Lukad: An Online Journal of Pedagogy
Volume 4 Issue 2 (December 2025) 87 - 105

Eksplorasyon ng Karangalan ng mga Gurong Nakaranas ng Pambubully

Glenn Mark C. Luansing
Pamantasan ng Cabuyao
gmcluansing.1800163.caspsy@gmail.com

Kalila Jean A. Honoridez
Pamantasan ng Cabuyao
kjahonoridez.2101252.caspsy@gmail.com

Lorenzo I. Manongdo
Pamantasan ng Cabuyao
limanongdo.2101677.caspsy@gmail.com

Mariah Ayla B. Nacario
Pamantasan ng Cabuyao
mabnacario.1902955.caspsy@gmail.com

Dr. Araceli B. Paster
Pamantasan ng Cabuyao
abpaster@pnc.edu.ph

Abstrak

Ang eksplorasyon ng karangalan ng mga gurong nakaranas ng pambubully ay isang sikolohiyang pilipino o katutubong pananaliksik, kung saan likas ang kwalitatibong pananaliksik. Ginamitan ito ng metodo na pakikipagpalagayangloob at pakikipagkwentuhan upang makamit ang nais na datos mula sa napiling kalahok. Ang pangunahing tungkulin ng pananaliksik na ito ay matuklasan ang kahulugan ng mga gurong nakaranas ng pambubully sa loob ng kanilang departamento ang konsepto ng karangalan: na may dangal at puri sa kabila ng kanilang karanasan. Lumabas sa pananaliksik na ang dangal ay pagiging isang mabuting ehemplo, pagpapanatili ng magandang reputasyon, respeto o pagpapahalaga sa sarili o kapwa, at prinsipyo bilang tao. Sa kabilang dako, ang puri naman ay isang sosyal na persepsyon (social perception), pagpapakita at pagimpluwensya ng kagandahang asal, at integridad bilang isang tao. Natukoy din sa pananaliksik na ito ang mga uri ng pambubully; halimbawa, paninirang puri, pagbabansag (name calling), pang-aabuso ng mga nasa posisyon (power tripping), paghahanap ng kaanib (hate recruitment), at pagpapalabas na hindi marunong makisama sa ibang tao.

Keywords: Karangalan, dangal, puri, pambubully, guro

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

Abstract

The exploration of *karangalan* (honor) of teachers who experienced bullying is a Filipino psychology or indigenous research, wherein it is qualitative in nature. Methods used in this research are *pakikipagpalagayang-loob* (building rapport and trust) and *pakikipagkwentuhan* (conversation) in order to achieve the desired data from the selected participants. The main objective of this research was to discover the definition of the concept of *karangalan– dangal* (internal honor) and *puri* (external honor), from the lens of teachers who experienced workplace bullying from their co-workers. The research found that *dangal* means being a good role model, upholding a good reputation, having respect to oneself and others, and a principle as a human being. On the other hand, *puri* means social perception, showing and influencing someone of good values, and integrity as a human being. Different types of workplace bullying were also identified in this research such as slander, name calling, power tripping, hate recruitment, and imposing that they cannot get along with other people.

Key terms: honor, internal honor, external honor, bullying, teacher

Introduksyon

Ang *karangalan* ay tumutukoy sa kahalagahang pantao. Ginagamit itong konsepto sa moralidad ng isang tao kung paano ito nagpapakita ng kabutihan at pagpapahalaga sa sarili at sa lipunan. Pumapaksa ang karangalan na maaaring iugnay sa *puri* at *dangal* ng isang tao. Ang konsepto ng puri ay nakukuha mula sa ibang tao o panlabas sa pamamagitan ng pagpansin o pagpuri sa kagandahang ginawa ng isang indibidwal. Ayon kay Salazar (1985), ang pagbibigay ng puri ay nakabase sa marangal na gawaing ipinapakita sa ibang tao; nabibigyan ng puri ang indibidwal kung ito ay may ipinamalas na kabutihang gawain. Kaya naman kinilala ito ni Salazar bilang isang pisikal na entidad ng karangalan o *honor* dahil nakikita ito sa panlabas na aspeto. Sa binigay na kahulugan naman ng puri ayon kay Gripaldo (2005), ito ay kontrolado ng ibang tao.

Ang karangalan ay maituturing na panlipunang halagahin o *societal values*. Ito ay ang pagbibigay ng halaga sa kagandahang asal at pagpapakita ng makatuwirang paghusga sa sarili at sa kapwa. Sa usapang tradisiyon ng mga Pilipino, ang karangalan ay nagmula bilang kaakibat ng mga magandang pagganap at kabutihang loob na siyang wasto sa paningin o paniniwala ng nakararami upang maiwasan ang hindi magandang pagkakaunawaan sa pagitan ng bawat isa. Ngunit hindi maikakaila ang pagkakaiba-iba ng tao sa lipunan sa aspeto ng kanilang kasarian, pisikal na anyo, nakamit na tagumpay, kakayahang pisikal o emosyonal, at iba pa. Ang pagkakaroon ng iba't-ibang katangian ng tao ay nakaakibat sa wastong pakikisama at pakikipagkapwa sa mga taong nakakasalamuha nito sa araw-araw upang makabuo ng magandang relasyon sa iba. Ang pagpapakita rin ng respeto

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

sa kapwa ay naglalayon ng magandang hangarin sa kinabibilangan nitong grupo, institusyon, o organisasyon.

Madalas makita ang ganitong uri ng kultura sa propesyon ng edukasyon. Sa pag-aaral nina Gabriel at Gabriel (2016), ang guro ay may tungkulin na makisama o ang kakayahan nilang sumunod sa kung ano ang hangarin ng kaniyang kapwa guro, lalo na sa nakatataas. Kaya naman sa konsepto ng pakikisama ay naglalayong bumuo ang mga guro ng maayos na relasyon sa kanilang kapwa guro at katrabaho sa pamamagitan ng pakikipagkapwa, pagrespeto, at pag-unawa.

Ngunit sa pag aaral ni Tolentino (2016), pinatunayan nitong malaking alalahanin ang pambubully lalo na sa larangan ng edukasyon. Sa kadalasang kaso ng pambubully ay sa pagitan ng estudyante at estudyante, at guro at estudyante. Maraming pag-aaral na ng pambubully sa paaralan na nagpoprotekta sa estudyante, at binigyan diin ni Tolentino na ang mga guro ay maaari ding maging biktima ng pambubully. Ang *workplace bullying* o pambubully ay isang uri ng panliligalig na intensyon na makasakit at magdulot ng takot, kahihiyan, panliliit, at kawalan ng kakayahang ipagtanggol ang sarili. Ang mga halimbawa nito ay ang pagkakalat ng malisyosong tsismis, pamamahiya, ginawang sentro ng katatawanan, at pananadiyang pangmamaliit na nagdudulot ng negatibong epekto sa kanilang sikolohikal at emosyonal na kalagayan.

Samakatuwid, ang pananaliksik na ito ay naglayon na masagot kung paano nga ba binigyang pagpapakahulugan ng mga gurong nakaranas ng pambubully sa kamay ng kapwa nila guro o katrabaho ang konseptong karangalan sa kabila ng kanilang karanasan. Sumunod ay ang malaman ang mga naging dulot ng pambubully sa buhay ng mga guro at paano nila ito kinaya.

Katuturan ng Pananaliksik

Ang layunin ng pananaliksik na ito ang nagsilbing direksyon upang maisagawa ang pag-aaral at makagawa ng solusyon sa mga suliranin ng pag-aaral na ito. Sa dulo ng pananaliksik ay naisagawa at naisakatuparan ang mga sumusunod:

- Alamin ang kahulugan ng karangalan para sa mga gurong nakaranas ng pambubully.
- Alamin at bigyang pansin ang mga naging karanasan ng mga gurong na-bully sa loob ng kanilang departamento.
- Tukuyin ang mga naging dulot ng mga karanasang ukol sa pambubully sa buhay ng mga guro at mga estratehiya kung paano nila ito kinaya.
- Alamin ang mga temang umusbong batay sa mga karanasan ng mga gurong nakaranas ng pambubully sa loob ng kanilang departamento.
- Bumuo ng programa na makatutulong sa pagpapabuti at pagpapaunlad ng isang maayos at ligtas na lugar na pinagtatrabahuhan

Methodolohiya

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

Gumamit ang pag-aaral na ito ng kwalitatibong disenyo ng pananaliksik upang masuri at maunawaang maigi ang mga naging kuwentong karanasan ng mga gurong nakaranas ng pambubully sa kamay ng kanilang mga katrabaho. Likas ang paggamit ng kwalitatibong disenyo sa Sikolohiyang Pilipino (SP) o katutubong pananaliksik. Nakatulong ang kwalitatibong disenyo sa katutubong pananaliksik upang mas malaman ang mga karanasan at perspektibo ng mga Pilipino. Ayon kay Yacat (2013), nakilala ang mga sikolohistang maka-SP sa paggamit ng metodong katutubo o iba pang kwalitatibong sa katutubong pananaliksik sa pag-unawa sa mga karanasan at pakahulugan ng mga Pilipino. Kaugnay ng kwalitatibong disenyo, gumamit ang pag-aaral na ito ng penomenolohikal na disenyo ng pananaliksik. Ayon kay Dumlao (2022), ang penomenolohikal na disenyo ng pananaliksik ay ang pagsiyasat sa pinakadiwa ng isang karanasan at sa kung paano ito binibigyang kahulugan ng mga taong nakaranas nito. Sa paggamit ng penomenolohikal na disenyo ng pananaliksik, mas mauunawaan ang kahalagahan at kahulugan ng mga naging karanasan ng mga gurong nakaranas ng pambubully sa kamay ng kanilang katrabaho.

Kalahok ng Pag-aaral

Sa pagpili ng mga kalahok, minabuti ng mga mananaliksik na piliin ang mga kasalukuyan o dating nagtuturo sa isang unibersidad o paaralan; guro o propesor na may *plantilla* o *permanent status* sa isa sa mga departamento sa loob ng unibersidad o paaralan; at nakaranas ng berbal na pambubully mula sa kanilang katrabaho na kapwa guro, punongguro, o school administration.

Talahayanan 1. Propayl ng mga Kalahok

Code	Status
Annalisa	Plantilla/Permanent
Bea	Plantilla/Permanent
Cara	Plantilla/Permanent
Diana	Plantilla/Permanent
Elsa	Plantilla/Permanent

Instrumentasyon

Gumamit ang mga mananaliksik ng isang panala upang malaman ang lalim ng kanilang karanasan bilang biktima ng pambubully sa lugar ng trabaho. Ang panala na ginamit ng mga mananaliksik ay hango mula sa pag-aaral nina Anjum et al. (2019) na pinamagatang ‘Measuring the Scale and Scope of Workplace Bullying: An Alternative Workplace Bullying Scale’ kung saan nakapaloob ang kanilang ginawang iskala na pinamagatang ‘Workplace Bullying Scale’ na mayroong 21 aytem tungkol sa workplace bullying. Ang nasabing iskala ay nakakuha ng Total Cronbach’s alpha na 0.88 para sa mga aytem ng iskala na patungkol sa person-related bullying at workplace-related bullying.

Kaugnay nito, isinalang ang napiling sampung mga katanungan mula sa Workplace

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

Bullying Scale nina Anjum et al. (2019) sa isang statistician upang makuha ang Cronbach's alpha nito sa kadahilanang ginawa itong 4-point Likert scale mula sa orihinal na 5-point Likert scale. Kinuha rin ang Cronbach's alpha dahil sampu lamang ang kinuha sa orihinal na 21 aytem ng panala at isinalin ito mula Ingles sa Tagalog. Ang nakuhang Cronbach's alpha ay 0.91 at masasabing may mataas na internal reliability. Dahil dito, masasabing ang panala ay maasahan at masasabing magagamit ito upang makuha ang mga kalahok na talagang biktima ng berbal na pambubully.

Dagdag pa rito, kumuha lamang ng sampung aytem ang mga mananaliksik dahil ito lamang ang naaangkop sa berbal na pambubully. Ang mga napiling aytem ay dumaan sa balidasyon ng tatlong eksperto. Kaugnay nito, dahil nakalimbag sa Ingles ang iskala, amin itong isinalin sa tagalog dahil ang kasalukuyang pananaliksik ay katutubo o Sikolohiyang Pilipino (SP). Ang pagsasalin na ginawa ng mananaliksik ay dumaan sa balidasyon ng dalawang gurong nagpapakadalubhasa sa Filipino.

Ang naging sagot ng mga potensyal na kalahok sa panala sa sampung aytem tungkol sa berbal na pambubully ay dumaan sa kompyutasyon at balidasyon ng eskperto o Registered Psychometrician. Ang pagiiskor ay hinango at binatay sa pag-aaral nina Anjum et al. (2019) p. 3-4, na mayroong dalawang metodo sa pagsusukat ng workplace bullying, isa na rito ang pagkuha ng total score o kabuuang iskor sa lahat ng aytem upang makalkula ang *average response* ng mga kalahok. Ayon sa metodo na ito, ang mga kalahok na magkakaroon ng iskor na mas mataas pa sa average o nakapaloob sa bracket ng 'Malalang Manipestasyon' ay maituturing na biktima ng pambubully. Ang instrumento na ito ang magiging verifier o magpagpapatunay sa mga magiging opisyal na kalahok ng pananaliksik.

Kaugnay nito, dinaan ng eskperto o registered psyhometrician sa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) ang mga datos at bumuo ng sariling scoring at interpretasyon upang masala ang mga kalahok at malaman ang kanilang bigat na naranasan sa berbal na pambubully.

Paraan ng Pag-aanalisa ng Datos

Sa pagsasaayos at pagsusuri ng mga datos na makukuha, mahalaga ang tamang metodo upang makamit ang wastong impormasyon. Kaya naman ginamit ng mga mananaliksik ng thematic analysis bilang metodo sa pagsusuri ng mga datos. Ayon kay Braun at Clarke (2006), ang thematic analysis ay isang mahusay na paraan upang maorganisa at maipaliwanag ang mga tema na makikita sa mga datos mula sa pakikipanayam. Ito ay isang proseso ng pagtukoy, pag-aanalisa, organisasyon, at paglalarawan ng mga mahahalagang tema na lumitaw mula sa mga impormasyon na nakuha. Bagama't hindi madaling gawin, ang thematic analysis ay isang kapaki-pakinabang na hakbang sa pagsusuri ng datos na magbibigay daan sa mas malalim na pag-unawa at interpretasyon ng mga resulta.

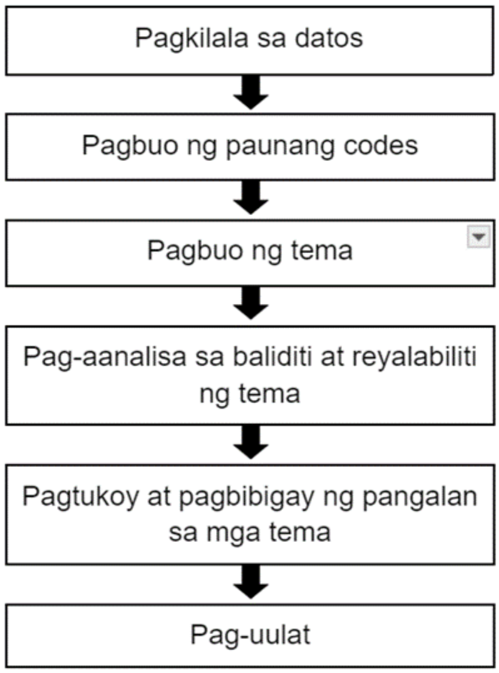
Kaugnay nito, para lubos na maisaayos ng mga mananaliksik ang mga datos na

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

nakuha sa pakikipagkuwentuhan sa mga kalahok, ay paunang sumailalim ito sa transkripsyon. Sa ganitong paraan, nailahad nang maayos ang mga totoong tugon o kuwento ng karanasan ng mga kalahok sa teksto ng aming pananaliksik.

Sa diagrama, makikita ang daloy ng pag-aanalisa ng datos. Sa unang hakbang, kinilala ng mga mananaliksik ang mga datos sa pamamagitan ng pagbabalik sa panayam sa mga kalahok at pagsasagawa ng transkripsyon ng mga ito. Kasunod nito ay ang pagbuo ng mga paunang kodigo, kung saan nilimitahan ng mga mananaliksik ang malawak na datos at isinasagawa ang pag-code sa mga sagot ng kalahok upang mapadali ang paghahanap at pagbuo ng mga tema. Kritikal ang mga sumusunod na hakbang dahil kinakailangan ang pagsusuri sa baliditi at reyalabilidati ng mga tema at ang pagbibigay ng mga pangalan sa mga ito.

Sa proseso ng pag-aanalisa ng datos, ang mga mananaliksik ay nagtulungan sa pagtatranskrip at pagbe-brainstorm upang pag-aralan ang mga datos, bumuo ng temang pangunahin, at maging sa pag-uulat. Ginawa ito upang masiguro na ang bawat ideya at opinyon ay maririnig at mapag-uusapan ng pangkat.



Pigura 1. Dayagram ng Pag-aanalisa ng Datos

Etika ng Pananaliksik

Nagbigay ang mga mananliksik ng informed consent form sa mga kalahok ng pag-aaral na ito. Sa informed consent form nakasaad kung para saan ang pananaliksik, sino-sino

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

ang mga mananaliksik, saan at paano gagamitin ang mga datos o impormasyon na makukuha, gayundin ang karapatan ng kalahok na hindi magpatuloy sa pag-aaral na ito. Pinanatili din ng mga mananaliksik ang pagiging kumpidensyal ng pagkakakilanlan ng mga kalahok, at mga datos o impormasyon na kanilang ipagkakatiwala. Ang kanilang pangalan, lugar at paaralan kung saan sila nagtuturo, mga larawan, audio/video recordings, at transkripsyon ay pinanatiling tago at ginamit lamang para sa kasalukuyang pag-aaral.

Higit pa riyan, tiniyak na ang lahat ng impormasyon na makakalap mula sa mga sagot ng kalahok ay magiging kumpidensyal nang naaayon sa Republic Act No. 10173 o mas kilala bilang Data Privacy Act of 2012. Sa ganitong paraan, ang pagiging kumpidensyal ng mga datos na nakalap ay nagamit lamang para sa layunin ng pananaliksik at hindi magagamit sa maling paraan na maaaring makaapekto sa pag-aaral, sa mga mananaliksik, lalo na sa mga kalahok.

Kinasapitan ng Pag-aaral

A. Pagpapakahulugan sa Karangalan

Dangal

1. Ang dangal ay pagiging mabuting ehemplo.

Sa panayam ng mga mananaliksik, ipinaliwanag ng mga kalahok ang kahulugan ng dangal bilang isang guro na tumatayong role model o mabuting halimbawa. Bilang guro, nakikita sila ng kanilang mga mag-aaral bilang inspirasyon at modelo sa pagtahak sa kanilang mga pangarap. Ayon sa mga kalahok, bilang isang role model, mahalaga ang pagpapakita ng kahinahunan at pagiging magalang.

> *"Kapag sinabing teacher ka, you're a role model. Parang hindi ka dapat nakikitaan nang nakiki– 'yung nag-aaklas ka, aktibista ka, hindi ka dapat nagvo-voice out, something that… parang polite, demure, mga ganiyan, oo." (Annalisa)*

> *"So, 'pag teacher ka kasi sabihin nating dangal, role model ka dapat hindi ka nang—sabi nga natin sa mga estudyante bawal mang-bully, eh." (Bea)*

Sa kabuuan, ang konseptong dangal ay pinagpapakahulugan ng mga gurong nakaranas ng pambubully bilang isang mabuting ehemplo. Sinaad ng ilan sa kanila na mayroong dangal ang isang guro kung isa siyang role model o mabuting ehemplo sa kaniyang mga estudyante. Ang pagiging mabuting ehemplo ay nakaakibat kung ikaw ay magalang, tahimik, at hindi nambubully dahil sila ang taong naghuhubog sa mga estudyante.

2. Ang dangal ay magandang reputasyon.

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

Para sa mga guro, ang dangal ay nangangahulugan nang pagkakaroon ng magandang reputasyon. Ang pagkakaroon ng magandang reputasyon ay nangangahulugan na ang status na mayroon ang isang guro ay napapangalagaan. Kasama rin dito ang pagpapahalaga sa prinsipyo at pangalan ng isang guro sa industriya ng pagtuturo sapagkat ito ang nagiging batayan sa dangal ng isang guro.

> *"Karangalan 'yong mapanaliti mo 'yung status na meron ka" (Annalisa)*

Kaakibat nito, para naman sa isang guro, ang dangal ay nakakabit sa moral at etikal na pagpapahalaga upang mapanatili ang isang magandang reputasyon. Higit pa rito, ang moral at etikal na pagpapahalaga na ito o ang dangal ay ang nangangalaga sa pangalan ng isang guro sa lipunang ginagalawan niya.

> *"So, dangal. So, 'yun, parang sa akin, more of moral, ethical values, 'no? Para ma-keep ang isang magandang reputasyon sa lipunan, parang ganu'n. So, 'yun– dangal. Something to do with values. Para ma-keep mo 'yung magandang pangalan mo sa lipunan, ayun." (Diana)*

Samakatuwid, ang dangal ay binibigyang kahulugan ng mga guro bilang pagkakaroon ng magandang reputasyon. Bilang isang guro, ang pangalan, prinsipyo, at estado na nakaakibat sa propesyon ay dapat mapangalagaan sapagkat ito ang tumutukoy sa dangal ng isang indibidwal. Kaugnay nito, nakaakibat ang dangal sa etika, moral, at halagahin upang maingatan ang reputasyon o pangalan na mayroon ang isang guro. Dahil dito, masasabi na dapat ingatan at pangalagaan ang isang dangal dahil ito ay nakaakibat sa reputasyon ng isang tao.

3. Ang dangal ay respeto o pagpapahalaga sa sarili o kapwa.

Inilahad ng mga gurong nakaranas ng pambubully ang kahulugan ng dangal bilang may pagpapahalaga sa sarili at sa kapwa. Ayon sa isa sa aming mga kalahok, kung may pagpapahalaga ka sa iyong sarili, mas madali mong mabibigyan ng halaga ang ibang tao, pati na ang mga taong nakapaligid sa iyo. Binigyang-diin ng kalahok ang kahalagahan ng pagpapahalaga niya sa mga magulang o guardian ng kanyang mga mag-aaral, dahil sila ang madalas niyang nakakasalamuha.

> *"Siguro para, 'yung salitang dangal, siguro para sa akin kasi 'yung dangal dapat, ano eh, dapat—una-una meron kang pagpapahalaga sa sarili mo. Kasi kung meron kang pagpapahalaga sa sarili mo, magkakaroon ka din at kaya mo din pahalagahan 'yung mga tao na sa paligid mo. As well pati 'yung mga parents, 'yun 'yung importante. Kasi sila 'yung talagang nakakasama mo talaga everyday. Kasi sila*

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

> *'yung nagsusundo, naghahatid sa mga bata. So, para sa akin 'yung dangal, 'yun 'yun." (Cara)*

Gayundin, kaakibat ng pagpapahalaga sa sarili ang pagkakaroon ng respeto mula sa ibang tao. Ayon sa aming kalahok, binigyan niya ng kahulugan ang respeto bilang isang bagay na hindi nagmumula sa takot. Mas matimbang para sa kanya ang dangal na natamo kapag nakikitaan niya ng respeto ang kanyang mga mag-aaral tungo sa kanya.

> *"Ano ba 'yung dangal? Para sa akin kasi, 'yun 'yung ano eh, para sa akin 'yung salitang dangal, 'yun 'yung nirerespeto ka, 'yan. Nirerespeto ka after nu'ng, 'yun talaga 'yung makikita mo 'yung respeto sa kanila. Hindi 'yun takot sila sa'yo eh. Iba kasi 'yun. 'Yung parang makukuha mo 'yung dangal mo, parang buo sa akin 'yung salitang dangal kapag 'yung makikita ko mismo doon sa estudyante, 'yung respeto." (Elsa)*

Sa kabuuan, ang konsepto ng dangal para sa mga gurong nakaranas ng pambubully ay ang pagkakaroon ng respeto o pagpapahalaga sa sarili o kapwa. Sinambit ng mga gurong kalahok na mayroon kang dangal kung nirerespeto mo ang iyong sarili, maging ang mga taong nakapaligid sa iyo tulad ng mga magulang ng mga estudyante at maging ang mga estudyante.

4. Ang dangal ay prinsipyo bilang tao.

Isa pa sa mga naging pagpapakahulugan ng mga gurong biktima ng pambubully sa konseptong dangal ay ito ay prinsipyo bilang tao. Ayon sa isang kalahok, ang dangal ay sa kung papaano naiintindihan ng tao sa lipunan ang iyong sariling prinsipyo bilang tao at kung papaano mo ito pinangangalagaan bilang isang tao. Kasama rin dito ang pangalan mo sa industriya na iyong pinagtatrabahuhan.

> *"Ahh… naiintindihan ng mga taong nakapaligid sa'yo kung ano 'yong prinsipyo mo at kung paano ito mapapanatili ng isang individual. I think ayun 'yong karangalan sa akin, very important kasi sa akin 'yong name, kasi pinaghirapan ko 'yun, especially as… umm… working in academe." (Annalisa)*

Sa kabuuan, ang dangal ay binibigyang kahulugan bilang isang prinsipyo ng isang indibidwal at sa kung paano ito iniintindi ng taong nakalapigid sa iyo o sa lipunan.

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

Puri

1. Ang puri ay isang sosyal na persepsyon.

Sa tema ng puri bilang isang sosyal na persepsyon o social perception, makikita sa mga pahayag ng mga kalahok kung paano nila ito binibigyang kahulugan at kung paano ito nauugnay sa kanilang personal na karanasan at pananaw sa lipunan. Ang puri ayon sa nabanggit ng isang kalahok, ito ay isang bagay na hindi lamang nakabatay sa ating sariling pananaw o pagpapahalaga sa ating sarili, kundi ito ay hinuhubog din ng kung paano tayo tinitingnan ng iba sa ating komunidad.

> *"Yung puri mo din then bilang ahh konsepto naman ng pagiging guro ay 'yung kung paano ka humarap sa mga tao at syempre sa sarili mo paano mo alagaan 'yung sarili mo. Kasi 'yung puri mo kunwari nabahiran na rin—kunwari nabahiran 'yan, kumbaga mababawasan 'yung confidence mo sa sarili mo." (Bea)*

Kaugnay nito, para sa isang kalahok, tulad ng isang reputasyon, ang puri ay isang bagay na mayroong mataas na halaga at kailangan ingatan. Subalit, ito rin ay madaling masira, isang ideya na nagpapakita ng kahalagahan ng mga social expectations at kung paano ang ating mga aksyon at desisyon ay maaaring magbago ng tingin ng ibang tao sa ating puri.

> *"Para sa akin naman, ang puri ay parang social reputation. Parehas na iniingatan, pero parehas na madaling masira or mawasak, 'yan." (Diana)*

Sa pangkalahatan, ang mga pananaw na ito ay nagpapakita ng isang mahalagang aspeto ng puri, ito ay hindi lamang isang bagay na nasa ating kontrol, kundi isang konsepto na patuloy na nabubuo at nagbabago sa pamamagitan ng ating relasyon at interaksyon sa iba.

2. Ang puri ay pagpapakita at pag-impluwensya ng kagandahang asal.

Ang puri ay sumasalamin sa halaga at katayuan ng indibidwal sa komunidad bilang sumusuporta sa kaugaliang pilipino. Ang puri ay eksternal na nakikita ng iba kung kaya ito ay ang pagkilala sa kabutihang ginawa ng isang tao. Nabanggit ng isa sa mga kalahok na magiging kapuri-puri ang isang guro kung ito ay may kakayahang magkapag-impluwensya nang positibo hindi lang sa kanyang mga estudyante, kung hindi pati na rin sa komunidad na kanyang kinabibilangan.

> *"...magiging kapuri-puri ang isang ang– isang teacher kung siya ay nakakapag-influence positively sa kanyang mga estudyante at tsaka sa komunidad na kanyang kinabibilangan..." (Annalisa)*

> *"So, para sa'kin, 'yung puri kasi, siguro dapat alam mo talaga 'yung tama at mali bilang isang guro. Kasi kung alam mo 'yung tama at mali,*

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

> *'yun 'yung kaya, 'yun 'yung matuturo mo sa estudyante mo na madadala nila araw-araw 'pag guro..." (Cara)*

Sa kabuuan, sumasalamin ang puri ng isang guro sa magandang ipinakita nito at makikilala bilang kapuri-puri. Ang likas na kakayahan ng mga guro na pakita ng mabuting asal; gaya ng pagsunod, hindi nandadaya, kayang mag-tama ng kamalian, at kakayahang mag-impluwensiya sa mga estudyante at komunidad.

3. Ang puri ay integridad bilang isang tao.

Isa sa naging pagkakahulugan ng kalahok sa konsepto ng puri ay bilang integrity o integridad bilang isang tao. Alinsunod ito sa naisaad ng pag-aaral na ang karangalan ng guro ay nangangailangan ng dedikasyon, integridad, at pangako sa paghubog ng mga susunod na henerasyon. Ang propesyon na guro ay nakaakibat sa karangalan na magsumikap na makapagbigay ng inspirasyon sa mga estudyante at pangatawanan ang halagahin na kanilang sinasagisag.

> *"Actually, 'yung puri parang yung integrity natin 'yun eh. Una, pagka sinabi nating integrity parang sumusunod ka, kunwari, meron kang binigay na oras so, susunod ka do'n sa time, punctual. Then pangalawa, kunwari papasok kami sa school kung 6 am, 6 am talaga, hindi naman kami pwede mandaya. And then kahit walang nakakakita sa'yo gumagawa ka ng tama 'di ba." (Bea)*

Sa kabuuan, ang integridad bilang isang tao ay isa sa sentro ng disiplina na maaring ipakita ng guro sa kanyang estudyante, kapwa guro at kinabibilangang komunidad.

B. Mga Pambubully na Naranasan ng mga Guro

Iba't ibang uri ng pambubully ang naranasan ng mga guro. May limang klase ng pambubully ang naibahagi ng limang kalahok. Una na rito ang **paninirang puri** kung saan naranasan ng mga guro na pinag-uusapan at sinisiraan ng kanilang mga katrabaho sa ibang tao. Nabanggit din ng mga kalahok na hindi lamang sila sinisiraan sa kapwa nila guro o katrabaho, kung hindi pati na rin sa mga mag-aaral na kanilang hawak. Gayundin, inilahad ng isa pang kalahok na dahil sa pagpapakalat ng maling impormasyon, naapektuhan kung paano siya tignan ng ibang tao.

> *"Kahit na 'yung salita nilang mga biro, hindi naman sa naririnig, kaso alam ko kasi na kahit ando'n ako ta's yung tinginan nila, titingin sila sa akin tapos magtitinginan sila. Alam ko ako 'yung pinag-uusapan... bakit ka pa nag-teacher kung hindi mo naman kayang gampanan?" (Cara)*

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

Pangalawa ay ang **pagbabansag o name calling**. Ang mga ito ay isang uri ng pang-iinsulto at may layuning magdulot ng emosyonal na pinsala sa mga kalahok. Sa pamamagitan ng pagtawag ng mga hindi kanais-nais na pangalan, pinapalakas ng mga bully ang pakiramdam ng inferiority o kababaan ng kanilang mga biktima. Ilan sa kanila ang nakaranas na matawag ng 'bida-bida,' 'sipsip,' 'tanga,' 'walang alam,' at 'scheduler' na nakabababa ng tingin sa sarili.

> *''So, ang sinasabi nila sa akin bida-bida, sipsip, favorite, kabago-bago, laging magaling alam mo 'yon nagfe-feeling magaling.'' (Bea)*

Pangatlo ay ang **pang-aabuso ng mga nasa position o power tripping.** Dito, ipinaparamdam ng mga bully na sila ay mas mataas, may superiority, at may kakayahang ipagawa at sabihin ang anumang nais nila sa mga kalahok. Kaugnay pa rito, nabanggit din ng mga kalahok na ginagamitan sila ng kanilang mga bully ng term na 'seniority'. Ayon sa mga guro, kapag ikaw ay bago, kailangan mong ipakita ang paggalang sa mga mas nakatatanda, nasa mataas na posisyon o mas matagal na sa serbisyo. Kabilang dito ang pagbati sa kanila kahit hindi na ito bahagi ng kanilang oras ng trabaho, at maging ang pagpapasa ng mga gawain sa kanila kahit na hindi nila ito trabaho.

> *''Mga nagpa-powertripping talaga. Minsan pa sasabihin sa'yo, "Hoy, dalhan mo naman kami ng donut." (Bea)*

Pang-apat ay ang **paghahanap ng kaanib o hate recruitment.** Napag-alaman ng mga mananaliksik na mayroong mga guro na nakaranas ng hate recruitment kung saan ang mga bully ay hindi lang kapwa guro ang kanilang hinahanap na kaanib, bagkus pati ang mga mag-aaral na kanilang tinuturuan. Bukod pa rito, may isang guro ang nakaranas kung saan ang bully ay hindi lamang pinipilit ang mag-aaral o estudyante na magsalita laban sa kaniya, kung hindi kinausap maging ang mga nakatataas na posisyon upang siya ay pagtulungan sa loob ng kaniyang pinagtatrabahuhan.

> *''Pero hindi pa rin tumigil 'yung nagsimula ng chismis. Ang ginawa pa niya kahit graduate na 'yung mga estudyante na 'yun, pinatawag niya ulit at pinipilit na magsalita against sa akin. Tapos, kinausap din 'yung mga kasama ko sa opisina. May dalawang Dept. Chair na kinausap. Pero pinagtulungan ako. Eh tatlo lang kami sa opisina. So, it's two versus one. So, ang hirap.'' (Diana)*

Panghuli ay ang **pagpapalabas na hindi marunong makisama sa ibang tao.** Sinaad ng mga kalahok na kaya sila napipiling biktimahin ng mga kapwa nila guro ay dahil hindi sila nakikisama sa kanila. Sinaad ng isang gurong kalahok na hindi raw sila marunong makisama dahil sa hindi nila nailibre ang kanilang mga katrabaho. Dahil dito, sinabihan siya na hindi niya pinakikisamahan ang kaniyang mga kapwa guro. Kaugnay nito, isa rin sa mga gurong kalahok ang nagsaad na iniisip niyang ayaw sa kaniya ng kaniyang mga katrabaho dahil sinasabihan siya na hindi marunong makisama sa kanila. Ngunit sinaad din niya na ayon ay

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

perspektibo lamang nila dahil para sa kalahok, binigay niya ang lahat ng kaniyang makakaya upang pakisamahan ang mga gurong nagsagawa ng pambubully.

> *''Ang mindset ko parang hindi nila ako gusto kasi sabi nila hindi raw ako marunong makisama… ayun ang feeling nila. Kasi ako nabigay ko naman lahat eh. Napakita ko naman lahat.'' (Cara)*

C. Mga Dulot ng Pambubully sa mga Guro

Nagdulot ng mga negatibong epekto ang pambubully sa mga guro patungo sa kanilang karangalan na may dangal at puri. Ayon sa naging karanasan ng mga guro may dalawang tema na dulot ng pambubully na lumabas na nakapaloob karangalan. Una, **nawalan ng kumpyansa sa sarili**. Lumitaw sa mga karanasan ng mga kalahok ay ang pagdududa sa sarili o nawalan ng kumpyansa sa sariling kakayahan na dulot ng kanilang naranasan sa loob at labas ng mga silid-aralan na kanilang pinagtatrabahuan, pakiramdam na hindi sapat, at paniniwalang hinuhusgahan sila ng iba. Ang mga ganitong karanasan ay nagresulta sa pagbaba ng kumpiyansa, emosyonal na kahinaan, at sa ilang pagkakataon, pag-iisip ng depresyon o pananakit sa sarili.

> *"Dumadating sa point na nagkakaroon din ako ng question sa sarili ko, suicidal attempts, syempre depression. 'Yon kasi matatanong ko, "Ano bang mali sa akin? Wala naman akong ginawa." (Bea)*

> *"So... nagtatalo pa rin 'yun na... either... ako ba talaga 'yun? Ano ba dapat ikakasaya ko ba? Tapos nag-question ako, pero bakit kaya 'yung tingin nila sa akin gano'n? 'Yan pa rin, talagang andami pa rin tanong." (Elsa)*

Pangalawa, **nawalan ng gana pumasok sa trabaho.** Isa sa naging dulot ng pambubully sa karangalan ng mga guro ay ayaw na nilang pumasok. Isinaad ng mga kalahok na may mga oras na nasa klase ito ay ayaw nang pumasok. Nagkaroon ito ng pagdududa sa sarili kung may kakayahan pa bang makinig ang kanyang estudyante sa tuwing papasok ito sa klase.

> *"And lagi kong naiisip kapag nasa klase ako, ano… minsan ayokong pumasok, ayokong umiyak… (naluluha), minsang ayokong pumasok kasi (voice crack) naisip ko, "Ano kayang iniisip ng mga estudyante sa akin?" (Annalisa)*

Dumating din sa punto na ang pagtanggi ng mga kalahok na pumasok sa klase ay ang pagkakaroon ng nais na mag-resign o mag-quit na lang sa trabaho bilang isang guro. Ito ay sa kadahilanang kinukuwestyon at iniisip nila kung may nagawa ba silang mali, at dahil dito, nawalan ng kumpyansa sa sarili.

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

> *"So, doon– doon pa lang sa akin parang nagka– nagkaroon talaga ng time na hindi na ko pumasok muna, nagpahinga ako. Dumating sa point na gusto ko mag-resign," (Bea)*

> *"Tapos 'yung the word na karangalan, siguro para sa akin, talagang nawalan ako ng ano sa sarili ko. Kasi feeling ko no'n that time, parang, gusto ko na mag-quit" (Cara)*

Sa kabilang dako, may dalawang tema ring lumitaw sa dulot ng pambubully sa mga guro pagdating sa kanilang *puri*. Una, **nasira ang reputasyon o kredibilidad sa ibang tao.** Inilarawan sa talakayan kung gaano kahina at madaling masira ang reputasyon at kredibilidad, at kung paano ito nakakaapekto sa personal na imahe at relasyon sa iba. Binanggit ni Bea kung paano mabilis masira ang kredibilidad, lalo na sa mga tao na malapit sa iyo.

> *"Pati 'yung kredibilidad ko sa ibang tao nasisira. Sa mga estudyante ko lalo nasisira." (Bea)*

Ipinapakita nito na ang reputasyon ay madaling maapektuhan, at may malalim na epekto sa mga relasyon, tulad ng sa kanyang mga estudyante. Sa kabilang dako, para kay Diana, ang reputasyon ay hindi lang tungkol sa opinyon ng iba, kundi pati sa personal na dangal.

> *"Yung dangal, halimbawa, dahil nga sa tingin ko, reputation 'yon." (Diana)*

Kaugnay nito, **nawala o nawasak ang *puri*.** Nabanggit ng kalahok na nawasak ang puri nito sa pamamagitan ng paninira ng kapwa nito guro. Sa halimbawa na lang na pinag-uusapan ito ng walang dahilan at sisiraan ng walang dahilan. Nabanggit din na nawala ang magandang pagtingin sa kanya ng mga estudyante dahil sa paninirang nangyari.

> *"Pero 'yung ibang tao kasi 'yung tingin sayo, para bang nakikita mo 'yung reflection mo? Ay si ganto pala pinag-uusapan ka na lang basta basta. "'Uy kilala mo ba 'yan si ganto, ganiyan-ganiyan." Kaya 'yung puri mo, imbes na 'yung mga taong humahanga sa'yo mawawala automatic 'yun, kasi sisiraan ka, eh. So, syempre ikaw ang mangyayari sa'yo, "Hala ano na kaya iniisip nila sa'kin?" (Annalisa)*

Bukod sa paninira ng kapwa guro ang isa sa naging dahilan bakit nawasak ang puri ng mga kalahok ay sasambitan ito ng masakit at hindi kaaya-ayang salita, halimbawa na lang ng tanga. Nabanggit din ng kalahok na ang puri ay honor na pinapahalagahan ng indibidwal. Kung ang bawat isa ay may honor, karapat-dapat lamang na magpakita ng respeto sa kapwa. Ngunit sa karanasan nito, saliwa ang nangyari.

> *"So yung the word na puri, parang nawala talaga siya. Kasi pa'no ko pa ma-ano sa sarili ko kung sinabihan nila ako ng tanga? Syempre puri*

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

> *is yung honor, 'di ba? Kung ikaw may honor ka sa, kung kaya mong respetuhin 'yung kapwa mo." (Cara)*

Bukod pa rito, umusbong din ang **iba't-ibang uri ng dulot ng pambubully sa mga guro**. May apat na temang lumabas kabilang ang ***pagkaranas ng stress, anxiety, o trauma***; ***nawalan ng tiwala sa ibang tao***; ***pagkakaroon ng negatibong epekto sa pisikal o katawan***; at ***pagkakaroon ng hiya na humarap sa ibang tao***. Hinamon ang mental na kalusugan ng mga guro marahil sa pambubully na kanilang naranasan. Nagkaroon sila ng stress, anxiety, maging trauma dahil sa naranasan na pambubully. Pangalawa, marahil sa ganitong karanasan na nagmula pa mismo sa kapwa guro, hindi maitatanggi na nawalan ng tiwala ang biktima. Nabanggit ng kalahok na guro na takot na ito kung paano siya makikisama ulit marahil baka magbunga lamang ito ng hindi pagkakaunawaan o misunderstanding na siyang naging dahilan ng pambubully. Pangatlo, dulot ng pambubully sa mga guro ay nagbago ang kanilang timbang at nakaramdam din ng pagbilis ng tibok ng puso, at uri ng sintomas na may kinalaman sa kalusugan. Panghuli, nagdulot ng hiya ang pambubully marahil sa paninirang puri na naranasan ng mga guro, lalo na sa mga estudyante nitong nadamay sa mapanirang salita. Napatanong ang guro kung ano ang iniisip ng kanyang estudyante patungkol sa kanya. Bukod dito, nagkaroon ng pakiramdam ang guro na siya ay pinagbubulungan ng iba.

D. Estratehiya upang Makaya ang Pambubully

Lumabas sa pag-aaral na mayroong klase ng estratehiya ang mga guro pang makaya o malampasan ang pambubully. Una ay nagkaroon sila ng **estratehiya sa pangangalaga sa pagtingin sa sarili**. Dito ay idiniin nila na ang support system, pagpokus sa pagtuturo, at mga estudyante ang kanilang naging paraan upang mapangalaagan nila ang pagtingin sa sarili.

> *"Bu– but main, main, main talaga, main reason kung pa'no ako naka-cope up is focusing on those students na kailangan pa nila ako. Parang…parang dinededma, tina-try ko na lang i-neglect 'yong mga negative. 'Don na lang ako doon sa mga estudyante na willing matuto under… under my mentorship." (Annalisa)*

Ibinahagi ng mga kalahok ang **kahalagahan ng matatag na support system** kung saan ang kanilang pamilya, kaibigan, kasintahan at maging ang kanilang mga estudyante ang nagbibigay ng lakas ng loob sa kanila upang hindi sumuko at magpatuloy sa kanilang propesyon. Maging ang pagpokus sa pagtuturo at sa kanilang mga estudyante ay nagbigay lakas din sa mga guro upang manaig ang kanilang layunin na makapagbigay ng kalidad na edukasyon.

> *"Ang ginawa ko na lang noon mas nakinig ako sa family ko, kasi sila yung nagi-strengthen sa'kin na, "Hindi, hindi totoo 'yan," gan'yan gan'yan. Alam mo 'yon, napakahalaga talaga ng family as support*

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

> *system. So, ang nangyayari—ang ginawa ko na lang na inspirasyon pamilya ko talaga." (Bea)*

Sa kabilang dako, may mga ilang guro naman na upang mapangalagaan ang sarili na sanhi ng pambubully, pinili na lang nila ang **pananahimik o pagsawalang-kibo** at **pagsusumbong o paghahain ng reklamo**.

> *"Pero walang nakarating lahat sa principal. Hindi ko 'yun sinabi sa principal. Walang nakaalam no'n… So, natakot ako kasi hanapan ako ng ebidensya. Eh wala akong ebidensya." (Cara)*

> *"Yeah, 'yong recent, nasa HR, nasa HR pa siya. Hindi pa siya na… naco-close. It's– it's between me and another co-faculty… so pinush ko naman 'yong case sa HR, nabigyan sila ng notice to… explain… I said, 'I will pursue the case…' This time kasi, ano siya, mala– I will fight… I will fight this time." (Annalisa)*

Mayroong takot at mayroon ding malakas ang loob upang isuplong ang kanilang mga katrabaho na gumawa ng hindi kanais-nais tungo sa kalahok. Sa takot na mawalan ng trabaho at hindi paniwalaan ang kanilang hain na reklamo at mga hawak na ebidensya, pinili ng ilang kalahok ang manahimik. Habang mayroon pa ring malakas ang loob na ituloy ang laban at maghain ng reklamo sa mga nakakataas. Ito ay sa kadahilanan na batid ng kalahok na sila ay nasa tama.

Bukod pa riyan, nagkaroon din ng estratehiya ang mga gurong na-bully upang mapangalagaan ang pakikisama sa ibang tao, kagaya ng **paglalagay ng boundaries o limitasyon, pagpili ng pagkakatiwalaan,** at **pagpapanatili ng pagiging propesyunal.**

> *"Pero… ah… I– I removed myself… from them. I detached. 'Yon talaga 'yong ano ko, I detached. Kumabaga… ah… family at work does not exist sa vocabulary ko ngayon. Kumbaga, work is work. I am not your friend, you are not my friend. You take it negatively or positively, it's up to you. I don't care." (Annalisa)*

Nang dahil sa hindi magandang karanasan, hindi na nakakagulat na lumayo ang loob ng mga kalahok sa ibang tao. Kaya naman ang paglagay ng boundaries at pagpili ng mga taong nakapaligid sa kanila upang pagkatiwalaan at ang pagiging propesyunal sa mga naging bully nila ay naging isang matatag na proteksyon ng mga guro upang mapangalagaan ang kanilang pakikisama tungo sa ibang tao. Ang mga naging estratehiya ng kalahok ang naging paraan nila upang maiwasan at hindi na maulit pang muli ang pambubully na kanilang naranasan sa kapwa nila guro o katrabaho.

Higit pa riyan, nagkaroon din ng paraan ang mga gurong nakaranas ng pambubully upang mapangalagaan ang mental na kalusugan tulad ng **pagkakaroon ng recreational activities**, **komunikasyon mula sa pamilya at support system**, **pagpapanatili ng espirituwal na kalakasan**, at **umiwas sa social media.**

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

> *"Pagpapahinga. Kaya 'yun, matulog ka, lumabas ka, mag-isa ka, mag-ano ka diyaan, mag– kung ano mang kailangan mong gawin para ma-relax ka. Ginagawa ko 'yun. Hindi ako nagtitipid, 'di ba? Pera lang naman 'yun eh. Kailangan ko kung ipa-pamper ko 'yung sarili ko, magpapa-massage ako, gagawin ko." (Bea)*

Ang mga estratehiya na isinagawa ng mga kalahok upang mapanatili ang kanilang mental na kalusugan ay ang siyang nagbibigay ng kalayaan, kapayapaan, at katahimikan, na hindi nila naranasan sa tuwing sila ay nakakulong sa apat na sulok ng kanilang departamento.

Panghuli, may mga ilan sa mga guro ang nakaranas ng pisikal na manipestasyon dulot ng pambubully kaya nagkaroon din sila ng paraan upang makaya ito. Sa pagpapanatili ng kanilang pisikal na kalusugan, naging estratehiya ng mga kaguruan ang **pag-iyak o pakikinig ng awit para maikalma ang sarili** at **pag-inom ng vitamins**.

Konklusyon

Ang pag-aaral na ito ay nagsisiwalat ng masalimuot at masakit na karanasan ng mga gurong dumanas ng pambubully sa kanilang departamento, mga sugat na hindi lamang tumatama sa kanilang propesyon kung hindi pati na rin sa kanilang pagkatao. Iba't ibang anyo ng pang-aapi ang kanilang pinagdaanan: paninirang puri na sumisira sa kanilang dangal, pagpapakalat ng maling impormasyon na naglalason sa kanilang reputasyon, at pagbansag ng mapanirang pangalan na tila ba bumubura sa kanilang pagkakakilanlan. Ayon kay Tolentino (2016), ilan sa mga anyo ng bullying na nararanasan ng mga guro ay ang maling akusasyon, tsismis, at pagkwestyon sa kanilang kakayahan. Hindi rin naligtas ang ilan sa hate recruitment, pangmamaliit, at pisikal at emosyonal na pang-aabuso, na nagdulot ng matinding kirot sa kanilang puso at isipan. Bukod dito, binigyang-diin ni Jonson (2017) na ang bullying ay maaaring maging berbal o emosyonal, na madalas makaapekto sa mga bagong guro. Sa kabila ng kanilang pagiging ilaw ng kabataan, sila mismo ay nalugmok sa dilim ng pang-aapi, kung saan ang kanilang kumpiyansa ay unti-unting bumagsak, ang kanilang motibasyon sa pagtuturo ay nanghina, at ang kanilang pisikal at mental na kalusugan ay naapektuhan ng matinding stress, pangamba, at trauma. Ayon naman kina Gabriel at Gabriel (2016), ang pang-aabuso sa trabaho ay isang seryosong isyu na maaaring magdulot ng pangmatagalang epekto sa mga guro. Gayunpaman, sa kabila ng unos na ito, hindi nila hinayaang malunod sila sa dalamhati. Kanilang hinanap ang init ng suporta mula sa mga taong handang makinig, pinili ang pananahimik bilang sandata ng katatagan, at naglakas-loob na lumaban sa pamamagitan ng pagsasampa ng reklamo sa nakatataas. Sa kanilang puso ay naglagay sila ng matibay na hangganan, isang paninindigan na hindi sila magpapadaig sa pang-aapi. Itinuon nila ang kanilang atensyon sa kanilang propesyon, nanalig sa Maykapal, at pinangalagaan ang kanilang sarili sa pamamagitan ng malusog na pamumuhay. Pinili nilang lumayo sa ingay ng social media at ibinaling ang kanilang oras sa mga gawaing nagbibigay ng sigla at kapanatagan. Sa kabila ng lahat, nananatiling busilak ang

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

dangal ng isang guro. Sila ay patuloy na nagiging huwaran ng kabutihang asal, hinuhubog ang kaisipan ng kabataan, at nagsisilbing haligi ng edukasyon. Ang kanilang propesyonalismo, integridad, at walang pag-aalinlangang pagsusumikap ay patunay na kahit anong pagsubok ang dumaan, hindi matitinag ang isang gurong may pusong matatag. Sa kanilang bawat hakbang, bitbit nila ang ilaw ng kaalaman at inspirasyon, ipinapakita sa mundo na ang isang tunay na guro ay hindi kailanman magpapatalo sa kadiliman, bagkus ay patuloy na magniningning bilang gabay sa landas ng karunungan.

Rekomendasyon

Kaugnay ng naisalaysay na konklusyon at kinasapitan ng pag-aaral, nais ibigay ng mga mananaliksik ang sumusunod na rekomendasyon:

- Para sa mga mambabatas, palawigin ang saklaw ng Republic Act 10627 upang maisama ang mga guro bilang protektado ng Anti-Bullying Act. Magiging lakas-loob ito para sa mga gurong magsiwalat ng pambubully. Mungkahi rin ang pagkakaroon ng Teacher Protection Policy laban sa anumang anyo ng pambubully at karahasan.

- Para sa mga namumuno ng unibersidad at paaralan, paigtingin ang karapatan ng mga guro sa pamamagitan ng grievance machinery at grievance committee. Dapat tugunan hindi lang berbal kundi lahat ng uri ng pambubully. Magpatupad ng taunang psychological fitness test at mental health programs para sa mga guro. Siguraduhing ang mga serbisyo ng mga namumuno at HR ay propesyunal, makatarungan, at walang kinikilingan.

- Para sa akademya, pagyamanin pa ang pag-aaral tungkol sa karangalan sa iba't ibang konteksto. Gamitin ang Sikolohiyang Pilipino bilang batayan ng pag-unawa. Palalimin pa ang lokal na pananaliksik ukol sa etika at dignidad sa propesyon.

- Para sa mga mananaliksik sa hinaharap, palawakin ang bilang ng kalahok at isama ang mga guro mula sa pribadong paaralan. Suriin ang iba't ibang anyo ng workplace bullying gaya ng sexual harassment o pisikal na pananakit. Alamin kung paano nila nauunawaan ang karangalan sa gitna ng karanasan. Hikayatin din ang paggamit ng kwantitatibong metodo upang mapatatag ang datos, makabuo ng istadistikang ebidensya, at mas mapagtibay ang mga konklusyon.

Sanggunian

Anjum, A., Muazzam, A., Manzoor, F., Visvizi, A., Pollock, G., & Nawaz, R. (2019). *Measuring the scale and scope of workplace bullying: An alternative workplace bullying scale. Sustainability, 11*(17), Article 4634. https://doi.org/10.3390/su11174634

Dumlao, N. (2022). Phenomenological Research Design. Hango mula sa https://delvetool.com/blog/phenomenology#

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435

Gabriel A.G., & Gabriel J.P. (2016). Basic Education Teachers and Workplace Bullying in the Philippines: An Organizational Prism. Imperial Journal of Interdisciplinary Research (IJIR), 2 (10). Hango mula sa http://www.onlinejournal.in

Gripaldo, R. (2005). Filipino Cultural Traits: Claro R. Ceniza Lectures. Cultural Heritage and Contemporary Changes Series IIID, Southeast Asia, Volume 4. Hango mula sa https://books.google.com.ph/books?id=hXJe6vKMjroC&print sec=front_cover#v=onepage&q&f=false

Jonson, F.M.N. (2017). Workplace Bullying among Faculty Members in the University of Eastern Philippines System: Basis for an Intervention Program. International Journal of Trend in Scientific Research and Development, 1 (2). Hango mula sa https://www.ijtsrd.com/papers/ijtsrd143.pdf

Penrod, J., Preston, D. B., Cain, R. E., & Starks, M. T. (2003). A Discussion of Chain Referral As a Method of Sampling Hard to-Reach Populations. Journal of Transcultural Nursing, 14(2), 100–107. Hango mula sa https://doi.org/10.1177/1043659602250614

Salazar, Z. (1985). Hiya: Panlapi at salita (Hiya: Affixations and word). In A. Aganon and M. David (Eds.), Sikolohiyang Pilipino: Isyu, Pananaw at Kaalaman (New Directions in Indigenous Psychology) (pp. 288–296). Manila: National Book Store.

Tolentino, A. C. (2016). Bullying of Teachers in the Workplace: A Phenomenological Study. International Journal of Learning and Teaching. Hango mula sa https://doi.org/10.18178/ijlt.2.1.20-27

Yacat, J. A. (2013). Tungo sa Isang Mas Mapagbuong Sikolohiya: Hamon sa Makabagong Sikolohiyang Pilipino. Daluyan: Journal ng Wikang Filipino,19 (2). Hango mula sa https://journals.upd.edu.ph/index.php/djwf/article/view/3808/3492

© 2025 Luansing, J. M. et al.
ISSN 2799-0435