

Assetjament escolar

GUIA PER A LES FAMÍLIES



© Jordi Collell i Carme Escudé (2020)

<http://bullying.cat>

Revisió del document dels mateixos autors publicat a <http://www.xtec.cat/~jcollell> (2004)

Assetjament escolar. Guia per a les famílies.

El perquè d'aquesta guia

El maltractament entre alumnes no és un fenomen nou però ha estat poc valorat pels adults malgrat les greus repercussions que pot tenir sobre els alumnes i sobre el clima de treball del centre.

Les escoles que procuren la millora de les relacions entre els alumnes augmenten substancialment el benestar de totes les persones que hi conviuen i el rendiment acadèmic dels alumnes.

Aquesta guia pretén divulgar què és l'assetjament escolar, de quines conductes estem parlant, els indicadors de risc que heu de conèixer les famílies, i com podeu col·laborar amb l'escola per a fer-hi front.

Nota: En aquest text, cada vegada que fem referència a persones (alumnes, pares, professors, etc.) ens referim indistintament a ambdós gèneres.

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 són 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 (manca d'interès, 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 fer conductes autolítiques, o fins i tot a tenir ideacions o intents de suïcidi.

Existeix una diferència important entre les baralles diàries dels nois, les bromes sense mala intenció entre amics i l'assetjament. Un nen pot tornar a casa i queixar-se perquè l'han pegat o insultat. Aquesta situació sovint és esporàdica, no té cap impacte traumàtic sobre el nen i, com molt pares saben, desapareix tant de pressa com va començar. Cal saber diferenciar entre una baralla entre nens i un procés d'assetjament.

No podem ignorar les queixes d'un noi o noia que pateix maltractament, però tampoc no hem de donar d'entrada una credibilitat excessiva a les seves "històries", que no solen tenir en compte el punt de vista dels altres. Sovint els nens expliquen les coses "a la seva manera" perquè ho veuen així o per causar l'efecte que "els convé"; en aquest cas correm el risc de magnificar un fet irrellevant i produir una escalada del conflicte. Per tant, és imprescindible fer una valoració ajustada de la situació.

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

Qualsevol pot comportar-se agressivament en un moment concret i en determinades circumstàncies. És cert que hi ha infants i joves especialment inclinats a mostrar-se agressius en les relacions amb els altres, però també en trobem d'altres tranquils i pacífics que s'hi afegeixen (*Ho faig perquè ho fan tots*).

Així hi ha moltes raons que expliquen que alguns alumnes n'agredeixin uns altres. A vegades hi ha nois 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 manera.

En qualsevol cas aquests nens i nenes han d'entendre que la seva conducta és inacceptable i que si continuen comportant-se així hi haurà conseqüències. Paral·lelament se'ls ha de donar ajuda i se'ls ha d'encoratjar per tal que canviïn.

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. S'impliquen en converses o s'afegeixen al grup sense ser convidats, parlen quan cal callar, fan bromes poc afortunades, etc. La seva barroeria serveix d'excusa als agressors (*és un pesat, que vagi amb els seus amics, no l'aguantem...*) però en realitat és manca de competència social.

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. N'hi ha que no tenen problemes perquè tenen les habilitats socials que els fan ser populars i eviten ser objecte d'agressions, però en d'altres ocasions no és així, són objecte de burles i pateixen l'aïllament dels seus 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. A vegades són mal vistos pels seus companys (i segons com també pels adults) i tenen pocs amics. El fet de tenir una bona xarxa d'amics protegeix de patir situacions de maltractament.

Els alumnes amb necessitats especials o que presenten algun tret diferencial (alumnat amb TDAH, TEA, Altes Capacitats...) també poden ser objecte de maltractament per part dels companys, que sovint no comprenen perquè es comporten diferent. També hi ha nens amb necessitats especials que es fan estimar pels seus companys que en tenen cura i els protegeixen.

Un altre cas són els alumnes que estan en situació de minoria ètnica respecte del grup. El grup tolera malament la diferència i sovint aquesta s'utilitza com excusa. En aquest cas parlem de bullying racista.

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. Han desenvolupat uns patrons agressius degut al mal aprenentatge social que han fet.

Sigui quina sigui la motivació que esgrimeix l'agressor, sovint només és l'excusa per "justificar" la seva conducta. La víctima no té la culpa. Ningú no mereix ser victimitzat per ser com és, ni per tenir una altra cultura o una altra manera de pensar. L'escola ha de proporcionar un entorn per tal que les diferències siguin apreciades i TOTS els nens siguin valorats. També els nens que agredeixen els altres, encara que no aprovem la seva conducta i fem per millorar-la.

En qualsevol cas, i en general, no hem de veure la situació com una cosa entre bons i dolents, sinó com un problema que afecta tothom, on cadascú té la seva part de responsabilitat, i que només es resoldrà des d'una actitud no culpabilitzadora.

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.

Pensa que es pot sentir amenaçat o avergonyit i pot negar les evidències. En aquest cas, no el forçis, deixa que segueixi el seu procés, però ajuda'l a canviar.

1. Si tens sospites pregunta-li directament, **encoratja'l a parlar**, digues-li que estàs preocupat pel què li passa i que l'ajudaràs sigui quin sigui el problema. Fes-li sentir el teu recolzament incondicional.
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.** Pot ser que no tingui coneixement del que ha passat o que tingui altres versions del fet.
 - **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** per aquests casos i entre tots penseu la manera de col·laborar en la resolució del cas.
 - **Intenteu arribar a acords** sobre què farà cadascú. És prioritari protegir-lo aturant la situació de maltractament.
 - **Mantingueu el contacte periòdicament** amb el mestre i feu-ne el seguiment.
7. **Si penses que el mestre no et fa prou cas** demana si el centre té dissenyat algun pla per actuar en situacions de maltractament i qui n'és el responsable.
- **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, **escriu una carta formal al director** exposant els fets i les accions realitzades amb còpia a les autoritats educatives (Inspecció educativa).
 - Si encara no sents que l'escola et dona suport, **treu el teu fill del sistema escolar fins que no s'emprenguin accions positives**. És un dret dels alumnes estar segurs en els centres i alhora, és un deure dels centres vetllar per la seguretat dels seus alumnes.
8. També et pots adreçar a algun d'aquests **telèfons**:

935.516.968

info.ensenyament@gencat.cat

Unitat de Suport a la Convivència Escolar (USCE) Dep. d'Educació,
Generalitat de Catalunya

116.111

infanciarespon.bsfc@gencat.cat

Infància respon. Dep. Benestar i Família, Generalitat de Catalunya

900.018.018

Teléfono contra el acoso escolar

Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Gobierno de España

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

L'infant o jove que ha estat exposat a l'assetjament escolar ha estat construint una autoimatge molt pobre, la seva autoestima ha quedat considerablement malmesa, especialment si ha estat patint durant temps. Per fer créixer la seva autoconfiança necessitarà ajuda, que el valorin com a persona, que confiïn en ell; sobretot necessitarà molt d'afecte.

- 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. Valora la possibilitat que rebi un ajut psicològic, però assegura't que el professional que l'atengui conegui aquest tipus de situacions.
- Explica-li que reaccionant a les agressions cridant, amb por o ansietat encoratja els agressors. Ha d'intentar mantenir la calma. 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 rèpliques preparades.
- Intenta minimitzar les situacions de risc: no portar coses valuoses a l'escola, no ser l'últim en canviar de classe, ni endarrerir-se o quedar-se sol als passadissos.
- 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 aconsegueixi 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. La única manera de combatre l'assetjament és la cooperació entre tots els que hi estan implicats a l'escola: professorat, 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. Que la violència no és una manera intel·ligent de resoldre els conflictes i que ha de parar de fer-ho. **Deixa-li clar que aquesta conducta és del tot inacceptable**. Pregunta-li com pensa que podries ajudar-lo. Fes-lo adonar que l'estimes, i que és aquesta conducta el que no t'agrada, que treballaràs amb ell per ajudar-lo a aturar-la.
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. Fes-li veure la diferència entre agressivitat i assertivitat (l'assertivitat és fer valer els propis drets sense atropellar els drets dels altres).
4. **Parla amb el mestre** i explica-li tot el que saps. Intenteu plegats aconseguir que el teu fill aturi aquesta conducta. Pot anar bé parlar amb el psicòleg del centre. Parla amb l'equip de mestres que plantegin objectius reals, que no esperin molt, ni de seguida. Demana si a l'escola hi ha un espai o algú per anar quan senti que està a punt de perdre el control. Acordeu coses per fer.
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

A continuació exposem un seguit de pensaments, comentaris i judicis de valor que apareixen al voltant del tema i que, a més de ser completament falsos i erronis, no aporten cap solució i només fan que agreujar el problema. Veureu que intenten justificar l'agressió, culpabilitzar la víctima, justificar la no intervenció sota una falsa aparença de neutralitat, etc. Són del tot contraproductius.

1. *El maltractament només són "bromes", "coses de canalla" i és millor no ficar-s'hi:* No és cert, maltractar no és "fer una broma". Pot ser difícil distingir a vegades entre broma o situació d'abús, però quan la víctima es comença a espantar ja no es tracta d'una diversió, els adults han d'intervenir i d'aturar-ho.
2. *La víctima s'ho busca, s'ho mereix.* Ningú no es mereix ser víctima de maltractament, sigui quina sigui la seva conducta. Això només és l'excusa que s'utilitza per justificar l'agressió.
3. *El maltractament forma part del creixement, imprimeix caràcter.* No és cert, aprendre a afrontar les adversitats imprimeix caràcter, però el maltractament pot ser d'una violència extrema i torna les víctimes reservades, desconfiades, ansioses, aïllades, etc. Quina mena de caràcter es construeix a través d'aquest patiment?
4. *La millor manera de defensar-se és tornar-s'hi.* No és cert, tornar-s'hi reforça la idea que la violència és acceptable i l'únic mitjà per a resoldre els conflictes. La reacció violenta de la víctima sol empitjorar la seva situació ja que s'utilitza aquesta reacció com a excusa per justificar noves agressions.
5. *El maltractament és cosa de nois.* No és cert; sempre s'ha dit que les baralles han estat "coses de nois". Ara sabem però que l'agressió indirecta és més utilitzada per les noies (excloure, escampar rumors...) i té uns efectes tant o més perjudicials que la directa.
6. *Només agredeixen els nois que tenen problemes familiars, o que viuen en barris marginals.* Fals. S'ha demostrat que el maltractament es dona en tots els centres i en tots els nivells socioeconòmics, de la mateixa manera que altres tipus de maltractament també es donen en totes les capes socials.
7. *Les víctimes són persones febles i dèbils.* No és cert. Tothom pot ser víctima en un moment donat. El grup tolera malament la diferència i qualsevol motiu discrepant pot convertir una persona en objectiu d'agressions (tenir les orelles grans, dur ulleres, ser d'una altra ètnia, vestir, fer o pensar de manera diferent, ser molt estudiós i aplicat en un entorn que "passa", etc.).
8. *Quan els altres nens es barallen més val no ficar-s'hi i mantenir-se en una posició neutral.* No és cert, davant de situacions de maltractament no hi ha posicions neutrals. L'espectador esdevé còmplice des del moment en que no actua ni denuncia la situació. No és només un problema entre agressor i agredit; sovint es busca impressionar el grup i és el grup qui pot aturar-ho.

9. *Cal castigar els nens que agredeixen, així deixaran de fer-ho.* Fals, el càstig és una de les possibilitats d'actuació després que un nen que n'ha agredit un altre, però ni és la primera opció que cal considerar ni és la més eficaç. Fins i tot en els casos més flagrants, l'agressor sovint creu que la víctima es mereix el que li passa, per tant el càstig, generalment li provocarà un sentiment d'injustícia que farà que busqui la revenja a la primera ocasió.
10. *Només la víctima necessita ajuda.* No és cert, l'agressió sistemàtica pot tenir conseqüències molt greus per a les víctimes, però els agressors també necessiten ajuda. Moltes vegades l'agressió és l'única manera que tenen de relacionar-se amb els altres i necessiten aprendre noves formes de relació.

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.