

DEFINICIÓ

Dan Olweus (1983) defineix el maltractament entre alumnes (*bullying*) com una “conducta de persecució física i/o psicològica que realitza un/a alumne/a contra un/a altre/a, el qual escull com a víctima de repetits atacs. Aquesta acció, negativa i intencionada, situa la víctima en una posició de la qual difícilment pot sortir-se’n pels seus propis mitjans. La continuïtat d’aquestes relacions provoca en les víctimes efectes clarament negatius: descens de l’autoestima, estats d’ansietat i quadres depressius, cosa que dificulta la seva integració en el medi escolar i el desenvolupament normal dels aprenentatges”.

Tot assetjament presenta les característiques següents:

- 1. Existeix una situació d’abús de poder** que impedeix que la persona assetjada pugui sortir de la situació per ella mateixa.
- 2. Hi ha intencionalitat per part de l’agressor o agressors** de fer mal, ja sigui físicament o psicològicament.
- 3. Qui el pateix es troba indefens enfront de qui l’intimida**, i això té com a conseqüència inseguretat i deteriorament de l’autoestima.
- 4. Es repeteix sistemàticament al llarg d’un període de temps** durant el qual l’agressió es dona de manera sostinguda.

Naturalesa	Directa	Indirecta
Física	Donar empentes Pegar	Robar objectes d’algú Trencar objectes d’algú Amagar objectes d’algú
Verbal	Insultar Burlar-se Anomenar amb malnoms...	Parlar malament d’algú Difondre falsos rumors
Exclusió social	Excloure No deixar participar...	Ignorar Fer com si fos transparent...

Cal distingir les baralles esporàdiques, en què es mesura la força i/o l’estatus entre els iguals, de les **situacions de desequilibri**. Una **observació de la continuïtat en el temps** d’aquestes accions ens pot posar en alerta. És important –sobretot a primària– l’observació en espais on la vigilància de l’adult és menor o més distesa (lavabos, racons de pati, passadissos, vestidors, menjador, activitats extraescolars, transport escolar, etc.). Per tant, també és important la formació dels monitors d’aquestes activitats. El **registre d’incidents** per escrit és una eina que pot ser d’ajut.

ACTUACIONS QUE FA L'ESCOLA

Des de l'escola, en el cas que es detecti una situació d'assetjament entre iguals, es posarà en coneixement de les famílies dels alumnes implicats, dels serveis socials del Departament i del municipi i, si s'escau, del Mossos d'esquadra, seguint les instruccions del Departament d'Ensenyament.

En el nostre centre, no se'n donen casos, d'assetjament però si que hi ha conductes que s'han de reconduir per tal que no ho esdevinguin.

Algunes estratègies per prevenir possibles conductes d'assetjament són:

- ✓ Practicar la **mirada atenta i l'escolta activa**. Restem atents a la conducta i les relacions que s'estableixen entre els alumnes d'una mateixa classe i entre els de diferents nivells.

A l'inici de cada cicle i quan hi ha una nova incorporació al grup (alumne o tutor) es passa un sociograma que ens dóna informació sobre el paper que desenvolupa cada infant dins del grup i ens alerta sobre situacions que cal canviar.

- ✓ Desenvolupar activitats de **prevenció**. Donem importància a les activitats que fomentin la relació entre iguals, respectant, això si, la llibertat de triar què volen fer els alumnes. És molt importat l'educació de les emocions, ajudant els alumnes a conèixer les seves pròpies i a identificar-ne les dels altres, per tal de que assoleixin una autoestima ajustada a la realitat. També cal ensenyar-los a ser assertius per tal que no tinguin por a dir el que no els agrada i evitar que els comportaments que els fan mal continuïn produint-se.

- ✓ Impulsar la **cohesió de grup i la participació**. A través de la tutoria, els valors, l'assemblea, i sempre que sigui necessari, els mestres treballem aquests aspectes amb els alumnes.

- ✓ Fomentar la figura del **company tutor i l'ajuda entre iguals**. És important fer partícip al grup classe quan apareix un problema entre els companys, els ajudem a ser empàtics i intentar entendre el perquè de la situació per tal d'ajudar a millorar-la.

- ✓ **Gestionar l'aula de manera eficaç**. Això vol dir, conèixer els alumnes, entendre'ls i estimar-los per tal d'ajudar-los a modificar conductes disruptives i inapropiades amb el grup, amb els adults i amb els iguals. Cal establir un clima de confiança per tal que tots puguin explicar com es senten, quines són les seves inquietuds, les seves preocupacions.

- ✓ Posar la **informació** sobre l'assetjament i les seves conseqüències a l'abast dels alumnes. Només si són conscients de quines són les conseqüències de les seves accions, si poden posar-se al lloc de l'altre i si poden analitzar quines són les causes que els impulsen a actuar de determinada manera, seran capaços de corregir-les. A principi de curs, els alumnes reben un díptic on s'explica què han de fer si es troben amb una situació de violència verbal o física.

- ✓ **Cooperació** entre les persones que hi treballem. Fem anàlisis de les situacions que es donen a les aules, al pati, als passadissos i, entre tots plegats, busquem la millor manera de solucionar-les. Tenim un document de registre d'incidències on anotem totes aquelles conductes recollides a les Normes de Funcionament del Centre, si algun alumne incorre en una falta, se n'informa la família.

QUÈ PODEN FER LES FAMÍLIES

Si detecteu que el vostre fill pateix alguna conducta que pot esdevenir assetjament per part d'un altre infant:

- ✓ **Mantingueu la calma**, intenteu parlar amb els vostre fill per tal que us expliqui, de la manera més objectiva possible sobre els fets per tal de poder diferenciar si és un cas real d'assetjament. Intenteu reforçar la seva autoestima, feu-li veure que no ha de tenir por i que cal que comuniqui aquests fets al tutor. També animeu-lo a que faci saber al company que el molesta
- ✓ **No etiqueteu**, la majoria de vegades, darrere d'una conducta agressiva (ja sigui verbal o física) s'hi amaga un problema. Els infants escolaritzats en educació primària encara tenen poques destreses en el control de les emocions, sovint tenen manifestacions molt impulsives i els és molt difícil tenir autocontrol. És important que, ni vosaltres, ni vostre fill no el vegi com un enemic; cal que el feu entendre que l'altre infant necessita ajuda per tal de reconduir la seva conducta.
- ✓ **Parleu amb el tutor**, compartiu les vostres inquietuds i escolteu la percepció que ell té dels fets. La sensibilitat de cada infants és diferent i, molts vegades, fan mal sense saber-ho. Cada alumne interpreta accions, paraules, gestos... segons les seves emocions, la seva educació, l'estat anímic en què es troba. Cal delimitar molt bé quines són les accions que provoquen malestar en el vostre fill (en el temps i en l'espai), el tutor i l'equip de mestres, poden tenir una visió diferent, més objectiva, dels fets.
- ✓ **Participeu, juntament amb l'equip educatiu**, en la planificació de les actuacions que es duren a terme per tal de millorar la situació. Cal paciència i confiança en l'equip educatiu, els resultats no es veuran d'un dia per l'altre, però amb l'esforç i la col·laboració de tots, aconseguirem provocar un canvi.

Si detecteu que el vostre fill presenta alguna conducta que pot esdevenir assetjament cap a un altre infant:

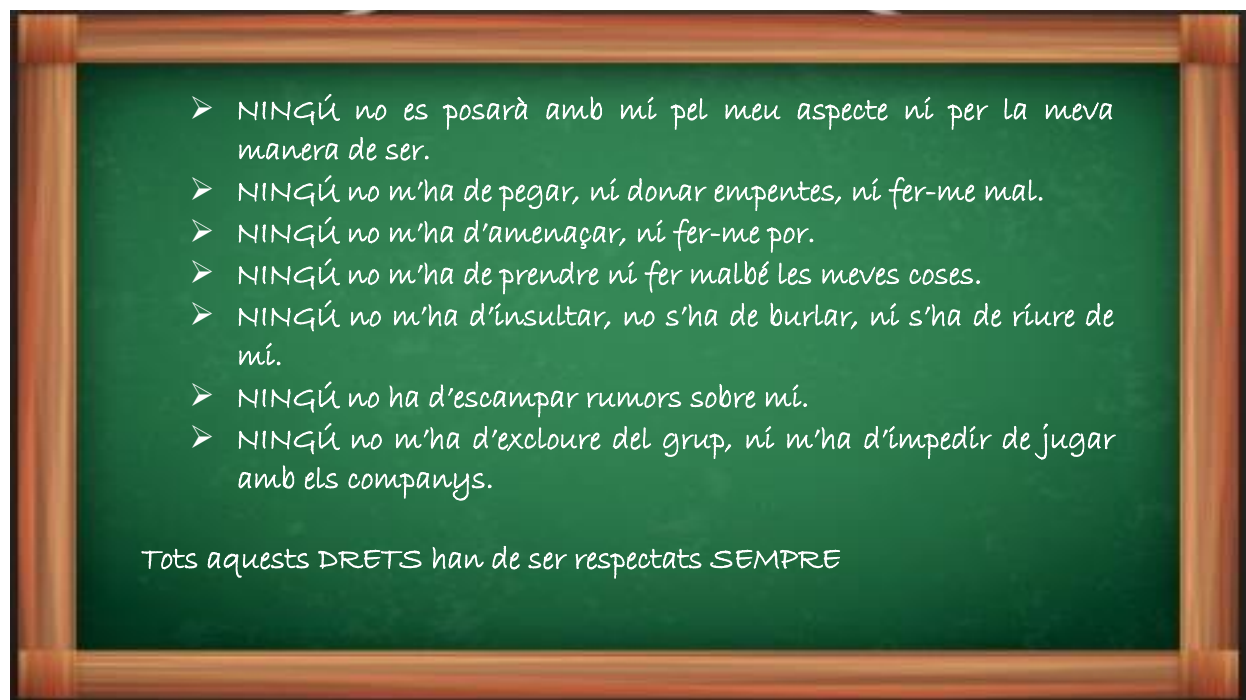
- ✓ **Feu-li entendre quines poden ser les conseqüències de la seva conducta**. Intenteu esbrinar la causa que ha provocat aquesta situació, si sabem el perquè, serà més fàcil actuar-hi.
- ✓ **Poseu-vos en contacte amb el tutor**, per tal d'analitzar les circumstàncies que fan que el vostre fill respongui d'aquesta manera agressiva vers els companys i detectar possibles conflictes amagats que el fan reaccionar així.
- ✓ **Mostreu una actitud de confiança i col·laboració amb l'equip educatiu** per tal d'ajudar el vostre fill a canviar l'actitud.

- Per a més informació <http://xtec.gencat.cat/ca/centres/projeducatiu/convivencia/protocols/>

SI ETS ALUMNE...

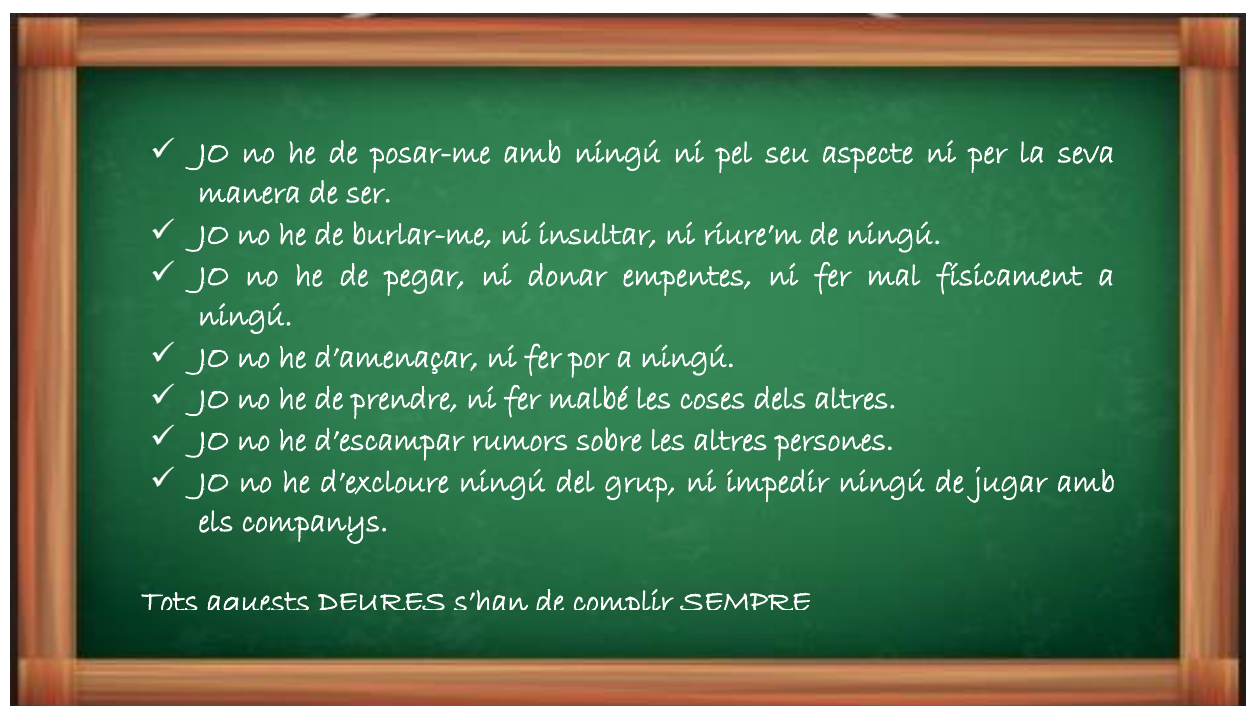
A l'escola, i a tot arreu, tens **DRET** a ser ben tractat i ben tractada.

Això vol dir que...



Totes les persones tenim el **DEURE** de tractar bé els altres. A l'escola, i a tot arreu, tinc el **DEURE** de tractar bé totes les persones.

Això vol dir que...



Què passa amb els nens i nenes assetjats?

Sovint estan tristos, se senten malament, els fa vergonya de no ser prou valents i, a vegades, poden pensar que tenen la culpa d'allò que els passa.

Nosaltres sabem que no la tenen; ningú no es mereix ser maltractat.

Si coneixeu algun nen o nena a qui li passen aquestes coses, feu-li costat. Els que ho veuen i no fan ni diuen res per aturar aquestes actuacions d'abús també són còmplices del maltractament.

I amb els nens i nenes que fan mal als altres?

En general, potser no ho fan perquè siguin dolents, sinó perquè no se sentin bé amb ells mateixos i per això volen dominar els altres.

Quan fan mal a una altra persona es poden sentir valents i forts, però és molt probable que en el fons tinguin por i se sentin insegurs.

No s'imaginem com se sent la persona a qui fan mal, si ho pensessin segurament no ho farien

Si coneixeu algun nen o nena que fa aquestes coses, parleu-ne amb algun mestre/a

Què pots fer si et trobes en una situació d'assetjament:

Hi ha 5 coses que hauries de fer, si et trobes en una situació d'assetjament:

1. Intenta **mantenir la calma**: si veuen que et molesten ho poden repetir per "divertir-se".
2. **No responguis de la mateixa manera**: tornar-t'hi o respondre amb insults complica la situació. Digues alguna cosa com: "No tens res millor a fer?". No responguis com ell s'ho espera. Utilitza la imaginació.
3. **Intenta parlar de manera clara, franca i respectuosa, sense sentir-te culpable**: utilitza les respostes positives que hagi practicat a casa o a classe.
4. **Abandona el lloc**: sovint la millor solució és allunyar-se de la situació i buscar l'ajuda d'un adult. Això no és una covardia, és actuar amb intel·ligència.
5. Parla'n amb algú. **Explica-ho als mestres o a als pares**. No hem de callar aquestes situacions. Denunciar una situació de maltractament no és "xivar-se", és defensar un dret fonamental.

Recorda-ho!

Ets dels nens que assetgen?

Si ets un nen o una nena que tracta malament un company o companya, segurament tens un problema.

Quan una persona agredeix una altra sovint és perquè no es troba bé amb ell mateix. Hauries de pensar **què et passa i per què** necessites tractar malament els altres, insultar-los, burlar-te'n... sobretot si són més febles que tu.

Potser estàs enfadat, trist o, fins i tot, espantat, potser sents enveja... No saber què ens passa ens genera **malestar**, això ens fa estar enrabiats i, de vegades, aquesta ràbia la descarreguem sobre algun company més dèbil. Això ens fa sentir forts i valents, però en realitat quan fem això no hem solucionat el nostre problema i, en canvi, hem fet mal a algú.

Maltractant els altres no solucionem res. Pensa com se senten els companys als quals agredeixes o amb qui t'hi poses. Si fas l'esforç de posar-te en la seva pell i pensar com et sentiries tu si et passés això, veuràs que estàs fent molt mal a la persona que estàs agredint.

És important intentar ser sincer amb tu mateix i admetre que això que fas no és just.

Sortir d'aquesta situació no és sempre fàcil, pot ser una bona idea demanar ajuda a algun mestre o als pares.

Encara que no t'ho sembli, reconèixer que tens un problema i demanar ajuda no és de covards, sinó una actitud ben intel·ligent.

És important entendre el que ens passa i aprendre **altres maneres de resoldre els problemes** que tenim, sense barallar-nos ni insultar. Això ens farà **sentir bé**.

Les persones felices no necessiten fer mal als altres per sentir-se millor

I per acabar, 10 punts per pensar-hi

1. **L'assetjament no és una broma.** L'assetjament no és un motiu per riure. Amb una broma riu tothom. Quan hi ha algú que es molesta o s'espanta ja no és una broma.
2. **Ningú no es mereix ser assetjat.** Es diu que hi ha gent que "s'ho busca", però això només és una excusa. Tots tenim el dret a ser tractats amb respecte.
3. **Si et peguen o t'insulten és millor no tornar-s'hi.** Tornar-s'hi empitjora la situació. Cal trobar altres maneres de resoldre els conflictes.
4. **No tan sols assetgen els nens, les nenes també poden ser assetjadores.** Es diu que les baralles són "coses de nois", però picar i amenaçar no són les úniques maneres d'assetjar. Deixar de banda, fer córrer falsos rumors, excloure del grup i altres coses semblants també és assetjar. I això també ho fan les nenes.
5. **Els nens i les nenes que són assetjats no són covards que no se saben defensar.** Quan un grup intimida una persona sola és molt difícil plantar cara. Els covards són els que necessiten anar en grup i fer mal per sentir-se forts.
6. **Dir-ho als mestres o als pares no és "xivar-se".** Patir o ser testimoni d'un assetjament i dir-ho a un adult que pot ajudar, és defensar uns drets; i això és ser intel·ligent, honest i responsable.
7. **Els nois i noies que són assetjats** sovint estan tristos i sofreixen durant molt de temps. Són infeliços i hem d'ajudar-los perquè pateixen una situació injusta.
8. **Quan algú es baralla val més no ficar-s'hi,** però s'ha de buscar la manera d'aturar la baralla i això es fa buscant l'ajuda d'un adult. Si algú veu una agressió però no actua ni denuncia, es converteix en **còmplice de l'agressor**.
9. **Castigar els nens i les nenes que fan mal als altres** pot ser necessari, però el més important és ajudar-los a aprendre altres maneres de relacionar-se. Això els ajudarà i millorarà la convivència a l'escola.
10. **Tant la víctima com l'agressor necessiten ajuda.** Sovint no se senten bé amb ells mateixos i per això necessiten aprendre maneres pacífiques de resoldre els conflictes per millorar la convivència i ser més feliços.

