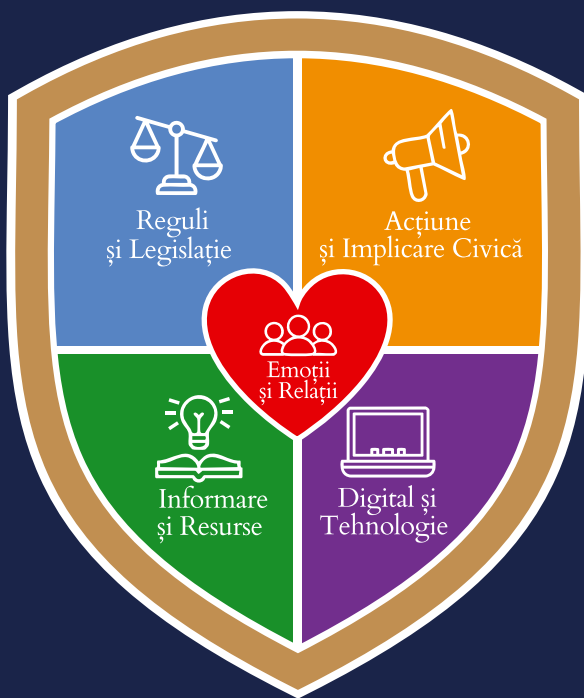


Ghidul #FărăViolență

pentru oameni responsabili,
pentru școli și comunități mai sigure



Ghidul

#FărăViolență

pentru oameni responsabili,
pentru școli și comunități mai sigure

Resursă lansată în cadrul proiectului
„Lideri de viitor – #fărăviolență în școli și comunități”
a Asociației Good Life Performers, finanțat prin
programul Start ONG, lansat de Kaufland România
și implementat de Asociația Act for Tomorrow

©2025 Creat de Mark C. Lukács @ Good Life Performers

Ghidul #FărăViolență

Autor: Mark C. Lukács

Tehnoredactare: Arthur Weber

© 2025 Creat de Mark C. Lukács @ Good Life Performers

Cuprins

Cuvânt înainte.....	5
Despre autor	5
De ce un ghid #FărăViolență?	6
Înțelegerea fenomenului violenței.....	7
Cum construim strategia #FărăViolență: de la obiective la rezultate	11
Intervenția în cazurile de violență.....	15
„Butonul Roșu” – raportare sigură și anonimă	17
Intervenția cadrelor didactice în situațiile de bullying.....	19
Metodologia „Lideri de Viitor pentru reducerea violenței”	21
Scutul #FărăViolență – Concept și componente	28
 Testul #FărăViolență – Cât de puternic este scutul tău?	33
 Indicele Scutul Activ #FărăViolență.....	39
Canvasul #FărăViolență.....	44
Canvasul #FărăViolență – Varianta rapidă de implementare (Lean Canvas)	46
Canvasul #FărăViolență – Varianta strategică (Business Model)	51
Metode și instrumente pentru dezvoltarea empatiei și prevenirea violenței	56
Kit pentru activități și campanii #FărăViolență.....	75
Alătură-te mișcării #FărăViolență	80
Despre acest ghid	82

Cuvânt înainte

Dragi cititori,

Fiecare început de an școlar, zi sau oră de la clasă este o șansă de a reflecta la tipul de comunitate pe care vrem să o construim pentru copiii și tinerii noștri: o comunitate în care siguranța, empatia și respectul sunt valori fundamentale.

Violența, sub toate formele ei – verbală, fizică, emoțională sau online – rămâne o provocare reală în școlile și comunitățile din România. Studiile recente confirmă că aproape jumătate dintre elevi sunt victime ale bullyingului, iar majoritatea sunt martori ai unor astfel de situații. Această realitate nu poate fi ignorată și ne obligă pe fiecare dintre noi să fim parte a soluției.

Prin proiectul „Lideri de Viitor – #FărăViolență în școli și comunități”, Asociația Good Life Performers își propune să ofere instrumente concrete și accesibile pentru a preveni și reduce violența. Am construit această metodologie pornind de la experiența din teren, din dialogul cu elevi, profesori și părinți, dar și din bunele practici internaționale.

Acest ghid reunește toate aceste resurse într-un singur loc: Scutul #FărăViolență, Canvasul #FărăViolență, Indicele Scutului Activ, metode educaționale inovatoare și kituri de advocacy. Nu este doar o colecție de idei, ci o invitație la acțiune – pentru profesori, elevi, părinți, decidenți și membri ai comunității.

Vă invit să parcurgeți paginile următoare cu deschidere și curiozitate și să transformați conceptele și instrumentele prezentate aici în inițiative reale. Doar împreună putem construi școli și comunități în care fiecare persoană să se simtă protejată, valorizată și respectată.

Cu încredere în viitor,

Marc C. Lukács

Președinte Executiv, Asociația Good Life Performers

Septembrie 2025

Despre autor

Mark C. Lukács este expert în comunicare strategică, consilier în dezvoltare umană și organizațională, trainer educațional și antreprenor. Mark nu a așteptat momentul „potrivit” pentru a începe lucruri. La 13 ani, și-a asumat rolul de inițiator și a început să creeze proiecte care îmbinau educația, cultura, dezvoltarea personală și ulterior mediul de business.

În 2014 a fondat Asociația Good Life Performers, prin care creează programe educaționale și de implicare civică, promovând valori precum responsabilitatea, colaborarea și acționarea în mod strategic. Cu o formare multidisciplinară în comunicare, PR, leadership, project management și coaching, Mark oferă consiliere și servicii de training și mentorat care îi ajută pe oameni să-și descopere potențialul și să se pună în valoare, în timp ce organizațiile evoluează și se dezvoltă.

Principiile care îl ghidează în toate proiectele sale sunt ownershipul dincolo de roluri formale și capacitatea acțiunilor întreprinse de a genera un impact pozitiv pe termen lung.



CONTACT:

Email: contact@marklukacs.ro

Website: www.marklukacs.ro

Telefon: +40 754 940 552

– 5 –

De ce un ghid #FărăViolență?

Deși România dispune de un cadru legislativ și de structuri precum comisiile antiviolență sau grupurile antibullying, realitatea arată o distanță mare între reguli și aplicarea lor concretă. Prea des, măsurile rămân la nivel formal, iar elevii, părinții și profesorii nu știu întotdeauna ce resurse au la dispoziție sau cum să le folosească eficient.

Acest ghid vine să răspundă acestei provocări, oferind:

- un cadru unitar,
- instrumente practice și accesibile
- și o direcție clară pentru acțiune și advocacy, atât la nivel individual, cât și colectiv.

În paginile următoare, veți descoperi cum putem trece împreună de la statistici îngrijorătoare la soluții reale, implementate în școli și comunități, pentru a construi un viitor bazat pe empatie, respect și siguranță.



- 6 -

Înțelegerea fenomenului violenței

Ce este violența? Forme și manifestări

Violența nu înseamnă doar lovituri sau agresiuni fizice. Este un fenomen complex, cu multiple forme de manifestare, care afectează indivizii, grupurile și comunitățile. În școli și societate, violența poate fi:

- Fizică – bătăi, loviri, împingeri, agresiuni directe.
- Verbală – jigniri, amenințări, porecle degradante, umilire.
- Psihologică – excludere, intimidare, manipulare, control.
- Digitală (cyberbullying) – hărțuire pe rețele sociale, distribuirea de imagini sau mesaje jignitoare, amenințări online.
- Instituțională – lipsa de intervenție, atitudini tolerante față de abuz, reguli aplicate discriminatoriu.

Violența este adesea un amestec al acestor forme. O glumă repetată poate deveni bullying, iar lipsa de reacție a adulților poate transforma un incident punctual într-o traumă de lungă durată.



– 7 –

Impactul violenței asupra copiilor, tinerilor și comunităților

Consecințele violenței sunt grave și de durată. La nivel individual, afectează stima de sine, sănătatea emoțională și capacitatea de învățare. La nivel de grup, subminează încrederea și creează un climat de teamă. În plan comunitar, scade coeziunea socială și crește riscul de perpetuare a comportamentelor agresive.

Câteva dintre efectele documentate:

- Creșterea anxietății și depresiei la copii și adolescenți.
- Absenteism și abandon școlar.
- Dificultăți de concentrare și performanțe academice scăzute.
- Internalizarea violenței ca normalitate și transmiterea ei în relații viitoare.



- 8 -

Date și statistici din România

Bullying în școli

Aproape 50% dintre elevi sunt victime ale actelor de amenințare, umilire sau violență fizică la școală.

- 80% dintre elevi asistă la astfel de situații.
- 77% dintre elevi afirmă că, în caz de bullying, adultul responsabil nu a intervenit.

Sursa: Salvați Copiii România, „Studiu privind bullying-ul în școlile din România”, 2023.

Cyberbullying

- 42,4% dintre adolescenți români au întâmpinat probleme online, inclusiv cyberbullying.

Sursa: TECPC – Research Report on Cyberbullying in Romania, 2022.

Preocupările părinților

În anul școlar 2025–2026, teama de bullying a devenit principala grijă a părinților, depășind alte preocupări precum greutatea ghiozdanului.

Sursa: Romania Insider, „Back to School 2025: Părinții și preocupările legate de elevi”.

Aceste date arată că violența nu este un fenomen marginal, ci o realitate zilnică.

De la reacție la prevenție: de ce e nevoie de o schimbare de paradigmă

Timp de mulți ani, violența în școli și comunități a fost tratată ca o problemă punctuală: reacționăm atunci când apare. Însă experiența internațională și studiile recente arată că această abordare este insuficientă.

O schimbare de paradigmă presupune:

- Prevenție activă: construirea unui climat empatic și sigur înainte ca violența să apară.
- Educație socio-emoțională: dezvoltarea empatiei, autoreglării și a competențelor civice.
- Implicarea comunității: profesori, părinți, ONG-uri, autorități, companii.
- Instrumente clare și accesibile: teste, indici, canvasuri și metode vizuale care ajută la înțelegere și acțiune.

Astfel, violența nu mai este doar o „abatere disciplinară”, ci o provocare socială ce necesită colaborare și inovație.

MESAJ-CHEIE:

**Violența nu este inevitabilă.
Cu instrumentele potrivite și
cu implicarea fiecăruia dintre
noi, putem construi școli și
comunități în care empatia și
respectul devin inevitabile.**

Cum construim strategia #FărăViolență: de la obiective la rezultate

(adaptare după „Program strategic de înlăturare a bullyingului școlar în scopul prevenirii traumelor psihologice la adolescenți” – Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”, 2021)

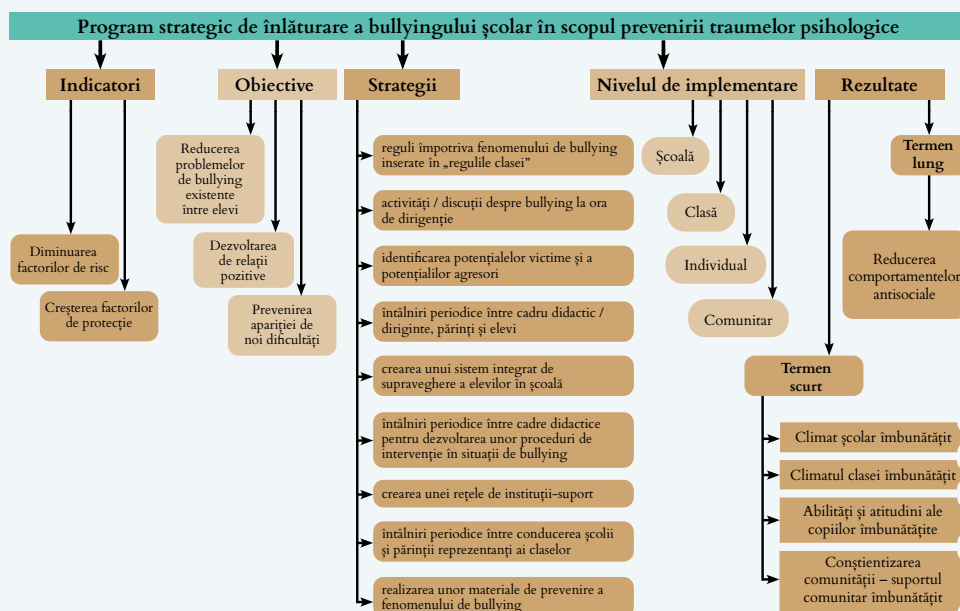


Fig. 1: Program strategic de înlăturare a bullyingului

Construirea unei comunități #FărăViolență nu este un exercițiu punctual, ci un proces strategic, în care pașii se leagă unii de alții și creează o schimbare sustenabilă. Modelul de mai jos oferă un cadru clar și etapizat, care poate fi folosit de școli, comunități sau organizații pentru a trece de la intenție la rezultate măsurabile.

Definirea obiectivului general

Primul pas într-un program de prevenire a violenței este să stabilim o direcție clară și comună. Obiectivul general nu trebuie să fie doar o formulare abstractă („reducerea bullyingului”), ci o viziune pozitivă și inspiratoare: crearea unui climat sigur, empatic și incluziv pentru toți elevii.

Acest obiectiv devine „busola” întregului proces și este esențial ca toți actorii – elevi, profesori, părinți și comunitatea – să-l cunoască și să-l asume.

Stabilirea obiectivelor specifice

Un obiectiv general devine realizabil doar atunci când este împărțit în obiective specifice. Acestea pot viza:

- creșterea nivelului de conștientizare al elevilor cu privire la formele de violență și bullying;
- formarea cadrelor didactice în metode de prevenire și intervenție;
- implicarea părinților în activități educative;
- dezvoltarea mecanismelor de raportare sigure și eficiente.

Obiectivele specifice trebuie să fie clare, măsurabile și adaptate realității școlii sau al comunității.



– 12 –

Identificarea sarcinilor și activităților

Pentru fiecare obiectiv specific, se definesc sarcini și activități concrete. De exemplu:

- organizarea de ateliere interactive pentru elevi;
- crearea unui colț informativ cu resurse antibullying;
- introducerea metodei STOP în orele de dirigenție;
- desfășurarea Zilei Internaționale a Nonviolenței în Școli.

Sarcinile trebuie să fie realiste, distribuite între membri și cu termene clare.

Stabilirea metodelor și a instrumentelor

Aici intră în joc instrumentele pe care metodologia #FărăViolență le pune la dispoziție:

- Scutul #FărăViolență – pentru a vizualiza unde sunt punctele forte și vulnerabile;
- Canvasul #FărăViolență – pentru a planifica activitățile și resursele;
- Indicele Scutului Activ și Radar Chartul – pentru a evalua progresul și a identifica zonele care necesită atenție sporită;
- Infobotul și Consilierul AI VIO – pentru informare rapidă și sprijin digital.
- Metodele includ și tehnici educaționale validate: Pălăriile gânditoare, Cele cinci scaune, REFLECT, Lego Serious Play etc.

Determinarea resurselor necesare

Orice strategie are nevoie de resurse – umane, materiale și financiare. Profesorii, elevii voluntari și părinții sunt resurse-cheie. La acestea se adaugă: materiale educative, spații pentru ateliere, bugete pentru campanii sau sprijinul partenerilor externi (ONG-uri, autorități locale, sponsori).

Implementarea programului

Aceasta este faza vizibilă a procesului, în care activitățile planificate devin realitate. Este important ca implementarea să fie participativă și transparentă, astfel încât toți actorii să se simtă parte din schimbare.

Monitorizare și evaluare

Niciun program nu poate fi considerat complet fără un mecanism de monitorizare și evaluare. Aici intervine Indicele Scutului Activ, aplicat periodic pentru a măsura progresul. Radar Chart-ul permite vizualizarea clară a rezultatelor, iar feedback-ul de la elevi, profesori și părinți completează imaginea.

Rezultate și impact

Impactul real al unei strategii #FărăViolență nu se vede doar în scăderea numărului de incidente, ci și în creșterea nivelului de siguranță perceput, a implicării elevilor și a încrederii între profesori, elevi și părinți.

Intervenția în cazurile de violență

Prevenția este esențială, dar atunci când un incident de violență are loc, școala și comunitatea trebuie să intervină rapid, eficient și conform unor proceduri clare. În lipsa unei intervenții, victimele rămân vulnerabile, iar agresorii pot repeta comportamentele. De aceea, intervenția trebuie privită ca o parte integrantă a Scutului #FărăViolență și ca un proces responsabil, coordonat și transparent.

Un element esențial al metodologiei „Lideri de viitor pentru reducerea violenței” îl constituie procedurile de intervenție. Acestea au fost inspirate și adaptate din modelele validate la nivel național, în special din metodologia Salvați Copiii, aplicată în peste 30 de școli și licee din Târgoviște și București (2018–2020).

INTERVENȚIA CADRELOR DIDACTICE ÎN SITUAȚIILE DE BULLYING DIN UNITĂȚI DE ÎNVĂȚĂMÂNT*

* conform modelului de intervenție propus de Organizația Salvați Copiii și aplicat în 30 de școli și licee din Târgoviște și București, în perioada 2018–2020

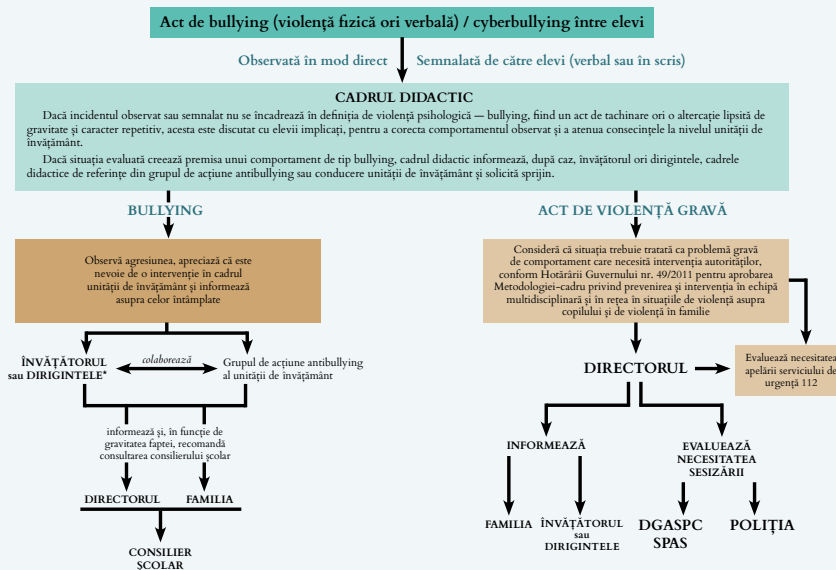


Fig. 2: Intervenția cadrelor didactice în situațiile de bullying

Pașii esențiali pentru gestionarea corectă a cazurilor de violență:

1. Identificarea incidentului – orice elev, profesor sau părinte care observă o situație de violență are responsabilitatea de a o semna.
2. Raportarea – incidentul este transmis responsabililor (diriginte, profesor, director, consilier școlar).
3. Analiza și documentarea – cazul este consemnat oficial, iar datele sunt colectate pentru a înțelege gravitatea situației.
4. Colaborarea – echipa școlii se consultă cu grupul antibullying și/sau cu Comisia pentru prevenirea violenței.
5. Escaladarea – în cazurile grave, sunt implicate instituțiile competente: DGASPC, Poliția, serviciile medicale.
6. Monitorizarea – după intervenție, echipa școlii urmărește evoluția situației pentru a preveni repetarea incidentului.

Aceste proceduri sunt completate de Ordinul M.E. nr. 6235/2023, care detaliază obligația școlilor de a documenta fiecare caz și de a aplica principiul toleranței zero față de violență.



„Butonul Roșu” – raportare sigură și anonimă

Pentru a sprijini aplicarea acestor proceduri, în 2025 a fost introdus prin Ordinul Ministrului Educației nr. 4200/2025 (Monitorul Oficial, 3 iunie 2025) mecanismul denumit Butonul Roșu, obligatoriu în toate unitățile de învățământ.

Acesta nu înlocuiește procedurile de intervenție, ci le face mai accesibile și mai eficiente, oferind elevilor, părinților și profesorilor posibilitatea de a raporta incidentele de violență într-un mod sigur și anonim.

Modalități de raportare prin Butonul Roșu:

- cutii fizice de sesizare amplasate în școală, unde pot fi depuse formulare anonime;
- formulare electronice accesibile pe site-ul școlii;
- o adresă de e-mail dedicată pentru sesizări.
- Cine poate raporta: elevii (victime sau martori), părinții și personalul didactic sau auxiliar.

Ce urmează după raportare: sesizarea este analizată de echipa școlii, care activează procedurile stabilite (conform fluxului Salvați Copiii și Ordinului ME nr. 6235/2023). În cazurile grave, școala are obligația legală să informeze DGASPC și/sau Poliția.

Complementaritate între proceduri și instrumente

Procedurile validate de Salvați Copiii și reglementările oficiale stabilesc ce pași trebuie urmați. Butonul Roșu creează canalele sigure și anonime prin care aceste cazuri pot fi semnalate. Împreună, ele transformă legislația și bunele practici în acțiune concretă, crescând nivelul de protecție al elevilor și responsabilitatea școlilor.

Exemplu practic

Imaginăm o situație: un elev devine ținta bullyingului repetat din partea colegilor. Nu are curaj să vorbească direct cu profesorii, dar completează un formular prin Butonul Roșu, online. Sesizarea ajunge la echipa responsabilă, care convoacă grupul antibullying și Comisia pentru prevenirea violenței. Incidentul este documentat, elevul primește sprijin din partea consilierului școlar, iar părinții sunt implicați. Pentru că situația are elemente grave, școala notifică DGASPC. În paralel, profesorii clasei organizează o sesiune educativă de conștientizare pentru întreaga clasă, reducând riscul de repetare.

Acest exemplu arată cum un mecanism simplu – Butonul Roșu – face posibilă aplicarea coerentă a unor proceduri complexe, transformând regulile scrise în acțiuni reale, cu impact direct asupra siguranței elevilor.



Intervenția cadrelor didactice în situațiile de bullying

Procesul de intervenție începe în momentul în care un cadru didactic observă sau primește o sesizare privind un act de bullying – fie direct (violență fizică, verbală, cyberbullying), fie raportat de un elev, în scris sau verbal.

1. Rolul cadrului didactic

- Evaluează dacă incidentul intră în categoria violenței psihologice (bullying).
- Dacă este o simplă tachinare lipsită de gravitate, profesorul poate discuta direct cu elevii implicați și corecta comportamentul.
- Dacă există indicii clare de bullying, cadrul didactic informează învățătorul/dirigintele sau grupul de acțiune anti-bullying din școală și solicită sprijin.

2. Situații de bullying

- Profesorul observă agresiunea, stabilește necesitatea unei intervenții și informează asupra celor întâmplate.
- Dirigintele/învățătorul colaborează cu grupul anti-bullying.
- În funcție de gravitate, cazul este raportat directorului și familiei, cu recomandarea implicării consilierului școlar.

3. Situații de violență gravă

- Dacă situația este evaluată ca fiind gravă (acte serioase de agresiune, risc de abuz, traumă severă), directorul tratează incidentul ca pe o problemă majoră de comportament.

- Conform Hotărârii Guvernului nr. 49/2011, se activează rețeaua multidisciplinară de intervenție: DGASPC, SPAS și Poliția.
- Se evaluează inclusiv necesitatea apelării serviciului de urgență 112.

Această procedură diferențiază clar **intervențiile la nivelul școlii** (unde profesorii, dirigințele, directorul, consilierul școlar și familia colaborează pentru corectarea comportamentelor) de **intervențiile care necesită autorități externe** (DGASPC, Poliție, 112).

Prin integrarea acestui model, ghidul #FărăViolență asigură o abordare coerentă, bazată pe legislația națională și bunele practici validate, oferind profesorilor și școlilor pași clari de urmat în orice situație de bullying sau violență gravă.



Metodologia „Lideri de Viitor pentru reducerea violenței”

Introducere

Metodologia „Lideri de Viitor pentru reducerea violenței” este cadrul unitar prin care prevenția, intervenția și evaluarea sunt integrate într-un sistem coerent, vizual și ușor de utilizat de școli, profesori, elevi, părinți și actori comunitari. Ea combină instrumente inovative, suport digital și bune practici validate, pentru a construi școli și comunități #FărăViolență.

Arhitectura metodologiei se sprijină pe trei idei-cheie:

1. Scutul #FărăViolență – cadru conceptual și busolă de orientare;
2. Evaluare continuă – prin Testul #FărăViolență (individual) și Indicele Scutului Activ (colectiv), cu Radar Chart pentru vizualizare;
3. Planificare & acțiune – prin Canvasul #FărăViolență (cu logica BMSI) și proceduri de intervenție aliniate cadrului legal; totul susținut de platforma faraviolenta.ro, Infobot și Consilierul AI VIO, plus un Kit pentru activități și campanii.

Rezultatul: un ecosistem integrat — prevenim prin educație și planificare, intervenim prompt când apar situații concrete și evaluăm constant progresul pentru a îmbunătăți.

Componentele metodologiei (prezentare pe scurt)

1) Scutul #FărăViolență – fundamentul protecției

Scutul descrie cinci componente esențiale care, activate împreună, întăresc siguranța emoțională și fizică:

- Emoții și Relații Interumane (❤️) – empatie, comunicare nonviolentă, relații sănătoase.
- Reguli și Legislație (⚖️) – drepturi, responsabilități, reguli școlare și aplicarea cadrului legal.
- Acțiune și Implicare Civică (🗳️) – campanii, microproiecte, advocacy.
- Informare și Resurse (📖) – ghiduri, broșuri, materiale educaționale, acces la surse credibile.
- Digital și Tehnologie (💻) – siguranță online, raportare, instrumente digitale/AI pentru prevenție și sprijin.

Scutul oferă limbajul comun: arată ce întărim și unde există vulnerabilități.

2) Testul #FărăViolență – „Cât de puternic e scutul tău?”

- Instrument individual, prietenos (≈5 minute, 10–100 ani) care măsoară rapid cum stau persoanele la nivelul celor cinci componente ale Scutului.
- Produce un scor total și o încadrare: scut fragil / în dezvoltare / puternic.
- Oferă direcții de urmat (informare, aprofundare, rol de ambasador).
- Poate fi folosit și ca punct de pornire pentru discuții în școală sau comunitate.

3) *Indicele Scutului Activ – evaluare colectivă*

- Instrument colectiv (clasă/școală/comunitate) care sintetizează scoruri pe fiecare componentă a Scutului și o medie generală.
- Se aplică prin chestionare/exerciții de grup.
- Arată progresul în timp (poate fi reaplicat periodic).
- Se vizualizează prin Radar Chart (vezi componenta 4).

4) *Radar Chart – vizualizarea clară a Indicelui*

- Transformă scorurile Indicelui într-o imagine intuitivă: fiecare componentă a Scutului devine o axă, iar forma rezultată arată echilibrul (sau dezechilibrul) scutului colectiv.
- Face evidente punctele tari și vulnerabilitățile;
- Este suport vizual pentru decizii și prioritizare;
- Conectează natural evaluarea cu planificarea în Canvas.

5) *Canvasul #FărăViolență – planificare strategică (cu BMSI)*

Inspirat din Business Model Canvas și PBIS, Canvasul ajută echipele să planifice acțiuni pe trei niveluri de intensitate (logica BMSI):

- General – prevenție pentru toți (curriculum, cultură, campanii).
- Adaptat – intervenții țintite pentru clase/grupuri cu dificultăți.
- Intensiv – răspuns focalizat pentru situații grave (cu părinți, consilier, autorități).
- Canvasul structurează partenerii, activitățile, resursele, canalele și indicatorii, pe termen scurt/mediu/lung.

6) Proceduri de intervenție – flux operațional

Când apare un incident, intervenția trebuie să fie clară și promptă, în acord cu legislația în vigoare și bunele practici (flux adaptat din resursele Salvați Copiii și corelat cu Ordinul M.E. nr. 6235/2023):

- Identificare & raportare (inclusiv prin „Butonul Roșu” – sesizare anonimă fizică/digitală; reglementare: Ordinul M.E. nr. 4200/2025, *Monitorul Oficial* din 3 iunie 2025);
- Documentare (fișe standard, descriere contextuală);
- Colaborare (Comisia pentru prevenirea violenței; Grupul de acțiune antibullying – OMEC 4343/2020);
- Escaladare (DGASPC, Poliție etc., după caz);
- Monitorizare & sprijin (pentru victimă, martori, agresor – prevenirea recidivei).

7) Structuri obligatorii în școală – guvernanta locală

Comisia pentru prevenirea și eliminarea violenței (cadru formal și de coordonare – ROFUIP, Ordinul M.E. nr. 4183/2022).

Grupul de acțiune antibullying (rol operațional-preventiv – OMEC 4343/2020).

Acestea trebuie să funcționeze efectiv (ședințe, plan, raportare), nu doar formal.

8) Platforma faraviolenta.ro – nodul central de resurse

Punctul unic de acces la:

- explicații despre Scut/Indice/Canvas,
- Testul #FărăViolență,

- ghiduri, kituri, materiale vizuale,
- acces către Infobot și Consilierul AI VIO.

9) Infobot #FărăViolență – informare rapidă

Asistent informațional pentru răspunsuri scurte și clare despre: tipuri de violență, pași de raportare, drepturi, resurse locale/naționale. Ideal pentru începerea drumului de informare.

10) Consilierul AI VIO – sprijin aprofundat

Asistent AI orientat pe ghidaj pas cu pas în situații concrete (inclusiv clarificări juridice, trasee de raportare, idei de activități și strategii de clase/școală).

11) Kit pentru activități și campanii #FărăViolență

Set de scenarii, pași și resurse pentru a organiza evenimente educativ-advocacy (ex.: Ziua/Săptămâna #FărăViolență, campanii comunitare), aliniate Scutului și planificate în Canvas. Se recomandă ancorarea în zilele internaționale relevante (de ex. 30 ianuarie, 21 septembrie, 2 octombrie, prima joi din noiembrie, 19 noiembrie).

12) Monitorizare, date și îmbunătățire continuă

- Aplicare periodică a Indicelui (semestrial/anual);
- Radar Chart comparativ (evoluții pe componente);
- Indicatori simpli: participare, raportare, calitatea climatului, feedback elevi/profesori/părinți;
- Revizuirea Canvas-ului pe baza datelor noi.

Fluxul metodologic (din practică în practică)

1. Punct de pornire (conștientizare):
Se aplică Testul #FărăViolență (individual). Se comunică resursele de pe faraviolenta.ro, Infobot și VIO.
2. Diagnoză colectivă:
Se aplică Indicele Scutului Activ (clasă/școală/comunitate) și se vizualizează rezultatele în Radar Chart.
3. Planificare:
Echipa construiește Canvasul #FărăViolență (cu logica BMSI), stabilind acțiuni, parteneri, resurse, indicatori.
4. Implementare & comunicare:
Se derulează activități educaționale și campanii (cu sprijinul Kitului), se folosesc Infobot și VIO pentru suport.
5. Intervenție la incidente:
Se activează procedurile (Comisie, Grup antibullying, „Butonul Roșu”, colaborare cu autorități) conform cadrului legal.
6. Monitorizare & îmbunătățire:
Se reaplică Indicele, se compară Radar Charturile, se ajustează Canvasul; se raportează succesele și lecțiile.

Aliniere juridică (repere utilizate în metodologie)

- ROFUIP – Ordin ME 4183/2022 (comisie școlară pentru prevenirea violenței);
- OMEC 4343/2020 (constituirea și funcționarea grupurilor anti-bullying);

- Ordin ME 6235/2023 (procedura de gestionare a cazurilor de violență în mediul școlar);
- „Butonul Roșu” – Ordin ME 4200/2025, publicat în Monitorul Oficial 3 iunie 2025 (mecanism de raportare anonimă).

De ce funcționează această metodologie

- E simplă de înțeles, datorită Scutului și vizualizărilor;
- E ancorată în realitate, prin proceduri și structuri obligatorii;
- E scalabilă, de la clasă la școală și la comunitate;
- E măsurabilă, prin Test, Indice și Radar Chart;
- E orientată spre acțiune, prin Canvas și Kitul de campanii;
- E susținută digital, prin platformă, Infobot și VIO;
- E ciclică, permițând învățare și îmbunătățire continuă.

Notă de orientare editorială

Fiecare componentă de mai sus are capitol dedicat în ghid, unde este tratată în profunzime (exemple, pași, modele, șabloane). Această secțiune metodologică rămâne „harta” care leagă totul într-o singură poveste de schimbare.

Scutul #FărăViolență – Concept și componente

Introducere

Scutul #FărăViolență este simbolul central al metodologiei „Lideri de viitor pentru reducerea violenței”. El nu este doar o imagine grafică, ci un cadru conceptual care ajută școlile, profesorii, părinții și comunitățile să înțeleagă ce înseamnă protecția reală împotriva violenței și cum se poate construi pas cu pas.

Scutul funcționează asemenea unui echipament de protecție: dacă este complet, întreținut și utilizat corect, oferă siguranță. Dacă are fisuri sau elemente lipsă, riscul de expunere la violență crește. De aceea, Scutul nu este static – el trebuie evaluat periodic, reparat, consolidat și transmis mai departe generațiilor următoare.

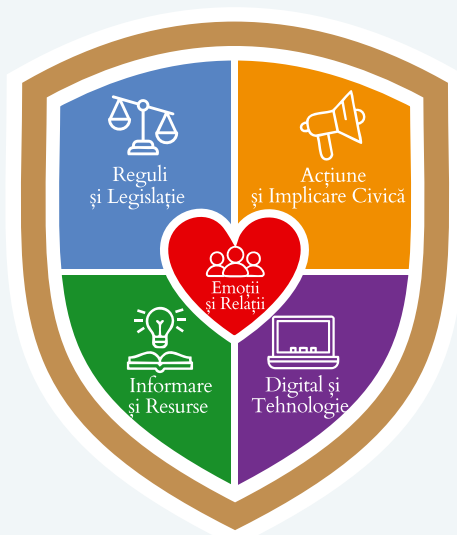


Fig. 3: Scutul #FărăViolență

– 28 –

De ce avem nevoie de Scut?

- Pentru că aproape 50% dintre elevi din România declară că au fost victime ale bullyingului, iar 80% au asistat la astfel de situații (Salvați Copiii România, 2023).
- Pentru că 42,4% dintre adolescenți raportează probleme pe internet, inclusiv cyberbullying (TECPC, 2022).
- Pentru că părinții indică violența și bullyingul drept una dintre principalele temeri pentru copiii lor (Romania Insider, 2025).

Aceste date arată clar că legislația singură nu este suficientă. Avem nevoie de un cadru integrativ și vizual, ușor de înțeles și aplicat. Asta face Scutul #FărăViolență.

Componentele Scutului #FărăViolență

1) *Emoții și Relații Interumane*

Această componentă reprezintă nucleul Scutului.

Se concentrează pe:

- dezvoltarea inteligenței emoționale;
- practicarea comunicării nonviolente;
- construirea de relații sănătoase și bazate pe respect.

Exemple de activități: ateliere de empatie, exerciții de recunoaștere a emoțiilor, grupuri de suport pentru elevi.

Legătură cu metodologiile: metode ca „Cele 5 Scaune” sau „Șase Pălării Gânditoare” sunt instrumente ideale pentru a activa această componentă.

2) Reguli și Legislație

Orice comunitate are nevoie de reguli clare și respectate.

Această componentă presupune:

- cunoașterea și aplicarea legilor educației și a normelor anti-bullying;
- respectarea regulamentelor școlare;
- responsabilizarea tuturor actorilor – elevi, profesori, părinți, decidenți.

Exemple de aplicare: existența comisiilor anti-violență, a grupurilor anti-bullying, implementarea „Butonului Roșu”.

Legătură cu proiectul: Consilierul AI VIO sprijină direct această componentă, oferind clarificări și ghidare juridică.

3) Acțiune și Implicare Civică

Conștientizarea fără acțiune rămâne la nivel teoretic.

Această componentă încurajează:

- organizarea de campanii și microproiecte anti-violență;
- activități dedicate Zilei Internaționale a Nonviolenței în Școli (30 ianuarie) sau altor zile tematice;
- implicarea elevilor ca lideri și ambasadori #FărăViolență.

Exemple de activități: „Ziua clasei fără violență”, campanii online de conștientizare, evenimente comunitare.

Legătură cu Canvasul: această componentă se reflectă direct în secțiunea „Activități-cheie” și „Parteneri-cheie”.

4) Informare și Resurse

Fără acces la informații, scutul rămâne incomplet.

Această componentă presupune:

- acces la ghiduri, broșuri și materiale educative;
- utilizarea platformei faraviolența.ro;
- dezvoltarea de kituri de advocacy și educație.

Exemple de aplicare: profesorii pot integra resurse în ore, părinții pot consulta materiale practice, elevii pot folosi Infobot pentru răspunsuri rapide.

Legătură cu Indicele Scutului Activ: informarea constantă este una dintre dimensiunile evaluate.

5) Digital și Tehnologie

În era digitală, nu putem preveni violența fără a integra tehnologia.

Această componentă include:

- educația pentru siguranță online și prevenirea cyberbullying-ului;
- utilizarea de instrumente digitale și AI pentru raportare și consiliere;
- integrarea platformelor și aplicațiilor interactive pentru educație.

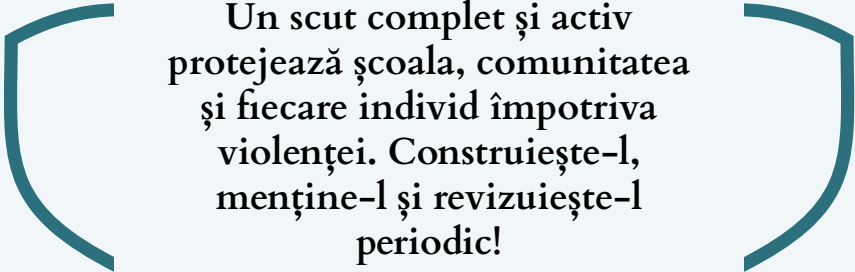
Exemple de aplicare: implementarea Butonului Roșu digital, utilizarea Consilierului AI VIO pentru suport, traininguri pentru elevi și profesori pe siguranță online.

Cum funcționează Scutul

- Evaluare: periodic, fiecare componentă este analizată prin Indicele Scutului Activ.
- Planificare: Canvasul #FărăViolență oferă cadrul practic pentru a întări fiecare componentă.
- Intervenție: atunci când apare o situație gravă, procedurile de intervenție se activează automat.
- Îmbunătățire: rezultatele sunt revizuite, iar activitățile ajustate constant.

Concluzie

Scutul #FărăViolență nu este doar un concept teoretic – este un instrument practic care arată starea de sănătate a unei comunități educaționale. Cu cât componentele sale sunt mai puternice și mai activate, cu atât școala sau comunitatea sunt mai reziliente la violență.



Un scut complet și activ
protejează școala, comunitatea
și fiecare individ împotriva
violenței. Construiește-l,
menține-l și revizuieste-l
periodic!

— CONSILIERUL AI VIO

Testul #FărăViolență

– Cât de puternic este scutul tău?

Introducere

Violența ia forme diverse: poate fi vizibilă – prin agresiuni fizice sau verbale – sau subtilă, ascunsă în glume, etichete sau tăceri apăsătoare. Indiferent de formă, ea lasă urme și afectează siguranța emoțională și fizică a celor implicați.

Fiecare dintre noi are însă la îndemână un „scut invizibil”: felul în care ne informăm, relațiile sănătoase pe care le construim, modul în care reacționăm în fața abuzului și sprijinul pe care îl oferim celorlalți. Acest test te ajută să înțelegi cât de puternic este scutul tău și unde mai poți adăuga straturi de protecție.

Testul este gândit pentru public larg (10–100 de ani) și se completează în aproximativ 5 minute. Nu există răspunsuri „bune” sau „rele” – ci doar o oglindă a prezentului, care îți arată unde te afli pe drumul #FărăViolență.

Cum funcționează

Testul are 10 întrebări împărțite pe două secțiuni: „Eu și siguranța mea” și „Școala și comunitatea mea”.

La fiecare întrebare alegi răspunsul care ți se potrivește cel mai bine.

Fiecare răspuns are un punctaj (0–3).

La final, aduni punctele și afli scorul (0–30).

Întrebări și opțiuni de răspuns

Secțiunea 1 – Eu și siguranța mea

1. Recunoști situațiile de violență sau bullying în jurul tău?

- ☐ Nu (0)
- ☐ Uneori (1)
- ☐ Da, destul de des (2)
- ☐ Da, întotdeauna și pot ajuta și pe alții (3)
- ☐ Nu știu (0)

2. Știi ce să faci dacă ești martor la bullying sau cyberbullying?

- ☐ Nu (0)
- ☐ Uneori (1)
- ☐ Da, destul de des (2)
- ☐ Da, întotdeauna și pot ajuta și pe alții (3)
- ☐ Nu știu (0)

3. Te simți în siguranță în mediul în care trăiești sau online?

- ☐ Nu (0)
- ☐ Uneori (1)
- ☐ Da, de cele mai multe ori (2)
- ☐ Da, constant și știu cum mențin siguranța (3)
- ☐ Nu știu (0)

4. Știi unde să ceri ajutor când ai nevoie?

- ☐ Nu (0)
- ☐ Am auzit, dar nu îmi mai amintesc (1)
- ☐ Da (2)
- ☐ Da și îi sprijin și pe alții când au nevoie (3)
- ☐ Nu știu (0)

5. Îți protejezi siguranța (și pe a altora) prin comportamente proactive?

- ☐ Nu (0)
- ☐ Rareori (1)
- ☐ Uneori (2)
- ☐ Întotdeauna (3)
- ☐ Nu știu (0)

Secțiunea 2 – Școala și comunitatea mea

6. Știi de campanii sau inițiative de prevenire a violenței în școala sau comunitatea ta?

- ☐ Nu (0)
- ☐ Am auzit vag (1)
- ☐ Da, cunosc câteva (2)
- ☐ Da, cunosc și mă implic (3)
- ☐ Nu știu (0)

7. Participi la evenimente, ateliere sau activități #FărăViolență?

- ☐ Nu (0)
- ☐ Rareori (1)
- ☐ Uneori (2)
- ☐ Frecvent (3)
- ☐ Nu știu (0)

8. Cunoști organizații/servicii care sprijină victimele violenței?

- ☐ Nu (0)
- ☐ Am auzit, dar nu știu cum le accesez (1)
- ☐ Da, pot contacta la nevoie (2)
- ☐ Da, știu exact cum procedez (3)
- ☐ Nu știu (0)

9. Îți implici rețeaua (prieteni, colegi, familie) pentru un mediu sigur?

- ☐ Nu (0)
- ☐ Rareori (1)
- ☐ Uneori (2)
- ☐ Frecvent și constant (3)
- ☐ Nu știu (0)

10. Folosești instrumente digitale pentru informare sau intervenție (ex. Infobot #FărăViolență, Consilierul AI VIO, resurse online)?

- ☐ Nu (0)
- ☐ Rareori (1)
- ☐ Uneori (2)
- ☐ Frecvent (3)
- ☐ Nu știu (0)

Cum interpretezi scorul

0–9 puncte →  Scut fragil (Informare & Educație)

E nevoie să-ți consolidezi scutul prin acces la informații de bază și resurse de suport.

 Intră pe faraviolenta.ro, începe cu Infobotul și documentează-te despre ce înseamnă violența și cum o putem preveni.

10–19 puncte →  Scut în dezvoltare (Aprofundare & Implicare)

Ai deja elemente de protecție, dar sunt zone vulnerabile care necesită atenție.

 Continuă să explorezi resursele de pe faraviolenta.ro, participă la activități și folosește Consilierul AI VIO atunci când întâlnești situații complexe.

20–30 puncte →  Scut puternic (Colaborare & Ambasador)

Ești bine pregătit(ă) și implicat(ă). Poți fi model și sprijin pentru ceilalți.

 Devino Ambasador #FărăViolență, organizează evenimente precum Ziua Nonviolenței în școală sau comunitate și ajută-ne să extindem rețeaua de scuturi.

Cum se integrează testul cu celelalte instrumente

- Scutul #FărăViolență – testul traduce componentele Scutului în comportamente și atitudini măsurabile.
- Indicele Scutului Activ – la nivel colectiv, scorurile individuale se agregă și arată nivelul de siguranță al unei școli sau comunități.
- Radar Chart – oferă o reprezentare vizuală clară a rezultatelor colective, indicând zonele tari și vulnerabile.
- Canvasul #FărăViolență – transformă rezultatele testului și ale Indice-lui în planuri concrete de acțiune.
- Instrumentele digitale – Infobot și Consilierul AI VIO devin resurse directe, conectate la nivelul de scor obținut.

Indicele Scutul Activ #FărăViolență

Instrument de evaluare și dezvoltare strategică pentru școli și comunități

Introducere

Indicele Scutul Activ #FărăViolență este un instrument practic de evaluare colectivă, destinat școlilor și comunităților. El arată cât de activ și funcțional este „Scutul” care protejează elevii, profesorii și părinții împotriva violenței – fie ea fizică, verbală, emoțională sau digitală.

Acest instrument nu este un simplu chestionar, ci o hartă vizuală și participativă care:

- măsoară starea actuală,
- evidențiază punctele tari și zonele vulnerabile,
- ajută la planificarea unor acțiuni concrete pentru reducerea violenței.

Durată: aproximativ 15 minute.

Public țintă: elevi, profesori, părinți, echipe educaționale și comunități locale.

Cele 5 componente ale Scutului

Indicele se bazează pe cele 5 dimensiuni fundamentale ale Scutului #Fără Violență:

- Emoții și Relații Interumane  – sprijin emoțional, empatie, comunicare nonviolentă, mecanisme de mediere.
- Reguli și Legislație  – existența și funcționarea comisiilor anti-violență și a grupurilor anti-bullying, aplicarea și transparența regulilor.
- Acțiune și Implicare Civică  – campanii și evenimente (ex. Ziua Nonviolenței), implicarea elevilor, părinților și colaborarea cu ONG-uri.
- Informare și Resurse  – acces la materiale educaționale, promovarea canalelor de sprijin (ex. Telefonul Copilului 119), formare pentru profesori și părinți.
- Digital și Tehnologie  – mecanisme de raportare online, alfabetizare digitală, folosirea Infobotului și a Consilierului AI VIO.

Cum se aplică Indicele

- Completare colectivă – grupul (profesori, elevi, părinți) discută fiecare item și acordă un scor între 0–3.
- Calcul pe dimensiuni – fiecare dimensiune are maxim 9 puncte.
- Scor total – maxim 45 puncte.
- Radar Chart – scorurile se marchează pe cele 5 axe și se unesc → rezultă „Scutul vizual”.

Întrebări pentru evaluarea Indicelui

- Emoții & Relații 
 - Ce activități avem pentru dezvoltarea empatiei și comunicării non-violente?
 - Există mecanisme de mediere a conflictelor între elevi?
 - Elevii și profesorii au acces la sprijin emoțional?
- Reguli & Legislație 
 - Există o comisie anti-violență și funcționează regulat?
 - Grupul anti-bullying este activ și implică elevii?
 - Regulamentele, procedurile și rezultatele comisiei/grupului sunt comunicate și aplicate?
- Acțiune & Implicare 
 - Organizăm periodic evenimente tematice (ex. Ziua Nonviolenței)?
 - Elevii și părinții sunt implicați activ?
 - Avem parteneriate cu ONG-uri sau instituții din comunitate?
- Informare & Resurse 
 - Avem materiale educaționale pe tema prevenirii violenței?
 - Promovăm canalele de sprijin (ex. 119, faraviolenta.ro)?
 - Profesorii și părinții beneficiază de sesiuni de formare?
- Digital & Tehnologie 
 - Există mecanisme online de raportare a incidentelor?
 - Elevii știu cum să raporteze conținut abuziv online?
 - Se folosesc instrumente digitale precum Infobot și Consilierul AI VIO?

Radar Chart – cum funcționează

Radar Chartul este o reprezentare grafică a Indicelui:

- are 5 axe, câte una pentru fiecare dimensiune;
- pe fiecare axă se marchează scorul (0–9);
- punctele sunt unite → rezultă o figură poligonală („scutul vizual”).

Radar Template – Indicele Scutul Activ #FărăViolență

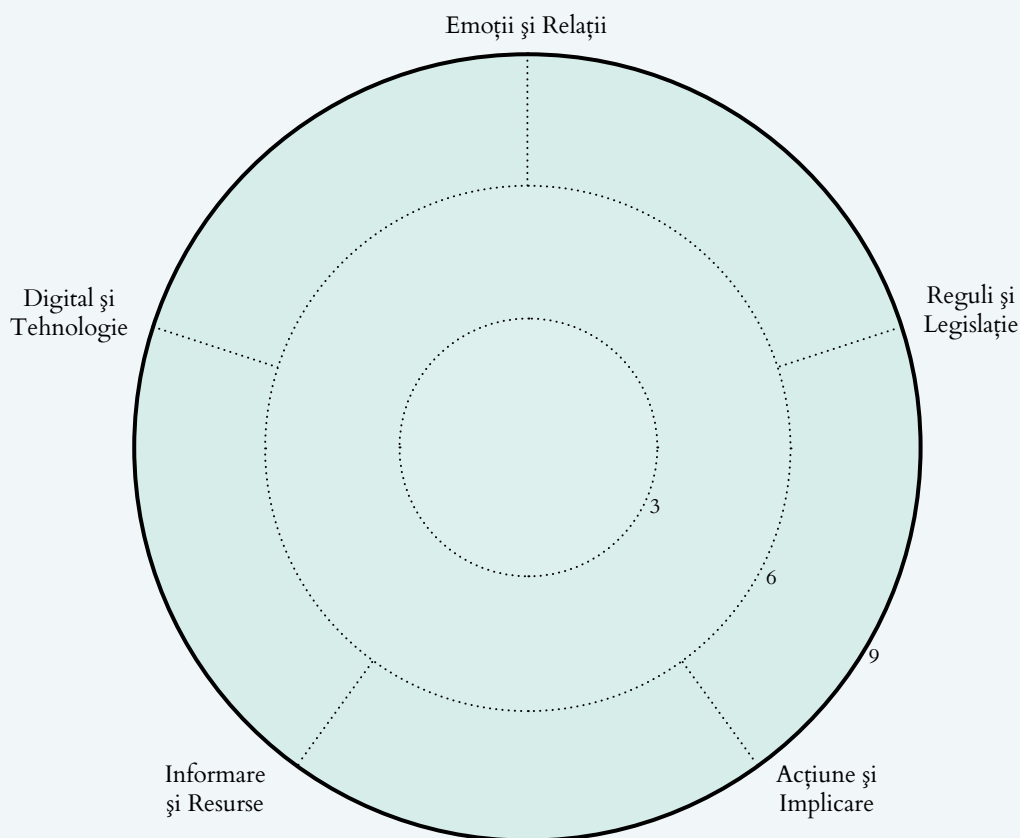


Fig. 4: Reprezentare Radar Chart

– 42 –

Interpretare vizuală:

-  Scut fragil – mic, strâns spre centru;
-  Scut în formare – neregulat, cu brațe de lungimi diferite;
-  Scut puternic – mare, rotund și echilibrat.

Radarul arată nu doar scorul general, ci și echilibrul între dimensiuni: unde scutul este solid și unde are „goluri”.

Interpretarea rezultatelor

-  Scut fragil (0–15 puncte) – lipsesc mecanismele de bază; nevoie de acțiuni urgente.
-  Scut în formare (16–30 puncte) – există inițiative, dar fragmentate; e nevoie de consolidare și strategie.
-  Scut puternic (31–45 puncte) – mecanismele sunt funcționale și constante; comunitatea poate deveni Ambasador #FărăViolență, organizând activități și implicându-se în advocacy.

Call-to-Action

Indicele Scutul Activ #FărăViolență nu este doar o evaluare, ci și un punct de pornire pentru acțiune concretă.

-  Aplicați-l în școala sau comunitatea voastră.
-  Desenați scutul pe radar chart și identificați zonele vulnerabile.
-  Folosiți Canvasul FărăViolență pentru a construi un plan strategic.
-  Reevaluați periodic pentru a urmări progresul.
-  Dacă aveți un Scut puternic, implicați-vă ca Ambasadori #FărăViolență și dați mai departe bunele practici.

Scutul devine mai puternic atunci când îl construim împreună.

Canvasul #FărăViolență

Instrument de planificare pentru reducerea și prevenirea violenței la nivel individual, școlar și comunitar

Introducere

Dacă Scutul #FărăViolență este simbolul protecției, iar Indicele Scutului Activ este măsura acestei protecții, Canvasul #FărăViolență este planul de acțiune.

Rolul Canvasului #FărăViolență

- Claritate – structurează inițiativele anti-vioență într-un format simplu și vizual.
- Coordonare – permite profesorilor, elevilor, părinților și partenerilor externi să colaboreze pe baza unui plan comun.
- Monitorizare – ajută la urmărirea progresului și la ajustarea activităților în timp.
- Advocacy – poate fi prezentat ca document de lucru către directori, autorități sau parteneri pentru a cere sprijin și resurse.

Canvasul #FărăViolență este un instrument vizual și colaborativ dezvoltat pentru a sprijini școlile, profesorii, elevii, părinții și comunitățile să planifice, să implementeze și să evalueze măsuri de prevenire a violenței. El pornește de la modelele consacrate Business Model Canvas și Lean Canvas, adaptate în mod inovator pentru educație, astfel încât să răspundă atât nevoii de strategie pe termen lung, cât și celei de acțiune imediată.

Un element central al acestei adaptări este integrarea cadrului BMSI (Behaviour Management and Support Intensity). Acesta permite ca fiecare secțiune a Canvasului să fie analizată și completată la trei niveluri de intensitate:

- intervenții universale – destinate tuturor elevilor și profesorilor, pentru prevenția generală;
- intervenții țintite – pentru grupuri sau clase cu nevoi specifice;
- intervenții intensive – pentru situații grave, care implică activarea comisiilor școlare, a grupurilor antibullying, a părinților și, dacă este cazul, a autorităților.

Am ales să păstrăm o singură denumire – Canvasul #FărăViolență – dar în fapt există două variante complementare:

- varianta strategică (Business Model Canvas #FărăViolență) – mai complexă, orientată spre viziune, strategie și politici, necesită timp și lucru în echipă și este potrivită pentru planuri de lungă durată la nivel de școală sau comunitate;
- varianta rapidă (Lean Canvas #FărăViolență) – mai simplă și mai concentrată pe problemă, soluție și acțiune, se poate completa într-o sesiune de 60–90 de minute și este ideală pentru ateliere educaționale, exerciții de implicare civică și mobilizare imediată.

Cele două variante nu se exclud, ci se completează: varianta rapidă poate fi folosită pentru a porni discuțiile, pentru a genera primele soluții și pentru a antrena participanții în gândirea de tip Canvas, iar varianta strategică este instrumentul prin care aceste soluții sunt consolidate într-un plan coerent, sustenabil și aliniat atât la cadrul legislativ, cât și la Scutul #FărăViolență.

Prin urmare, indiferent de context – fie că vorbim de un atelier cu elevi de gimnaziu, o ședință a comisiei antibullying sau un plan strategic comunitar – Canvasul #FărăViolență oferă o structură clară, participativă și flexibilă, adaptată realităților din școlile și comunitățile românești.

Canvasul #FărăViolență – Varianta rapidă de implementare (Lean Canvas)

Introducere

Lean Canvas #FărăViolență este varianta rapidă și eficientă a Canvasului, inspirată din instrumentul Lean Canvas dezvoltat de Ash Maurya pentru mediul antreprenorial. Spre deosebire de Business Model Canvas, care are o structură strategică și complexă, Lean Canvas se concentrează pe trei pași esențiali: Problemă – Soluție – Acțiune.

În context educațional și comunitar, această abordare permite ca în doar 60–90 de minute o echipă formată din elevi, profesori, părinți sau actori comunitari să identifice problemele majore legate de violență, să genereze soluții concrete și să planifice pași imediat aplicabili.



– 46 –

Canvasul #Fără Violență — Varianta rapidă

integrează BMSI | Inspirată din Lean Canvas

Probleme	Beneficiari
Soluții propuse	Resurse disponibile
Canale de comunicare	
Acțiuni concrete	

Fig. 5: Canvasul #FărăViolență – Varianta rapidă

Conceptualizare

Lean Canvas este un instrument vizual și colaborativ. Fiecare secțiune a sa este simplificată pentru a sprijini învățarea rapidă și pentru a transforma discuțiile abstracte în decizii clare.

În varianta #FărăViolență, acest Canvas integrează și logica BMSI (Behavior Management and Support Intensity), astfel încât soluțiile să fie diferențiate pe trei niveluri de intervenție:

- universale (pentru toți elevii și profesorii);
- țintite (pentru grupuri/clase cu dificultăți specifice);
- intensive (pentru situații grave, unde sunt implicate comisia școlară, grupul antibullying, părinții și autoritățile).

Lean Canvas #FărăViolență este potrivit pentru:

- Ateliere educaționale cu elevi, unde aceștia pot contribui la identificarea problemelor și soluțiilor din școală.
- Sesiuni de formare pentru profesori, unde echipele pot analiza cauzele conflictelor și pot propune activități de prevenție.
- Întâlniri cu părinții sau comunitatea, pentru a stimula implicarea civică și sprijinul extern în reducerea violenței.
- Legătura sa directă cu Scutul #FărăViolență se regăsește în toate componentele, dar mai ales în Acțiune și Implicare Civică , oferind o punte clară între conștientizare și pași concreți de implementare.

Descrierea secțiunilor din Lean Canvas #FărăViolență

Secțiunile Lean Canvasului au fost adaptate pentru contextul educațional:

1. Probleme identificate – care sunt cele mai frecvente forme de violență și bullying întâlnite?
2. Beneficiari – cine este afectat direct sau indirect de aceste probleme?
3. Soluții propuse – ce acțiuni simple și aplicabile pot fi implementate?
4. Resurse disponibile – ce instrumente, persoane, legi sau programe pot sprijini soluțiile?
5. Canale de comunicare – cum se transmite informația, cum sunt implicați elevii, părinții, profesorii?
6. Pași următori / Acțiuni concrete – ce se va face efectiv, cine răspunde și până când?

Întrebări suport pentru completare

Pentru fiecare secțiune, pot fi adresate una-două întrebări-cheie:

- Probleme: Care sunt cele mai mari riscuri de violență în școală? Cum se manifestă?
- Beneficiari: Cine este afectat direct? Cine mai este influențat?
- Soluții: Ce putem face imediat pentru a reduce aceste riscuri?
- Resurse: De ce avem nevoie? Avem deja resurse la dispoziție (ex. comisia școlară, butonul roșu, grupul antibullying)?
- Canale: Cum comunicăm aceste soluții tuturor actorilor implicați?
- Acțiuni: Care este primul pas concret și cine îl face?

Recomandări pentru folosire

Este ideal ca Lean Canvas să fie completat pe un format vizual mare (A3 sau A2), astfel încât toți participanții să vadă și să contribuie.

Poate fi folosit ca exercițiu introductiv pentru familiarizarea cu logica Canvasului, înainte de a trece la Business Model Canvas.

Este recomandat ca facilitatorul să asigure un ritm alert, pentru a încadra procesul în 60–90 de minute, și să revină asupra pașilor cu o evaluare ulterioară.

Exemple concrete

Într-un atelier de o oră cu elevi de gimnaziu, grupurile pot nota cele mai frecvente situații de bullying, pot propune soluții simple (reguli de clasă, sprijin pentru colegii vulnerabili), pot identifica resurse (diriginte, consilier școlar) și pot decide pași concreți (organizarea unei campanii în școală).

Într-o întâlnire de două ore cu profesori și părinți, Lean Canvas poate fi folosit pentru a defini împreună soluții de prevenire a violenței verbale și online, stabilind pași de colaborare și comunicare.

Resurse suplimentare

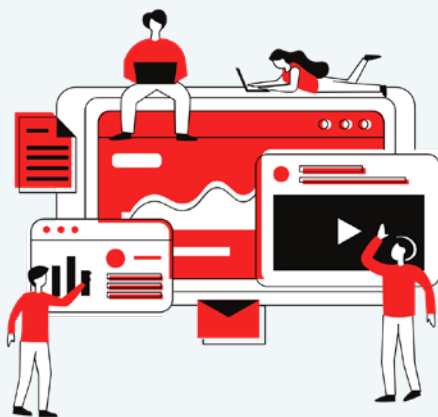
- Ash Maurya – *Running Lean: Iterate from Plan A to a Plan That Works*, O'Reilly Media, 2012.
- Strategyzer – resurse vizuale pentru Canvasuri: <https://www.strategyzer.com>
- Adaptări educaționale ale Lean Canvas pentru școli și ONG-uri (exemple internaționale disponibile pe <https://canvanizer.com>).

Canvasul #FărăViolență – Varianta strategică (Business Model)

Introducere

Canvasul #FărăViolență este varianta strategică și completă a Canvasului, inspirată din instrumentul Business Model Canvas dezvoltat de Alexander Osterwalder. Acesta este conceput pentru a oferi o imagine de ansamblu asupra unui sistem complex și pentru a sprijini dezvoltarea unor planuri sustenabile pe termen lung.

În context educațional și comunitar, Business Model Canvas #FărăViolență ajută la structurarea strategiilor de prevenire și intervenție, implicând toți actorii relevanți: școli, părinți, elevi, ONG-uri, autorități locale și comunitatea extinsă. Spre deosebire de Lean Canvas, care este rapid și orientat pe acțiuni imediate, această variantă este robustă, detaliată și axată pe viziune, strategie și politici.



– 51 –

Canvasul #Fără Violență — Varianta strategică

integrează BMSI | Inspirată din Business Model Canvas

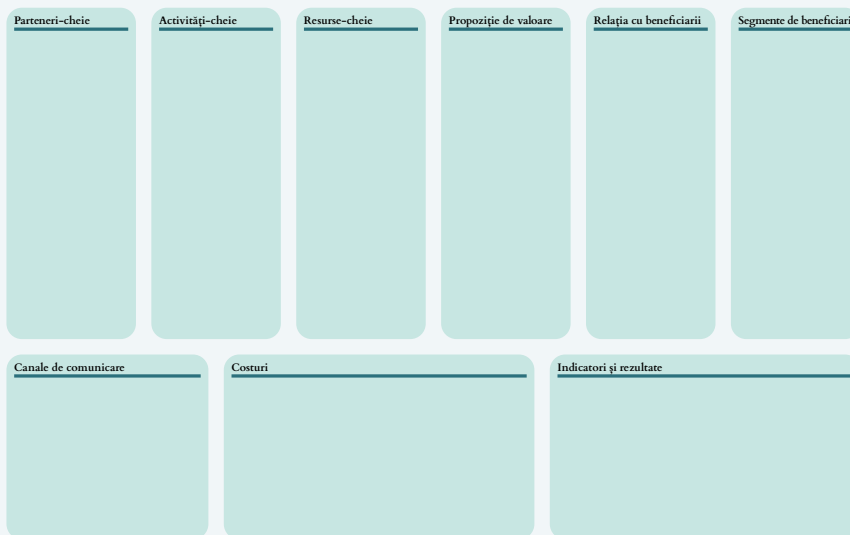


Fig. 6: Canvasul #FărăViolență – Varianta strategică

Conceptualizare

Business Model Canvas (BMC) este un instrument vizual format din 9 blocuri. Adaptarea sa pentru #FărăViolență permite integrarea cadrului BMSI (Behaviour Management and Support Intensity), prin care soluțiile sunt diferențiate în funcție de intensitatea necesară:

- universale (pentru toți elevii și profesorii – prevenție generală);
- țintite (pentru grupuri sau clase cu probleme specifice);
- intensive (pentru cazuri grave, care implică comisia școlară, grupul antibullying, părinții și autoritățile).

Astfel, Business Model Canvas #FărăViolență devine un plan strategic complet, capabil să reflecte atât dimensiunea educațională, cât și cea instituțională și comunitară.

Aplicații practice în contextul reducerii violenței

Business Model Canvas #FărăViolență este util pentru:

- echipe manageriale și comisii școlare, care trebuie să construiască planuri strategice și proceduri;
- grupuri antibullying și ONG-uri partenere, pentru a integra acțiuni sustenabile și colaborări comunitare;
- autorități educaționale și locale, pentru coordonarea resurselor și implementarea politicilor publice.

Legătura cu Scutul #FărăViolență este transversală: fiecare bloc al Canvasului poate fi raportat la una sau mai multe componente ale Scutului (emoții și relații interumane, reguli și legislație, acțiune civică, informare și resurse, digital și tehnologie).

Descrierea secțiunilor din Business Model Canvas #FărăViolență

1. Parteneri-cheie – cine sprijină implementarea (ONG-uri, autorități, comunitate)?
2. Activități-cheie – ce acțiuni strategice sunt planificate pentru reducerea violenței?
3. Resurse-cheie – ce resurse umane, materiale și legislative sunt necesare?
4. Propunere de valoare – ce aduce acest plan pentru siguranța și dezvoltarea elevilor și comunității?
5. Relații cu beneficiarii – cum se construiesc relații de încredere între elevi, profesori, părinți și parteneri?
6. Canale de comunicare – cum sunt transmise informațiile și regulile către toți actorii implicați?

7. Segmente de beneficiari – cine este vizat direct (elevi, profesori, părinți) și indirect (comunitatea)?
8. Structura de costuri – ce costuri implică planul (resurse, formare, campanii, tehnologii)?
9. Fluxuri de valoare, Rezultate – ce rezultate concrete se obțin (scăderea incidentelor, creșterea empatiei, implicare civică)?

Întrebări suport pentru completare

- Parteneri: Cine sunt actorii cheie și ce rol au în prevenirea violenței?
- Activități: Ce programe, campanii și intervenții vom implementa în următorii ani?
- Resurse: Avem suficiente resurse umane și legislative? Ce ne mai lipsește?
- Beneficiari: Cum sunt sprijiniți elevii, profesorii și părinții?
- Rezultate: Cum vom măsura succesul și cum ne asigurăm de sustenabilitate?

Recomandări pentru folosire

Business Model Canvas necesită timp și implicare. O completare de bază durează 2–3 ore, dar pentru o strategie completă sunt recomandate mai multe sesiuni.

Poate fi folosit ca document de lucru periodic, revizuit anual sau semestrial, pentru a evalua progresul și a adapta măsurile.

Este ideal pentru echipe mixte (profesori, părinți, elevi, ONG-uri, autorități), deoarece oferă un cadru comun de înțelegere și planificare.

Exemple concrete de utilizare

O școală gimnazială folosește Canvasul #FărăViolență pentru a planifica strategia anuală antibullying: parteneriate cu ONG-uri, campanii cu elevii, implementarea Butonului Roșu, sesiuni de formare pentru profesori.

Un inspectorat școlar poate utiliza acest Canvas pentru a centraliza datele de la mai multe școli și a construi o strategie comună de prevenire a violenței la nivel regional.

Resurse suplimentare

- Alexander Osterwalder & Yves Pigneur – *Business Model Generation*, Wiley, 2010.
- Strategyzer – resurse oficiale pentru Business Model Canvas: <https://www.strategyzer.com>
- Exemple de adaptări educaționale ale Business Model Canvas disponibile pe <https://canvanizer.com>.



– 55 –

Metode și instrumente pentru dezvoltarea empatiei și prevenirea violenței

Introducere

În cadrul proiectului „Lideri de Viitor – #FărăViolență în școli și comunități”, abordăm prevenția violenței prin metode practice și creative, menite să sprijine dezvoltarea competențelor socio-emoționale, gândirea critică și implicarea civică. Aceste metode nu sunt doar teoretice: ele pot fi folosite atât în ateliere special organizate, cât și integrate în activitățile cotidiene de clasă, în cadrul comunităților educaționale sau în context familial.

Fiecare metodă sprijină în mod direct Scutul #FărăViolență, prin consolidarea componentelor sale esențiale:

- Emoții și Relații Interumane ❤️ – dezvoltarea empatiei, comunicării nonviolente și a relațiilor sănătoase;
- Reguli și Legislație ⚖️ – informarea și aplicarea corectă a cadrului legal;
- Acțiune și Implicare Civică 🗳️ – inițierea de acțiuni concrete, campanii și microproiecte;
- Informare și Resurse 📖 – acces la informații, ghiduri și instrumente de învățare;
- Digital și Tehnologie 💻 – utilizarea instrumentelor digitale și AI pentru suport și intervenție.

Selecția prezentată mai jos oferă metode validate, cu aplicații practice pentru elevi, profesori, părinți și adulți, pentru a fi integrate ușor în contexte educaționale sau comunitare.

Metoda 1: Cele 6 pălării gânditoare

– Instrument pentru gândire critică, empatie și prevenirea violenței

Introducere

Metoda Șase Pălării Gânditoare, creată de Edward de Bono în anii 1980, oferă un cadru structurat pentru analizarea situațiilor din multiple perspective, reducând polarizarea opiniilor și impulsivitatea deciziilor. În contextul #FărăViolență, metoda devine un instrument valoros pentru dezvoltarea empatiei, gândirii critice și a capacității de luare a deciziilor responsabile în școli și comunități.

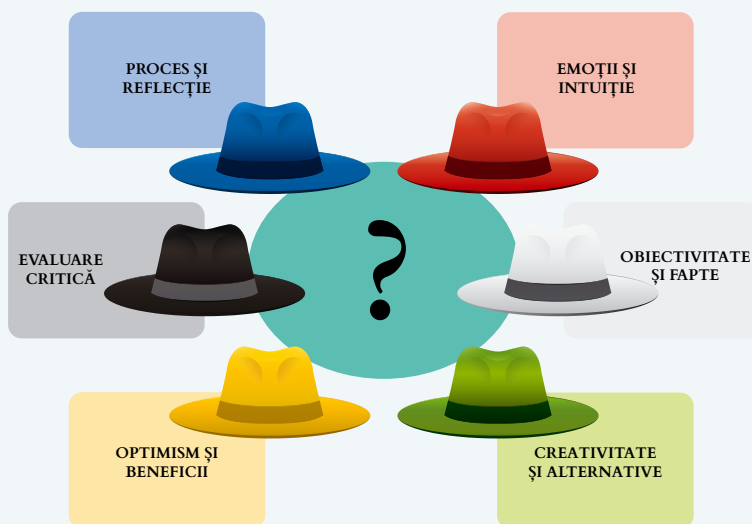


Fig. 7: Metoda celor 6 Pălării Gânditoare

– 57 –

Aplicabilitate în contextul reducerii violenței

Metoda poate fi corelată cu următoarele componente din Scutul #FărăViolență: componentele Emoții și Relații Interumane  și Acțiune și Implicare Civică .

Elevii, profesorii și părinții pot folosi metoda pentru a evalua conflicte, a înțelege emoțiile și perspectivele celorlalți și a identifica soluții nonviolente.

Descrierea metodei

Metoda folosește metafora celor șase „pălării”, fiecare reprezentând o perspectivă diferită:

- Pălăria albă – obiectivitate și fapte: informații și date concrete.
- Pălăria roșie – emoții și intuiție: sentimente și reacții instinctive.
- Pălăria neagră – evaluare critică: riscuri și consecințe negative.
- Pălăria galbenă – optimism și beneficii: puncte pozitive și oportunități.
- Pălăria verde – creativitate și alternative: generarea de soluții inovatoare.
- Pălăria albastră – proces și reflecție: coordonarea gândirii și organizarea procesului decizional.

Prin utilizarea consecutivă sau simultană a pălăriilor, participanții explorează situațiile complexe din perspective diferite și identifică soluții creative și sustenabile.

Aplicații practice

- Elevi: jocuri de rol și discuții ghidate pentru conflicte simulate sau reale, documentarea concluziilor în jurnale și dezvoltarea abilității de diferențiere între emoție și rațiune.

- Profesori: planificarea intervențiilor în clasă, medierea conflictelor prin aplicarea pălăriilor și încurajarea elevilor să exploreze multiple perspective.
- Părinți: discutarea situațiilor sociale cu copiii pentru consolidarea empatiei și comunicării nonviolente, luarea deciziilor familiale structurate.

Exemple concrete

Elevii analizează un conflict într-un proiect de grup: folosind pălăriile, identifică emoțiile implicate, riscurile, avantajele colaborării, informațiile obiective, soluții creative și coordonează procesul de soluționare. Profesorul poate aplica aceeași structură după un incident de bullying, transformând experiența într-un moment de învățare.

Recomandări pentru activități și ateliere

- Atelier de explorare a pălăriilor prin jocuri de rol și scenarii simulate.
- Simulări de conflicte în grupuri mici, urmate de reflecție și discuții.
- Activități de jurnalizare și autoanaliză a reacțiilor și deciziilor.

Resurse suplimentare

- Edward de Bono – *Șase pălării gânditoare*, Curtea Veche Publishing, 2021 (carte)
- Six Thinking Hats – Edward de Bono, site oficial: <https://www.de-bono.com/six-thinking-hats/> (informații despre metodă și aplicații)
- Articol despre aplicarea metodei în educație și gândire critică: https://www.mindtools.com/pages/article/newTED_07.htm

Metoda 2: Metoda celor 5 Scaune – Observarea și gestionarea emoțiilor

Introducere

Metoda Celor Cinci Scaune, creată de Louise Evans, oferă un cadru vizual și experiențial pentru observarea propriilor reacții emoționale, dezvoltarea empatiei și gestionarea conflictelor. Este un instrument valoros în prevenirea violenței și bullyingului în școli, comunități și organizații, sprijinind competențele socio-emoționale și comunicarea nonviolentă.

Aplicabilitate în contextul reducerii violenței

Metoda poate fi corelată cu următoarele componente din Scutul #FărăViolență: componentele Emoții și Relații Interumane ❤️ și Informare și Resurse 📖 din Scutul #FărăViolență.

Prin roluri simbolice, participanții conștientizează impactul emoțiilor proprii asupra grupului și identifică răspunsuri constructive.



Fig. 8: Metoda celor 5 Scaune

– 60 –

Descrierea metodei

Metoda folosește cinci arhetipuri simbolice:

- Șacal – critic: reacții dure și judecăți critice.
- Arici – defensiv: nevoia de protecție și retragere.
- Suricată – observator: analiza atentă a mediului și contextului.
- Delfin – comunicare asertivă: deschiderea spre dialog și cooperare.
- Girafă – empatie: încurajarea înțelegerii și respectului față de ceilalți.

Aplicații practice

- Elevi: jocuri de rol și simulări pentru recunoașterea propriilor reacții și dezvoltarea empatiei.
- Profesori: identificarea tiparelor de reacție în clasă și planificarea intervențiilor pentru prevenirea violenței.
- Părinți și adulți: conștientizarea reacțiilor personale și sprijinirea copiilor în dezvoltarea autoreglării emoționale și a comunicării nonviolente.

Exemple concrete

Elevii participă la simulări de conflict, preluând diferite roluri (șacal, arici, suricată, delfin, girafă), analizând impactul acțiunilor asupra grupului și identificând soluții nonviolente. Profesorul poate folosi exerciții similare pentru a dezvolta empatia și comportamentele constructive în clasă.

Recomandări pentru activități și ateliere

- Atelier de explorare a arhetipurilor prin experiențe practice și discuții ghidate.

- Simulări de situații conflictuale cu schimbarea rolurilor pentru a observa perspective diferite.
- Dezbateri și reflecții asupra consecințelor fiecărui tipar de comportament.

Resurse suplimentare

- Site oficial The 5 Chairs România: www.the5chairs.ro
- Nonviolent Communication – Marshall Rosenberg
- NLP Practitioner materials – Richard Bandler și John Grinder
- Workshopuri și cursuri Louise Evans pentru aprofundarea metodei și aplicații în leadership și educație

Metoda 3: STOP – Autoreglare și prevenirea reacțiilor impulsive

Introducere

Metoda STOP este un instrument practic de autoreglare provenit din psihologie și programe de prevenție a consumului de substanțe, dar adaptabil în educație și prevenția violenței. Scopul său este să ofere un cadru simplu și rapid pentru gestionarea impulsurilor, reducând riscul comportamentelor agresive sau necontrolate. În contextul #FărăViolență, metoda ajută elevii, profesorii și adulții să răspundă conștient și responsabil în situații tensionate.



Fig. 9: Metoda STOP

Aplicabilitate în contextul reducerii violenței

Metoda poate fi corelată cu următoarele componente din Scutul #FărăViolență: Componenta Emoții și Relații Interumane ❤️ și Acțiune și Implicare Civică 🚦, deoarece ajută la dezvoltarea abilităților de autoreglare emoțională, comunicare empatică și intervenție responsabilă în situații de conflict.

Descrierea metodei

STOP este un acronim simplu:

- S – Stop / Oprește-te: frânează impulsul de a reacționa imediat.
- T – Take a breath / Respiră adânc: aduce atenția în prezent și reduce tensiunea.
- O – Observe / Conștientizează: recunoaște emoțiile, gândurile și contextul.
- P – Proceed / Acționează conștient: alege răspunsul rațional și empatic.

Aplicații practice

- Elevi: aplicarea imediată în conflicte sau frustrări, dezvoltarea abilității de a răspunde nonviolent.
- Profesori: ghidarea elevilor să folosească metoda în timpul incidentelor pentru a preveni escaladarea conflictelor.
- Părinți și adulți: modelarea reacțiilor nonviolente și sprijinirea copiilor în dezvoltarea autoreglării emoționale.

Exemple concrete

Un elev simte impulsul să răspundă agresiv într-un conflict de grup. Aplicând STOP: se oprește, respiră, observă emoțiile și apoi decide o reacție constructivă, prevenind escaladarea conflictului.

Recomandări pentru activități și ateliere

- Exerciții de respirație și reflecție rapidă în grup.
- Jocuri de rol cu aplicarea STOP în situații simulate de bullying sau dezacord.

Resurse suplimentare

- David D. Burns – *Feeling Good: The New Mood Therapy*
- Davis, Eshelman, McKay – *The Relaxation & Stress Reduction Workbook*
- Articol online: *3 Thought Stopping Techniques* – Verywell Mind:
<https://www.verywellmind.com/stop-technique-2671653>

Metoda 4: REFLECT – Analiza post-factum și învățarea din experiențe

Introducere

Metoda REFLECT este un instrument de coaching și gândire critică, utilizat pentru analiza situațiilor după ce acestea s-au petrecut. Scopul său este să transforme experiențele, inclusiv conflictele sau incidentele de violență, în lecții de învățare, ajutând la dezvoltarea comportamentelor constructive și a capacității de autoreglare.

Aplicabilitate în contextul reducerii violenței

Metoda poate fi corelată cu următoarele componente din Scutul #FărăViolență: Componenta Emoții și Relații Interumane ❤️ și Acțiune și Implicare Civică 🚩, deoarece permite elevilor, profesorilor și adulților să înțeleagă dinamica conflictelor și să adopte soluții mai bune în viitor.

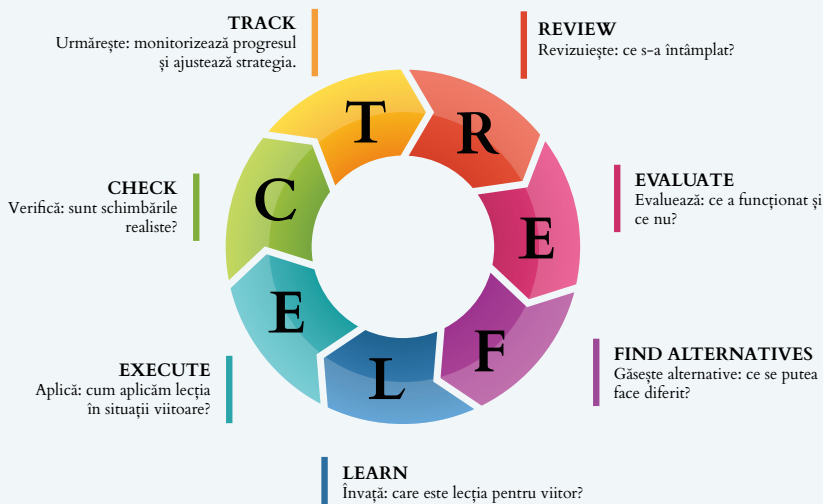


Fig. 10: Metoda REFLECT

Descrierea metodei

REFLECT include șapte pași:

- R – Review / Revizuieste: ce s-a întâmplat?
- E – Evaluate / Evaluatează: ce a funcționat și ce nu?
- F – Find alternatives / Găsește alternative: ce se putea face diferit?
- L – Learn / Învață: care este lecția pentru viitor?
- E – Execute / Aplică: cum aplicăm lecția în situații viitoare?
- C – Check / Verifică: sunt schimbările realiste?
- T – Track / Urmărește: monitorizează progresul și ajustează strategia.

Aplicații practice

- Elevi: jurnalizare și discuții ghidate după incidente, învățarea autoreglării emoționale și a soluțiilor constructive.
- Profesori: evaluarea intervențiilor aplicate în clasă, identificarea strategiilor mai eficiente pentru prevenirea violenței.
- Părinți și adulți: reflecția asupra propriilor reacții și sprijinirea copiilor în găsirea de soluții nonviolente.

Exemple concrete

După un incident de bullying în clasă, elevii și profesorul folosesc REFLECT pentru a analiza situația, a identifica ce a funcționat, ce nu, și ce strategii alternative pot fi aplicate în viitor.

Recomandări pentru activități și ateliere

- Sesiuni de analiză a experiențelor simulate.

- Dezbateri și discuții ghidate pe baza incidentelor reale.
- Jurnale de reflecție și monitorizarea progresului personal.

Resurse suplimentare

- Schön, D. A. – The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action
- Brookfield, S. D. – Becoming a Critically Reflective Teacher
- Articol: *Reflective Practice: How Teachers Can Learn from Experience*: <https://www.edutopia.org/article/how-reflective-practices-help-teachers>

Metoda 5: Cele 3 cercuri ale influenței – Prioritizarea acțiunilor și asumarea responsabilității

Introducere

Cercul de influență, concept dezvoltat de Stephen R. Covey, ajută participanții să distingă între ceea ce pot controla și ceea ce nu pot controla, concentrându-se pe acțiuni eficiente. În contextul #FărăViolență, metoda sprijină luarea deciziilor proactive și responsabilizarea elevilor, profesorilor și comunității.

Aplicabilitate în contextul reducerii violenței

Metoda poate fi corelată cu următoarele componente din Scutul #FărăViolență: Componenta Acțiune și Implicare Civică 📢 și Emoții și Relații Interumane ❤️, oferind claritate asupra modului în care fiecare individ poate contribui la prevenirea violenței și la crearea unui mediu sigur.

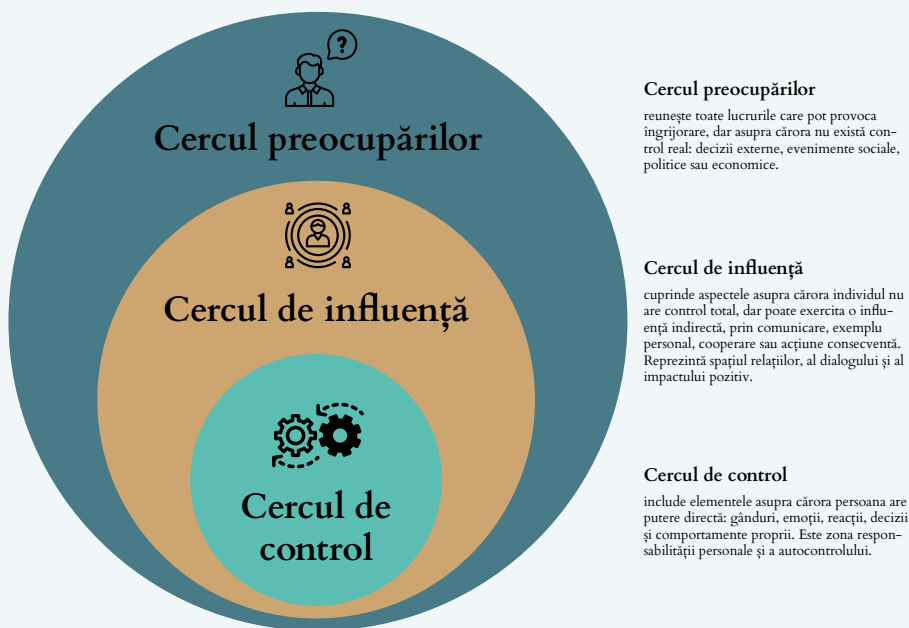


Fig. 10: Metoda Cele 3 cercuri ale influenței

Descrierea metodei

Modelul este alcătuit din trei cercuri concentrice, fiecare reprezentând un nivel diferit de control asupra realității:

1. Cercul de control – include elementele asupra cărora persoana are putere directă: gânduri, emoții, reacții, decizii și comportamente proprii. Este zona responsabilității personale și a autocontrolului.
2. Cercul de influență – cuprinde aspectele asupra cărora individul nu are control total, dar poate exercita o influență indirectă, prin comunicare, exemplu personal, cooperare sau acțiune consecventă. Reprezintă spațiul relațiilor, al dialogului și al impactului pozitiv.

3. Cercul preocupărilor – reunește toate lucrurile care pot provoca îngrijorare, dar asupra cărora nu există control real: decizii externe, evenimente sociale, politice sau economice.

Aplicarea metodei presupune identificarea elementelor din fiecare categorie și încurajarea concentrării asupra zonelor de control și influență, în detrimentul preocupărilor inutile sau paralizante.

În contextul educației pentru nonviolență, metoda Cercului influenței contribuie la formarea unei atitudini echilibrate și conștiente, bazate pe asumare, empatie și acțiune constructivă. Prin înțelegerea limitelor propriului control și prin utilizarea eficientă a influenței personale, se promovează comunicarea pașnică, autoreglarea emoțională și leadershipul responsabil – elemente esențiale pentru cultivarea unei societăți fără violență.

Aplicații practice

- Elevi: identificarea acțiunilor proprii pentru prevenirea bullying-ului sau pentru sprijinirea colegilor.
- Profesori: planificarea intervențiilor concrete în clasă și prioritizarea acțiunilor eficiente.
- Părinți și adulți: concentrare pe comportamente și decizii constructive pentru sprijinirea copiilor și comunității.

Exemple concrete

Elevii identifică problemele asupra cărora pot acționa (sprijinirea unui coleg, medierea unui conflict) versus problemele asupra cărora nu au control (deciziile altor elevi, evenimente externe), planificând acțiuni concrete pentru zona de influență.

Recomandări pentru activități și ateliere

- Jocuri de identificare a zonelor de influență și preocupare în situații simulate.
- Discuții de grup despre responsabilitate și impactul acțiunilor individuale.

Resurse suplimentare

- Stephen R. Covey – *The 7 Habits of Highly Effective People* – Capitolul despre Cercul de influență și Cercul de preocupare, 1989.
- Articol: *Harness Your Power: Using Your Circle of Influence* – Move Forward PA: <https://moveforwardpa.com/harness-your-power-using-your-circle-of-influence/>
- Articol: *How To Expand Your Circle of Influence – Guiding Leaders and Teams*: <https://guidingleadersandteams.com/how-to-expand-your-circle-of-influence/>

Metoda 6: Jocul valorilor – Conștientizarea și prioritizarea valorilor personale

Introducere

Jocul valorilor este un instrument utilizat în coaching, leadership și educație socio-emoțională pentru a ajuta participanții să-și identifice, prioritizeze și înțeleagă valorile personale.

Aplicabilitate în contextul reducerii violenței

Metoda poate fi corelată cu următoarele componente din Scutul #FărăViolență: componenta Emoții și Relații Interumane ❤️ și Acțiune și Implicare

Civică , oferind un cadru de reflecție pentru comportamentele prosociale și deciziile responsabile.

Elevii, profesorii și adulții pot folosi metoda pentru a înțelege ce valori stau la baza comportamentelor nonviolente, a respectului și a empatiei.

Descrierea metodei

Participanții primesc o listă de valori și le ordonează după importanță personală, discutând implicațiile fiecărei valori și modul în care acestea influențează deciziile și relațiile interumane.

Aplicații practice

- Elevi: exerciții de identificare a valorilor care promovează colaborarea și respectul.
- Profesori: utilizarea valorilor pentru construirea regulilor clasei și a intervențiilor constructive.
- Părinți și adulți: reflectarea asupra valorilor personale și modul în care acestea influențează relațiile și reacțiile în familie sau comunitate.

Exemple concrete

Elevii primesc o situație de conflict și selectează valorile care ar ghida cel mai bine comportamentul lor. Discuția de grup consolidează empatia și înțelegerea deciziilor celorlalți.

Recomandări pentru activități și ateliere

- Ateliere de identificare și prioritizare a valorilor.
- Jocuri de rol bazate pe scenarii în care valorile ghidază comportamentul.

Resurse suplimentare

- Personal Values Assessment – Personalvalu.es
Instrument gratuit pentru identificarea și prioritizarea valorilor personale: <https://personalvalu.es/>
- Value Sort – The Good Project
Exercițiu interactiv pentru sortarea valorilor personale și stimularea reflecției: <https://www.thegoodproject.org/value-sort>
- Values Card Sort – Dr. Jenny Shields
Instrument interactiv bazat pe ACT pentru identificarea valorilor fundamentale: <https://drjennyshields.com/values-card-sort/>
- Barrett, Richard. Values Centre Handbook

Metoda 7: Lego Serious Play – Gândire creativă și soluții pentru conflicte

Introducere

Lego Serious Play este o metodă dezvoltată de LEGO Group pentru facilitarea gândirii creative, comunicării și rezolvării problemelor. Participanții construiesc modele simbolice cu piese Lego pentru a exprima idei și a explora soluții.

Aplicabilitate în contextul reducerii violenței

Metoda poate fi corelată cu următoarele componente din Scutul #FărăViolență: componenta Emoții și Relații Interumane ❤️, Acțiune și Implicare Civică 🚩 și Informare și Resurse 📖, facilitând analiza conflictelor, empatia și soluționarea creativă a problemelor.

Metoda oferă un cadru ludic și vizual pentru explorarea emoțiilor, înțelegerea perspectivelor diferite și identificarea soluțiilor nonviolente.

Descrierea metodei

Participanții construiesc modele Lego care reprezintă situații sau emoții, explicând apoi simbolic deciziile și percepțiile lor. Facilitatorul ghidează reflecția și discuțiile.

Aplicații practice

- Elevi: exprimarea emoțiilor și soluțiilor în conflicte prin modele vizuale.
- Profesori: facilitarea discuțiilor despre comportamente și gestionarea situațiilor de bullying.
- Părinți și adulți: explorarea perspectivelor diferite și consolidarea abilităților de comunicare empatică.

Exemple concrete

Elevii construiesc o scenă de conflict între colegi și prezintă soluțiile creative pentru rezolvarea acestuia. Modelul Lego devine un punct de pornire pentru discuție și reflecție.

Recomandări pentru activități și ateliere

Elevii construiesc cu piese Lego un model al clasei sau școlii ideale, evidențiind elemente care promovează respectul, incluziunea și cooperarea. După construcție, fiecare participant explică ce reprezintă modelul său și cum poate contribui la prevenirea conflictelor.

Grupurile primesc situații reale sau simulate de bullying sau tensiuni între elevi și construiesc cu Lego scene care ilustrează problema și posibile soluții nonviolente. După aceea, discuțiile ghidate permit identificarea strategiilor de prevenție și acțiune.

Participanții aleg piese pentru a reprezenta valori precum respect, responsabilitate și empatie sau emoții precum frustrare, bucurie și încredere. Modelele construite sunt apoi prezentate și discutate în grup, facilitând conștientizarea emoțiilor și consolidarea unei culturi nonviolente.

Resurse suplimentare

- Ghid open-source LEGO® Serious Play® – principiile și aplicațiile metodei, descărcabil gratuit: davidgauntlett.com
- Toolkit pentru facilitatori – planuri de workshop, șabloane și ghiduri pentru sesiuni eficiente: play4business.com
- Curs online „Introduction to LEGO® Serious Play®” – introducere practică pentru facilitatori și antrenori; Udemey



Kit pentru activități și campanii #FărăViolență

Introducere

O campanie #FărăViolență nu înseamnă doar un afiș frumos sau o zi marcată în calendar. Ea este o mișcare colectivă, care transformă ideea de respect și empatie într-o realitate vizibilă în clase, școli și comunități. Oricine – de la un elev de clasa a VI-a până la directorul unei școli sau liderul unei comunități – poate folosi acest kit pentru a iniția activități educative și campanii de advocacy cu impact real.

Kitul este conceput să fie practic, flexibil și adaptabil. Oferă pași clari, exemple concrete și resurse digitale, pentru ca inițiativele să nu rămână doar pe hârtie, ci să prindă viață și să producă schimbare.

Ce înseamnă advocacy în contextul #FărăViolență?

Advocacy-ul este arta de a transforma vocea oamenilor în schimbare concretă. În școli și comunități, advocacy-ul presupune:

- sensibilizarea colegilor, profesorilor și părinților cu privire la bullying și violență;
- aducerea în atenția comunității a valorilor empatiei și respectului;
- convingerea decidenților (directori, autorități locale, instituții publice) să aplice legea și să creeze mecanisme reale de raportare și protecție.

Advocacy-ul are trei piloni esențiali:

- 👉 Informare – ca oamenii să înțeleagă problema.
- 👉 Implicare – ca oamenii să se mobilizeze.
- 👉 Influențare – ca decidenții să acționeze.

Cum începem o campanie #FărăViolență?

Totul începe cu o întrebare simplă:

„Ce vrem să schimbăm în școala sau comunitatea noastră?”

De aici, pașii sunt clari:

- Formăm o echipă mixtă (elevi, profesori, părinți, voluntari).
- Alegem un mesaj central – scurt, clar și memorabil („Respectul începe cu tine!”, „Bullying-ul doare, respectul vindecă”).
- Stabilim activități – de la ateliere interactive până la evenimente comunitare.
- Legăm campania de repere calendaristice internaționale (30 ianuarie – Ziua Nonviolenței în Școli, 21 septembrie – Ziua Păcii etc.).
- Comunicăm și celebrăm reușitele – prin fotografii, video-uri, povești și feedback colectat.

Exemple de scenarii concrete

Ziua clasei #FărăViolență

O clasă de gimnaziu își asumă o zi dedicată empatiei și siguranței. Elevii fac postere cu mesaje pozitive, organizează un „cerc al încrederii” și aleg un ambasadur al respectului pentru o săptămână. Profesorul introduce metoda STOP pentru a gestiona conflictele.

„Săptămâna nonviolenței” la nivel de școală

Un program de cinci zile:

- Luni – Ziua Empatiei (jocuri și discuții despre emoții).
- Marți – Ziua Respectului („Zidul respectului” cu mesaje colective).
- Miercuri – Ziua Drepturilor (prezentări și dezbateri despre reguli și legislație).
- Joi – Ziua Tehnologiei Responsabile (workshop despre cyber-bullying).
- Vineri – Ziua Angajamentului (semnarea unei „declarații #FărăViolență”).

Campanie comunitară

Școala colaborează cu primăria, ONG-uri și mass-media locală. Se organizează un marș al păcii, un flashmob și o expoziție cu lucrările elevilor. Campania devine vizibilă prin social media, cu hashtagul #FărăViolență.

Cum ne ajută instrumentele proiectului?

Instrumentele dezvoltate în cadrul proiectului „Lideri de viitor” fac campaniile mai ușoare, mai coerente și mai eficiente:

- Scutul #FărăViolență – cadrul conceptual. Fiecare activitate întărește o componentă: Emoții și relații, Reguli și legislație, Implicare civică, Resurse, Digital.
- Canvas-ul #FărăViolență – planificarea campaniei (parteneri, activități, resurse, indicatori).
- Testul #FărăViolență – aplicat individual, arată cum percep elevii și adulții nivelul de siguranță și implicare. Poate fi folosit la început și la final pentru a măsura schimbarea.

- Indicele Scutului Activ – aplicat colectiv, oferă o evaluare de ansamblu a școlii sau comunității.
- Radar Chartul – vizualizează clar rezultatele Indicelui și arată unde scutul este solid și unde există vulnerabilități.
- Infobot #FărăViolență – pentru informare rapidă și răspunsuri clare.
- Consilierul AI VIO – pentru suport aprofundat și ghidaj personalizat.
- Platforma faraviolenta.ro – spațiul central unde toate resursele sunt disponibile, actualizate și gata de utilizare.

5. Calendarul internațional – momente-cheie pentru campanii

Organizarea unei campanii devine mai vizibilă și mai relevantă dacă e legată de zile recunoscute la nivel global:

- 30 ianuarie – Ziua Internațională a Nonviolenței în Școli
- 21 septembrie – Ziua Internațională a Păcii (ONU)
- 2 octombrie – Ziua Internațională a Nonviolenței (ONU)
- Prima joi din noiembrie – Ziua Internațională împotriva violenței și bullying-ului la școală
- 19 noiembrie – Ziua Internațională pentru Prevenirea Abuzului asupra Copilului

Aceste date oferă vizibilitate maximă, sprijin pentru implicarea presei și legitimitate pentru atragerea partenerilor externi.

6. Concluzie – de la idee la mișcare

O campanie #FărăViolență nu este un eveniment izolat, ci o scânteie care aprinde schimbări mai mari în școală și comunitate. Cu un mesaj clar, o echipă dedicată și resursele disponibile pe www.faraviolenta.ro, oricine poate fi parte din această mișcare.



Alătură-te mișcării #FărăViolență

Școala este oglinda societății. Aici copiii și tinerii își formează valorile, deprinderile și modul de a relaționa cu ceilalți. De aceea, credem că mediul școlar trebuie să fie punctul de plecare pentru prevenirea violenței și pentru construirea unei culturi a empatiei și respectului.

Prin proiectul „Lideri de Viitor – #FărăViolență în școli și comunități”, finanțat de Kaufland România prin programul Start ONG și implementat de Act for Tomorrow, am adus în prim-plan instrumente inovative pentru un climat educațional sigur și empatic.

Acest proiect se înscrie în Academia „Lideri de Viitor”, un program permanent al Asociației Good Life Performers, dedicat elevilor de 10–18 ani, care își propune să formeze tineri capabili să conducă cu empatie, viziune și integritate într-o lume aflată în continuă schimbare. Dar schimbarea reală și durabilă nu se poate limita la școală: ea are nevoie de întreaga comunitate.

Cum te poți implica

Fiecare are un rol în construirea unei societăți #FărăViolență. Indiferent de poziția din care pornești, implicarea ta poate face diferența:

- Școlile și universitățile pot deveni parteneri direcți în program, deschizând porțile pentru activități educaționale și inițiative care cultivă empatia și responsabilitatea.
- Experții – profesori, psihologi, juriști, traineri și alți specialiști – pot contribui cu know-how și resurse, aducând valoare și experiență practică.

- Companiile pot sprijini mișcarea prin sponsorizări, prin direcționarea a 20% din impozit sau prin implicarea echipelor în proiecte de responsabilitate socială.
- Cetățenii pot susține inițiativa prin donații, voluntariat sau prin implicarea locală: identificând școli, resurse și parteneri care pot duce mesajul mai departe.

📌 Mai multe detalii despre Asociație pe www.goodlifeperformers.ro

📌 Instrumentele de reducere a violenței dezvoltate în proiect pe www.faraviolenta.ro

✉ Email: hello@goodlifeperformers.ro



➡ **Scanează codul QR**
din acest ghid pentru a face
o donație în *doar 2 minute!*



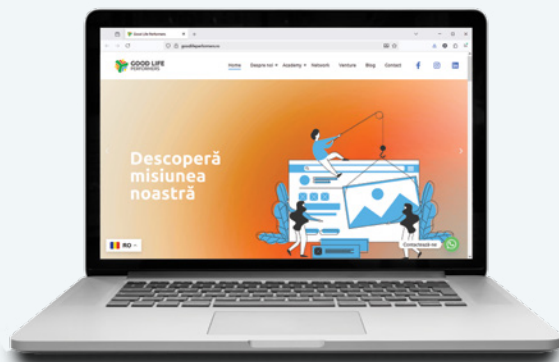
Powered by **stripe**

👉 Împreună putem construi medii educaționale și comunități empatică și #FărăViolență. Alegerea de a te implica îți aparține – și contează.

Despre acest ghid

Ghidul #FărăViolență este parte integrantă a proiectului „Lideri de Viitor – #FărăViolență în școli și comunități”, lansat și implementat de Asociația Good Life Performers.

Din 2014, Asociația Good Life Performers promovează implicarea civică, formează și sprijină cetățeni abili prin educație non-formală și experiențială. Programele demarate dezvoltă competențe-cheie pentru o viață împlinită și o comunitate puternică, precum: gândirea critică, comunicarea eficientă, agilitatea emoțională și socială, reziliența, spiritul de ownership și mentalitatea orientată spre creștere.



Află mai multe informații
pe site-ul asociației:

www.goodlifep performers.ro

Proiectul „Lideri de Viitor – #FărăViolență în școli și comunități” este finanțat prin programul Start ONG, lansat de Kaufland România și implementat de Asociația Act for Tomorrow. Start ONG este un program lansat de Kaufland România și implementat de Asociația Act for Tomorrow. Domeniile vizate sunt: educație, sănătate, mediu, social și cultură. Valoarea totală a programului este de 600.000 de euro. Programul Start ONG este cel mai simplificat instrument de finanțare comunitară destinat ONG-urilor tinere, instituțiilor non-administrative și grupurilor informale/de inițiativă.

– 82 –

Lideri
de Viitor

#fărăviolență

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

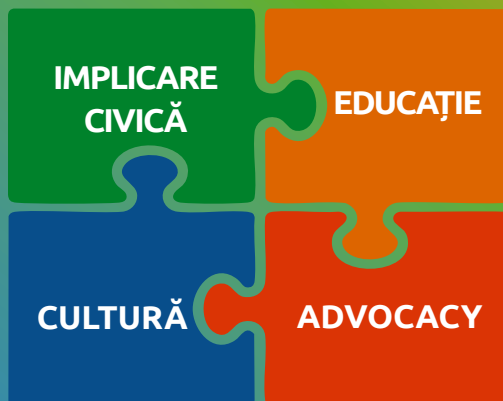
[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



GOOD LIFE PERFORMERS

Alături de **comunități**,
formăm **performeri** din 2014.



Implică-te!



„Acest ghid propune un model educațional integrat și aplicabil, construit pe instrumente clare, interconectate și accesibile în practică, dedicate prevenirii violenței prin colaborare, empatie și responsabilitate socială. Dincolo de utilitatea sa practică, el oferă o perspectivă sistemică asupra relațiilor din școală și comunitate, în care empatia, respectul, comunicarea nonviolentă și cooperarea devin repere ale siguranței colective.

Din perspectivă sociologică, reprezintă un instrument de consolidare a capitalului relațional și de întărire a coeziunii comunitare în mediul școlar.

Proiectul «Lideri de viitor – #FărăViolență» arată că prevenirea se realizează, înainte de toate, prin formarea competențelor sociale, prin dialog și cooperare. Este o inițiativă care transformă școala într-un ecosistem de încredere, responsabilitate și solidaritate.”

Lect. univ. dr. Delia-Ștefania Florian
Universitatea Agora
Doctor în Sociologie

„Prin [acest proiect], Asociația Good Life Performers își propune să ofere instrumente concrete și accesibile pentru a preveni și reduce violența. Am construit această metodologie pornind de la experiența din teren, din dialogul cu elevi, profesori și părinți, dar și din bunele practici internaționale.

Acest ghid reunește toate aceste resurse într-un singur loc: Scutul #FărăViolență, Canvasul #FărăViolență, Indicele Scutului Activ, metode educaționale inovatoare și kituri de advocacy. Nu este doar o colecție de idei, ci o invitație la acțiune – pentru profesori, elevi, părinți, decidenți și membri ai comunității.”

Mark C. Lukács
Președinte Executiv
Asociația Good Life Performers

Descoperă
platforma



Fără
Violență