este ok ca băieții să fie sensibili sau să plângă? De ce?
- Ce alte exemple de stereotipuri despre fete și băieți ați mai auzit?
- Cum putem arăta că nu ne lăsăm influențați de stereotipuri?

Întrebări despre incluziune și comportamente:

- Ce putem face pentru a include pe toată lumea în jocurile noastre?
- Ce înseamnă să fii prietenos și cum se vede asta în comportamentul vostru?
- Ați observat vreodată un comportament care exclude pe cineva? Cum ați putea schimba asta?

Aceste întrebări pot ghida o discuție deschisă, responsabilă și empatică cu copiii după joc, ajutându-i să înțeleagă valori precum egalitatea și respectul între ei și să combată prejudecățile legate de gen și comportament social.

Obiectivul activității: Elevii vor înțelege respectul în relație cu comportamentele

de excludere sau intimidare, vor descoperi valoarea prieteniei și a cooperării în viața de zi cu zi.

CONCLUZII ȘI RESURSE

Pentru a crea un **mediu educațional sigur și sănătos**, este esențial să **acționăm în mod proactiv și să intervenim prompt** în fața oricărei forme de violență.

Joc: DA sau NU

Materiale: Două cartonașe per copil (scrise sau desenate cu „DA” și „NU”)

Cum se joacă:

1. Trainerul (învățătorul) citește cu voce tare afirmații.
2. Elevii ridică cartonașul **DA** dacă sunt de acord, sau **NU** dacă nu sunt de acord.
3. După fiecare afirmație, trainerul explică răspunsul corect, pe scurt, cu ajutorul copiilor.

Listă de afirmații pentru joc (DA/NU):

Despre violență:

1. Este bine să strigăm la colegi. ❌
2. A lovi pe cineva este o formă de violență. ✅
3. Este ok să râdem mereu de cineva care greșește. ❌
4. Violența poate fi și prin cuvinte. ✅

Despre comunicare:

1. Pot spune ce simt fără să țip. ✅
2. Dacă sunt nervos, e mai bine să nu spun nimic niciodată. ❌
3. E bine să cer ajutor dacă sunt trist sau speriat. ✅
4. Când mă supăr, trebuie să lovesc ceva. ❌

Despre respect și egalitate:

1. Toți copiii merită să fie respectați. ✓
2. Fetele nu pot juca fotbal cu băieții. ✗
3. E important să ascult când vorbește un coleg. ✓
4. Dacă un copil este diferit, nu trebuie să ne jucăm cu el. ✗

Despre prietenie și comportament:

1. Pot fi prieten cu cineva chiar dacă nu suntem la fel. ✓
2. E ok să jignesc un coleg dacă a greșit. ✗
3. Spun „te rog" și „mulțumesc" când cer ceva. ✓
4. Dacă un copil este mai tăcut, îl pot invita să se joace cu mine. ✓

Resurse și instituții utile la care se apelează pentru depășirea situației:

- Directorul școlii
- Consilierul școlar
- Părinții sau tutorele copilului
- Protecția Copilului prin intermediul Numărului Unic Național (nr. tel.) 119
- Poliția, în cazurile grave
- Asociația Telefonul Copilului (nr. tel.) 116111

Feedback simplu pentru toate activitățile: Fiecare copil desenează pe o fișă o față veselă, tristă sau neutră și o pune într-un panou: Cum m-am simțit azi?	**MATERIALE NECESARE:** cartonașe cu imagini (situații de violență), flipchart/hârtie mare, carioci, lipici, foarfecă, ghem de ață, cartonașe colorate DA/NU, fișe simple cu siluete, fețe emotive.

Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Fundației World Vision România. Nici Uniunea Europeană și nici Fundația World Vision România nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.