

ESCOLA DE FAMÍLIES DE TORREDEMBARRA

CONTRA EL BULLYING, FEM PINYA!

Escola Antoni Roig

18 de maig de 18 a 19.30

A càrrec de Mireia Arnau

PRESENCIAL I ONLINE (escull la teva modalitat al formulari d'inscripció)

Servei gratuït
d'acollida d'infants
prèvia inscripció al
formulari



Inscripció gratuïta a
<https://peetorredembarra.cat/agenda/>
o escanejant el QR





Una definició d'assetjament escolar

"Un alumne està essent maltractat quan està exposat, repetidament i al llarg del temps, a accions negatives per part d'un o més estudiants".

Quan parlem d'assetjament escolar entre iguals ens referim a:

- Accions deliberadament hostils.
- Incidents que es repeteixen al llarg d'un període de temps i causen dany.
- L'alumne es troba en una situació d'indefensió; no se'n pot sortir tot sol.

En què consisteix, com es manifesta?

L'assetjament escolar pot prendre diverses formes però sempre provoca patiment i trastorns relacionats amb l'estrès en la persona que el pateix.



Agressions físiques:

- directes: pegar, donar empentes, amenaçar, intimidar...
- indirectes: amagar, trencar, robar... objectes de la víctima.

• Agressions verbals:

- directes: escridassar, fer burla, insultar i dir-li malnoms a la cara...
- indirectes: malparlar a les seves esquenes, fer que ho senti “per casualitat”, enviar-li notes grolleres, cartes, pintades ofensives, difondre falsos rumors...

• Agressions relacionals (exclusió social)

- directes: exclusió deliberada d'activitats, no se la deixa participar (se la veu allunyada en el pati i és evitada a la classe, sempre queda desaparellada).
- indirectes: ignorar-lo, fer com si no hi fos, o com si fos transparent.





Si recau sobre un noi o noia d'una altra ètnia i els comentaris fan referència al seu origen, té connotacions racistes (bullying racista).

Si inclou burles o gests sobre el cos o parts del cos de la persona i li fan sentir incomoditat o humiliació, té connotacions sexuals (bullying o assetjament sexual).

Si fa referència a la suposada orientació sexual, té connotacions homòfobes (bullying homòfob).

Si el mitjà utilitzat és el telèfon mòbil o l'ordinador (missatges de text, e-mails, etc.) estaríem parlant de ciberbullying, que pot ser més amenaçador perquè empara l'anonimat de l'agressor i, per tant, porta la víctima a desconfiar de tothom.

Com descobrir si el teu fill és víctima de maltractament?

A vegades els nens i nenes que són maltractats pels companys ho expliquen de seguida als adults, però d'altres pensen que això els passa perquè son covards, no se saben defensar, o tenen vergonya i ho amaguen als propis pares.

Alguns nens no ho diuen perquè no creuen que allò que els està passant sigui maltractament. Associen el maltractament als atacs físics, però no als insults o a les conductes d'exclusió o aïllament, que poden tenir efectes molt més greus.

Tot i això, les persones expressen el seu malestar d'una forma o altra.

Hi ha uns **signes externs** que ens poden ajudar a copsar que alguna cosa està passant:



- Somatitzacions (al matí no es troba bé, té vòmits, mal de cap, mal de panxa...), a l'escola diu que no es troba bé i demana que el vinguin a buscar.
- Canvis d'hàbits (fa campana, no vol anar a escola, vol que l'acompanyin o canvia la ruta habitual, no vol anar amb el transport escolar, no vol sortir amb els amics...)
- Canvis en l'actitud envers les feines escolars (baixa el rendiment acadèmic, etc.)
- Canvis de caràcter (està irritable, s'aïlla, es mostra introvertit, més esquerp, angoixat o deprimat, comença a quequejar, perd la confiança en ell mateix...)
- Alteracions en la gana (perd la gana, o bé torna a casa amb gana perquè li han pres l'esmorzar o li han pres els diners)





- Alteracions en el son (crida per la nit, té malsons...)
- Torna a casa regularment amb el vestit o el material esparracat. Té blaus, nafres o talls inexplicables...
- Comença a amenaçar o agredir altres nens vulnerables o germans més petits.
- Refusa dir per què se sent malament i insisteix en que no li passa res. Dóna excuses estranyes per justificar tot l'anterior.
- En casos greus pot arribar a tenir ideacions o a fer intents de suïcidi.

Per què hi ha nens i nenes que maltracten els altres ?

Hi ha nois i noies que esdevenen violents envers algú altre com a conseqüència d'una situació estressant que no poden resoldre (la mort d'un parent o el divorci dels pares, etc.); d'altres són víctimes d'abús i traslladen als altres la seva humiliació i angoixa.

N'hi ha que volen ser els més poderosos i utilitzen la violència per guanyar lleialtat; normalment no són feliços i utilitzen la força per aconseguir popularitat i amics.

No ho saben fer d'una altra forma.

Per què hi ha nens i nenes que són victimitzats pels seus companys ?

Qualsevol pot ser víctima en un moment donat depenent de les circumstàncies, però hi ha infants i joves que són més vulnerables.

Hi ha alumnes molt actius que són maldestres i desafortunats en les relacions amb els altres.

D'altres són alumnes aplicats, que els agrada estudiar i tenen bones relacions amb el professorat i que, per això, desperten l'enveja dels companys.

També hi ha alumnes sobreprotegits per la família que no han tingut experiències prèvies de confrontació, o que han estat educats en un ambient acollidor, tolerant i responsable, i se senten insegurs i no tenen recursos per fer front a la intimidació.

Hi ha nens que no els agrada la violència, que no participen de les batusses dels companys i prefereixen jocs més tranquils, o nenes que són més actives i al pati juguen a futbol amb els nens.

Els alumnes amb necessitats especials o els que presenten alguna característica diferencial (alumnat amb TDAH, TEA, Altes Capacitats...) també poden ser objecte de maltractament per part dels companys, que sovint no comprenen perquè es comporten d'una manera diferent.

Un altre cas són els alumnes que estan en situació de minoria ètnica respecte del grup.

En darrer lloc cal citar un cas singular, són nois i noies victimitzats pels companys, això els genera una angoixa que no saben gestionar i intenten defensar-se agredint altres companys que perceben com a més dèbils que ells.

El fet de tenir una bona xarxa d'amics protegeix de patir situacions de maltractament.

Què pots fer si penses que el teu fill/a ha patit o està patint assetjament?

Encara que el noi no digui res a casa, els pares són els primers en adonar-se que al seu fill li passa alguna cosa.

Quan un nen està essent exposat a una conducta de maltractament se li genera molta angoixa i és important escoltar-lo, creure'l, i emprendre una acció positiva.

Tingues en compte que es pot sentir amenaçat o avergonyit i pot negar les evidències.

En aquest cas, no el forçis, ajuda'l a canviar.

1. **Encoratja'l a parlar**, digues-li que estàs preocupat pel què li passa i que l'ajudaràs sigui quin sigui el problema.
2. **Reacciona amb calma, no li facis retrets ni el culpabilitzis**. Dóna-li suport i sobretot escolta'l. Tranquil·litzar-lo és un dels passos més importants que els pares podem fer. Ensenya el teu fill a estar satisfet de ser com és. Està bé ser diferent. Moltes persones han tingut èxit precisament perquè no han sigut igual que tots els altres.
3. Demana que t'expliqui què ha passat i pren nota, pregunta-li si ha passat altres vegades, qui ha estat implicat, qui ho ha vist, on ha passat, què ha fet ell, a qui ho ha dit. **Avalua la importància de la situació**.
4. És natural que com a pare et sentis enfadat i que la teva reacció inicial pugui ser enfrontar-te a l'agressor o adreçar-te als seus pares. Però això encara podria crear més problemes per al teu fill. **És l'escola qui ha de prendre la responsabilitat de gestionar la situació i de contactar amb els pares de l'agressor, si cal**.
5. **Informa l'escola**, però primer pregunta-li al teu fill si prefereix parlar ell mateix amb el seu mestre. Si cal, demana a l'escola que protegeixi el seu anonimat.

6. Demana una entrevista per parlar amb el tutor. Pregunta-li quines actuacions té previstes el centre per aquests casos i entre tots penseu la manera de col·laborar en la resolució del cas. **Informa'l** de tot el que saps (data, lloc, hora, alumnes implicats, com te n'has assabentat, etc.). Pregunta-li quines **actuacions té previstes el centre.**

Intenteu arribar a acords sobre què farà cadascú.

Mantingueu el contacte periòdicament amb el mestre i feu-ne el seguiment.

7. Si penses que el mestre no et fa prou cas... demana per parlar amb la direcció del centre i expressa-li les teves preocupacions i la teva voluntat de col·laborar per aturar el maltractament. També et pots adreçar a l'orientador del centre o als Equips d'Assessorament Psicopedagògic (EAP). Si malgrat tot no et donen prou garanties que el teu fill estarà segur contacta amb inspecció educativa.

Coses que no has de fer.

- No utilitzis la violència en contra dels agressors, la violència sol empitjorar la situació i produir una escalada. A més, et poden acusar de maltractar-los i assetjar-los a ells. Recorda que solen ser menors d'edat.
- No li diguis al teu fill o la teva filla que intenti solucionar aquest problema per ell mateix. Pensa que si pogués fer-ho, ja ho hauria fet.
- No intentis ocupar-te d'aquest problema pel teu compte.

Sortint del cercle de la victimització

- Digues-li que l'estimes molt i que estàs al 100 % al seu costat.
- Reassegura'l fent-li veure que la situació no és culpa seva.
- Explica-li que reaccionant a les agressions cridant, amb por o ansietat encoratja els agressors. Si l'agressor no aconsegueix una resposta de la víctima, sovint s'acaba avorrint i ho deixa estar.
- Practica tècniques d'assertivitat amb el teu fill: dir NO! amb fermesa i marxar del lloc. (Marxar no és fugir, és actuar de manera intel·ligent). Ajuda'l a pensar respostes senzilles per als atacs més freqüents: No ha de ser brillant ni divertit però és útil tenir una rèplica preparada.

- Intenta minimitzar les situacions de risc: portar coses valuoses a l'escola...
- Digues-li que anoti en un diari els esdeveniments que desitgi compartir, o fes el teu propi registre d'incidents, incloent els canvis d'humor o els efectes físics i emocionals que observes en el teu fill que poden estar relacionats amb la situació.
- Preneu-vos temps per seure i parlar; encoratja el teu fill a que et digui com se sent, parleu sobre les seves idees i els seus sentiments.

- Valora'l quan aconsegeixi alguna fita. Cal que s'adoni que ell és important per a nosaltres i que valorem l'esforç que està fent. Dóna-li oportunitats per desenvolupar la seva autonomia, deixa'l que ajudi en tasques de casa, dóna-li responsabilitats... això l'ajudarà a sentir-se valorat i important.

- Encoratja'l a fer amics, apunta'l a un casal, anima'l en els hobbies, especialment en alguna cosa que pugui ser brillant, per tal d'augmentar la seva autoconfiança i autoestima. Busca el suport del professorat. L'única manera de combatre l'assetjament és la cooperació entre tots els que hi estan implicats a l'escola: mestres, pares, alumnes.

Què pots fer si penses que el teu fill/a pot estar-se comportant agressivament amb algun altre noi/a?

1. Reacciona amb calma, intenta no actuar colèricament ni a la defensiva. Demana directament al teu fill què està fent i pregunta-li si s'ha comportat així abans.
2. Intenta ajudar-lo, pregunta-li si sap per què ho fa. Fes-lo adonar que està fent mal a un company, que el fa infeliç i que li pot portar problemes.
3. Esbrina si hi ha alguna cosa en particular que el preocupa. Ajuda'l a trobar maneres no agressives de reaccionar, sobretot si actua així en determinades situacions. Demana-li que s'aparti del lloc quan vegi que està perdent el control.
4. Parla amb el mestre i explica-li tot el que saps. Intenteu plegats aconseguir que el teu fill aturi aquesta conducta.
5. Recompensa'l quan faci les coses bé i, sobretot, dóna-li oportunitats perquè en faci. Hi ha altres nens que el poden provocar si saben que està treballant per sortir-se'n. Digues-li que no caigui en la provocació i que tracti de respondre de manera assertiva.

Deu idees falses sobre el maltractament.

1. El maltractament només són “bromes”, “coses de canalla” i és millor no ficar-s’hi.
2. La víctima s’ho busca, s’ho mereix.
3. El maltractament forma part del creixement, imprimeix caràcter. ç
4. La millor manera de defensar-se és tornar-s’hi.
5. El maltractament és cosa de nois.

6. Només agredeixen els nois que tenen problemes familiars, o que viuen en barris marginals.
7. Les víctimes són persones febles i dèbils.
8. Quan els altres nens es barallen més val no ficar-s'hi i mantenir-se en una posició neutral.
9. Cal castigar els nens que agredeixen, així pararan de fer-ho.
10. Només la víctima necessita ajuda.

L'assetjament escolar és perjudicial per a tothom i diu molt poc a favor de l'entorn que el silencia i que el tolera. És una qüestió de drets fonamentals de la persona (dret a estar segur a l'escola i a ser tractat amb dignitat); les escoles són responsables de la protecció dels seus alumnes i els pares han de col·laborar amb els centres en les accions que emprenen per la millora de la convivència.

LES ESCOLES HAN DE SER ESPAIS SEGURS.

Material emprat per a preparar la presentació:

[Assetjament escolar. GUIA PER A LES FAMÍLIES.](#) Jordi Collell i Carme Escudé. (2017).

Pàgina de referència: <https://bullying.cat>

Bibliografia complementària

La dinàmica de grups en l'acció tutorial. Ascen Díaz de Ulzurrun. Ed.Graó.

Cómo detectar y actuar ante el acoso escolar. [Fundación Anar](#)

Acoso escolar. [CEAPA](#)