



PROTOCOL DE BULLYING **ESCOLA PUIGCERVER**

Equip Psicopedagògic

Anna Tuset Masdeu
Cristina Robert Ventosa



www.escolapuigcerver.cat



c/ Astorga, 13
43205 REUS Baix Camp
Tel. 977 75 69 31 Fax. 977 75 60 33
escolapuigerver@xtec.cat
www.escolapuigerver.cat

ÍNDEX

1. QUÈ ÉS EL BULLYING? QUINS TIPUS DE BULLYING HI HA?	4
2. VIOLÈNCIES SILENCIADES.	5
3. ESTRATÈGIES DE PREVENCIÓ	5
A. ESTRATÈGIES PER LES FAMÍLIES	6
B. ESTRATÈGIES PER DOCENTS I PERSONAL NO DOCENT.	6
C. ESTRATÈGIES PER A L'ALUMNAT	7
I. Bateria d'accions d'observació.	7
II. Bateria d'accions de prevenció.	7
III. Bateria d'accions de prevenció perquè els assetjadors demanin ajuda (APA)	9
IV. Bateria d'accions per augmentar la seguretat a l'escola i l'entorn.	9
4. ESTRATÈGIES D'ACTUACIÓ I INTERVENCIÓ. (EAI).....	10
A. ELS TRES ENFOCS: MORALISTA, LEGALISTA I HUMANISTA	11
B. EL MÈTODE PIKAS	12
C. ESTRATÈGIES PER A L'ASSETJADOR. (EAI).....	13
I. Remarcar les conductes que sumen.....	13
II. Ensenyar perfils de lideratge	13
III. Copiar models de lideratge	13
IV. L'efecte mirall	13
V. Mecanismes per dialogar	14
VI. Gestionar la ira.....	14
VII. Potenciar l'empatia.....	14
D. ESTRATÈGIES PER LA VÍCTIMA. (EAI).....	14
E. ESTRATÈGIES PER ALS CÒMPLICES D'ASSETJAMENT. (EAI)	14
5. ESQUEMA DELS PASSOS A SEGUIR QUAN S'HA D'OBRIR EL PROTOCOL 'ASSETJAMENT A L'ESCOLA ...	15
6. ANNEXOS.....	17

1. QUÈ ÉS EL BULLYING? QUINS TIPUS DE BULLYING HI HA?

El bullying és un maltractament psicològic entre iguals que implica una conducta de persecució física i/o psicològica per part d'un alumne o grup d'alumnes contra un altre alumne o grup d'alumnes que acaben rebent atacs repetitius.

No es tracte d'un conflicte entre iguals que apareix de forma casual, sinó que és una situació que es repeteix i de la qual la víctima no en pot sortir per si mateixa. Conseqüentment, es desencadenen en la víctima una sèrie d'efectes negatius: angoixa, quadres depressius, estrès posttraumàtic infantil, etc.

Per altra banda, trobem el ciberbullying, que implicaria que aquest assetjament es realitza a través de les eines tecnològiques i sembla ser que aquest tipus d'assetjament pot tenir conseqüències més greus que l'assetjament físic. En aquest cas l'agressor utilitza l'anonimat i això pot portar a la víctima a desconfiar de tothom. A més a més, cal recordar que la xarxa pot tenir un efecte expansiu, fet que fa que l'acció adquireixi una dimensió exponencial.

És important destacar que el bullying no significa només agressió física, segons l'estudi d'Oñate i Piñuel, la violència física representa un 10% dels comportaments d'assetjament, mentre que altres tipus de violència representen el 90%. Tenint en compte això, hi ha diferents formes d'assetjament entre iguals, i podem diferenciar entre l'assetjament de forma directa o indirecta. En la forma directa la víctima s'adona que li estan fent mal, en canvi, en la forma indirecta, la víctima percep que alguna cosa no va bé, però no acaba de saber què està passant ni qui n'és el responsable, aquest fet pot ser molt desestabilitzant, ja que no identificar qui t'està fent mal pot acabar fent dubtar a la víctima de les seves pròpies percepcions.

Tipus d'assetjaments

Naturalesa	Forma	
	Directa	Indirecta
Física	Donar empentes Pegar Amençar amb armes...	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...
Digital	Trucades i missatges de text e-mails Fotografies i vídeos tramesos directament Participació en xats	Comentaris, fotografies i vídeos penjats a les xarxes socials de forma anònima. Suplantació de personalitat per enviar o publicar material comprometedor
Exclusió social	Excloure No deixar participar...	Ignorar Fer com si fos transparent...

2. VIOLÈNCIES SILENCIADES.

La majoria d'escoles no són espais segurs. En qualsevol centre educatiu hi ha persones que saben relacionar-se positivament, però d'altres no en saben i generen situacions de violència i mal tracte dins i fora de les aules.

Per poder contribuir a crear un Projecte de convivència eficaç cal desmuntar qualsevol situació de violència que tingui lloc a dins de l'escola. Moltes són fàcils d'identificar, però hi ha un tipus de violència silenciada que s'ha convertit en un fet normalitzat per a l'alumnat. Per exemple, quan a l'hora de formar equips un alumne és l'últim a ser escollit pel seu color de pell, pel seu origen ètnic o per la seva identitat sexual; estem parlant de violència invisible. Per tant, d'una banda cal donar visibilitat a allò que fins ara havia estat silenciada i d'altra, cal focalitzar-nos en el bon tracte.

Quan posem paraules als temes silenciats, permetem que els alumnes pensin i, conseqüentment, els encoratgem a tenir un criteri propi, amb la qual cosa seran més lliures de construir la seva realitat. Tot allò que no verbalitzem d'una forma normalitzada dins l'aula, serà susceptible de generar culpa i, per tant, causarà dolor. El nostre silenci, en lloc de protegir els alumnes, els posa en una situació d'indefensió.

Per exemple, quan siguem capaços de dir la paraula "immigrant" o "gitano" a dins de l'aula i verbalitzar-la com un tema normal, els alumnes podran construir la seva identitat de forma positiva. Si, en canvi, l'única resposta que obtenen és el silenci, continuaran construint la seva identitat a partir del que escoltin i vegin fora de l'escola.

Altres exemples de violències silenciades són les referides a persones amb orientacions i identitats sexuals minoritàries o la masculinitat tradicional.

A Catalunya, la Llei per a la igualtat de tracte i la no-discriminació penalitza qualsevol tipus de conducta que discrimini les persones per raó de religió o conviccions, capacitat, discapacitat, edat, origen ètnic, sexe, o orientació sexual. Es tracta d'una regulació comuna que a l'escola també s'hauria de fer pròpia per tal d'erradicar el racisme i qualsevol forma de persecució que atempti contra la igualtat i la dignitat de les persones.

3. ESTRATÈGIES DE PREVENCIÓ

Cal tenir en compte certes actituds o pràctiques que es duen a terme en els centres educatius i amb les quals, sense adonar-nos-en, podrien estar perpetuant situacions de bullying. Alguns errors habituals són:

1. Oblidar alguna de les parts implicades. Tot sovint creiem, erròniament, que el conflicte només existeix entre la víctima i l'agressor, sense tenir en compte que l'entorn també hi exerceix una influència. Aquest fet impedeix que les persones del grup s'adonin que tenen una capacitat d'actuació i que el benestar de la resta de companys també depèn d'elles.
2. Trivialitzar l'assetjament. Algunes persones, ja sigui en l'àmbit familiar o l'escolar, no creuen que les situacions de mal tracte siguin suficientment importants per abordar-les. Excusant-se en la idea que la violència és inherent a les relacions humanes, entenen que davant d'aquest fet només es poden resignar. Els missatges del tipus "són coses de nens" "és millor no implicar-s'hi", "si una persona t'insulta no li facis cas", "hauries d'aprendre a defensar-te" etc...no ajuden a solucionar el problema, sinó el cronifiquen. El que s'aconsegueix amb tots aquests missatges és convertir les víctimes d'assetjament en indefenses.... o bé fer que decideixin actuar violentament per defensar-se.
3. Culpar la víctima. Això s'anomena "error bàsic d'atribució", ja que la víctima no és, sota cap circumstància, la culpable de l'assetjament.

Correspon a l'escola vetllar per la integritat dels seus membres, oferint espais segurs i de tolerància zero davant el maltracte.

És innegable que la violència l'aprenem des de ben petits: en la televisió, en els contes, en els comportaments dels adults, en els mitjans de comunicació etc...Tot i així, de la mateixa manera que s'aprèn, també es pot desaprendre.

LES ACCIONS DE PREVENCIÓ ENVERS EL BULLYING es poden dividir en tres categories bàsiques segons els destinataris:

A. ESTRATÈGIES PER LES FAMÍLIES

Cal que les instiguem a adoptar una actitud proactiva en favor del bon tracte i que detectem comportaments en l'entorn familiar que podrien ser indicis d'alguna cosa més greu. Els pares, com a responsables principals de l'educació dels seus fills, són grans aliats per allunyar el mal tracte de les aules.

1. **Enviar una missatge**, en forma de carta, en la qual s'informi sobre el compromís quant a la tolerància zero envers el mal tracte.
2. **Enviar un vídeo** en el qual s'expliquin els conceptes de bullying i cyberbullying. El vídeo pot resumir d'una forma molt visual la posició de l'escola de tolerància zero vers el mal tracte. El podem trobar per internet o fer-lo nosaltres mateixos, o fins i tot, fer-lo amb l'alumnat com a projecte col·laboratiu.
3. **Reunions de principi de curs**, demostrant la preocupació per aquest tema per part de l'escola i la voluntat de no tolerar la violència ni dins ni fora de l'aula.

B. ESTRATÈGIES PER DOCENTS I PERSONAL NO DOCENT.

Cal sensibilitzar tot el personal de l'escola de la posició de tolerància zero envers la violència. Tant personal docent com no docent: monitors de temps d'esbarjo, monitors de menjador, etc....

1. Els adults que treballen a l'escola han de ser conscients que qualsevol persona pot ser assetjadora, ja que, davant una situació que es considera injusta, tots acostumem a reaccionar d'una forma més o menys alterada. La diferència rau en si tenim o no tenim eines per gestionar aquesta ràbia i evitar convertir-la en una acció violenta envers els altres. Cal conèixer la diferència entre disciplina i mal tracte.
2. Els adults que treballen a l'escola han de ser conscients que qualsevol persona pot ser víctima de mal tracte. Tot i que a vegades, pensem que un cert tipus de persona és més propensa a patir maltractament (nens més petits, amb menys habilitats socials, amb alguna característica que els faci diferents), s'ha de tenir present que qualsevol infant o jove pot ser víctima d'assetjament escolar. En general, cal organitzar sessions destinades a parlar envers el mal tracte, que arribin tant a personal docent com no docent.

C. ESTRATÈGIES PER A L'ALUMNAT

L'aula, tots els espais de l'escola i l'entorn han de convertir-se en espais segurs on es doni recolzament a totes les persones de la comunitat educativa. Anem a enumerar una sèrie d'accions per a l'alumnat:

I. Bateria d'accions d'observació.

a. Accions per identificar espais i situacions de risc.

- Observar en quins espais i situacions hi ha risc de violència. S'insisteix en la necessitat d'observació no només en el punt de vista del docent, sinó de qualsevol adult que treballi a l'escola. Esbarjo després de dinar, fila, menjador etc.....
- Elaborar contrapropostes. Un cop identificats els espais i moments, el claustre ha de tenir planificades activitats estructurades que puguin evitar qualsevol tipus de situació violenta. Per exemple, els dies de pluja és millor fomentar el treball cooperatiu o explicar formes de jugar que siguin col·laboratives.
- Bústia de missatges. Deixar dins l'aula una bústia perquè els alumnes hi posin missatges que escriguin als seus companys. Intentarem aprofitar aquesta informació per parlar de situacions que s'hagin de resoldre donant-los un enfocament positiu i evitar que els missatges s'utilitzin com a forma de venjança.

b. Accions per definir el mal tracte entre l'alumnat (APA)

Un cop s'hagi dut a terme una observació, caldrà treballar què implica veritablement el mal tracte.

- Definir el maltractament. Per lluitar contra el maltractament, abans al definir-lo. Proposem animar els alumnes a escriure'n una definició individual. Per exemple: com creieu que se senten els companys que reben insults?, com creieu que se senten els companys que diuen insults?, com creieu que se senten els companys que veuen com un company insulta a una altre?.....
- Descriure situacions injustes del passat sense identificar la persona. Podem animar als alumnes que escriguin anècdotes o records de situacions que hagin viscut com a injustes a l'escola sense escriure el nom de l'agressor. Es tracta d'accions de "sensibilització".

II. Bateria d'accions de prevenció.

a. Accions per dur a terme dins l'aula (APA)

Els alumnes han de saber que tots són participants del clima i l'harmonia de la classe i que tots han de treballar per ser feliços dins l'aula. Tenint en compte aquesta idea:

1. Dur a terme un projecte del bon tracte

Hi ha tres activitats a realitzar a l'aula que es poden realitzar en un mateix dia o en tres sessions diferents. *Veure annex 1*

2. Acabar amb la idea del rol de l'espieta

Aquesta acció consisteix a explicar als alumnes les tres normes bàsiques per trencar un secret.

- Si el secret "et fa patir", explica'l. Ningú té dret a fer-te patir.
- Si et diuen que "això és un secret i cap persona ho pot saber, explica-ho.
- Si t'assabentes d'un secret que fa patir a algú, explica'l.

Entendre en quines situacions es pot explicar un secret propicia un major intercanvi d'informació entre alumne i docent i, per tant, una detecció precoç del problema d'assetjament.

3. Aprofitar els líders positius

Els alumnes que són líders positius també poden fer un acompanyament als nens/es més vulnerables de la classe. Els poden ajudar a mantenir la calma, a relacionar-se amb altres companys, a aprendre a jugar de forma cooperativa.

4. Mecanismes per dialogar

Aquesta tècnica es pot aplicar abans que existeixi un conflicte real perquè els alumnes sàpiguen com han d'actuar davant d'aquest tipus de situacions. *Veure annex 2*

b. Accions per incrementar el benestar dels alumnes (APA)

1. Ensenyar habilitats per gestionar la ira

Els infants necessiten pautes per saber com gestionar la ira. Cal parlar-ne obertament i donar als alumnes diferents possibilitats com per exemple, demanar permís per sortir al pati a córrer, escriure el problema en un paper, dibuixar el que els agrada fins a relaxar-se etc....

2. Ensenyar habilitats per ser amic

L'escola és l'espai de socialització per excel·lència, però sovint els alumnes no saben com relacionar-se. Per ajudar-los, els podem explicar que:

- Han de ser proactius, és a dir, que han de ser ells qui busquin altres companys i els preguntin alguna cosa tant senzilla com "hola, vols jugar?".
- Han de mostrar interès pels seus amics preguntant-los coses com "on vols anar de vacances?", "tens germans?" etc....
- Han d'obrir-se i parlar d'aspectes personals.
- Han de ser amables i respectuosos.

3. Fomentar l'empatia emocional

L'empatia emocional és bàsica com a eina de prevenció. Per fomentar-la, podem preguntar als alumnes com se sentirien en diferents situacions. Per exemple:

- Com t'agradaria que et tractessin?
- Com et sentiries si ningú volgués jugar amb tu?
- Com et sentiries si cada dia arribessis a l'escola sense esmorzar?
- Com et sentiries si algú et criticqués constantment?
- Què podríem fer si arribés algú nou a la classe?
- Com li podríem donar la benvinguda?
- Què podríem fer si a algú li prenen l'esmorzar?

4. Encoratjar l'agraïment

És molt recomanable dedicar uns minuts diaris, abans de marxar de l'escola, a l'agraïment. Es pot donar gràcies a una persona, a un fet que hagi passat, a una actitud etc.... Per fer-ho podem formar una rotllana i que cadascú, per torns, doni les gràcies a algú o agraeixi alguna cosa que hagi succeït.

5. Aprendre a no auto-boicotejar-se

Els alumnes han de saber mantenir converses positives amb sí mateixos. De res serviria rebre molts comentaris positius de l'exterior si dins seu només hi hagués pensaments negatius que el fessin perdre confiança.

6. Identificar les pròpies virtuts

És bo que els alumnes tinguin una bona autoestima i siguin conscients que, malgrat les possibles diferències, tots tenen grans qualitats. Es pot demanar als alumnes que completin la frase: Em dic _____ i soc bo en _____.

7. Expressar les virtuts dels altres

És important que els alumnes sàpiguen valorar qualitats dels companys. Es pot realitzar amb dinàmiques a l'aula com escriure en un paper, virtuts del company del costat.

8. Buscar models positius d'homes i dones

És important oferir als alumnes models positius d'homes i dones que, per la forma com es relacionaven amb els altres, val la pena que coneguin.

III. Bateria d'accions de prevenció perquè els assetjadors demanin ajuda (APA)

a. Utilitzar metàfores o contes

Explicar que quan algú té odi cap a una altra persona, qui viu amb odi és ell mateix. I que mentre dins seu hi hagi odi, necessitarà ajuda.

b. Exercicis d'autoobservació.

L'assetjador empra la violència com a forma d'alliberar-se del seu propi dolor. Cal fer-lo reflexionar: "el resultat de les teves accions és positiu?", "l'altra persona està contenta?", "tu estàs content?", "el que fas millora la convivència general o l'empitjora?", "com et sents?". L'observació dels resultats l'ajudarà a entendre que pot demanar ajuda.

c. Alternatives de conducta diferent

Podem demanar a l'assetjador que busqui tres formes diferents d'actuar davant d'una mateixa situació. Així podrà veure quines serien les conseqüències dels seus actes i diferents alternatives per decidir la seva conducta.

d. Explicar el propi patiment

És important incidir en la idea que quan algú se sent malament, culpable, tens etc..., demanar ajuda es converteix en una cosa tan normal com quan ens fem mal físic. Demanar ajuda és un acte de saviesa. Fer-ho evitarà que tinguem la necessitat de maltractar als altres.

e. Recursos de suport fora del centre

Cal tenir molt present quan cal derivar un alumne a un centre extern a l'escola.

IV. BATERIA D'ACCIONS PER AUGMENTAR LA SEGURETAT A L'ESCOLA I L'ENTORN.

a. Tutoria entre iguals.

L'objectiu d'aquesta proposta és que cada alumne tingui un tutor d'un curs superior. Es tracte d'un "germà gran" amb qui tindran contacte periòdic i a qui podran preguntar o explicar qualsevol dubte o temor.

b. Crear una xarxa de confiança

És positiu que tinguem un llistat de persones i espais (psicòlegs, esplais, logopedes, etc..) on puguem derivar els alumnes que tinguin algun problema important.

c. Potenciar la senyalística

La senyalística d'una escola és bàsica: ajuda els alumnes a recordar els valors del centre, la manera de funcionar, els llocs on poden accedir i on no, les normes de convivència, etc... Per dur-ho a terme podem demanar als companys de classe que pensin un lema: "En la nostra escola volem.....", "en la nostra aula volem....." Es poden fer diversos lemes que es plasmaran en cartells, poemes, pòsters....per crear vincles de respecte i tolerància entre ells.

d. Missatges positius fora de l'aula

També cal crear missatges positius fora de l'aula. Es pot realitzar mitjançant l'agenda de l'alumne/a o de trucades a les famílies per comunicar aspectes positius dels alumnes.

e. Fer jocs de rol

Permeten trencar la passivitat i reforçar l'empatia emocional.

- Si esteu jugant al pati i un nen us pren la pilota i no us la vol tornar, què hauríeu de fer?
- Si algú et fa xantatge perquè li donis l'entrepà, què hauries de fer?
- Si algú s'inventa que un company es fa pipí al llit, què hauries de fer?
- Si algú es riu d'una altra persona pel seu aspecte físic, què hauries de fer?
-

f. Infants i joves mediadors

La mediació també és adequada per resoldre conflictes petits en els quals, sense que hi existeixi maltractament com a tal, sí que podem començar a percebre-hi un cert grau de violència. Sempre que aquests conflictes siguin entre iguals, podem formar infants i joves mediadors per ajudar a la resolució de conflictes.

4. ESTRATÈGIES D'ACTUACIÓ I INTERVENCIÓ. (EAI)

Confiar únicament en la prevenció no és la millor opció. Hem de ser conscients que, tard o d'hora, el bullying apareixerà i que en aquell moment haurem de tenir eines i estratègies per abordar-lo de forma eficaç. La solució idònia és una combinació d'ambdues estratègies (accions de prevenció i accions d'actuació) per tal de reduir de forma notòria les situacions de violència escolar.

Quan ens plantejem les estratègies d'actuació davant del bullying hem de tenir en compte diferents enfocaments. Podem utilitzar un enfocament moralista, un enfocament legalista o un enfocament humanista.

A. ELS TRES ENFOCS: MORALISTA, LEGALISTA I HUMANISTA

	Enfocament moralista	Enfocament legalista	Enfocament humanista
Claustre	El claustre adopta una actitud moralista amb frases del tipus “demana perdó”, “pensa què ha passat i després m’ho expliques”...	Es planteja la situació amb conseqüències o càstigs. Es té la visió que assumir les conseqüències és reparador.	Aquest enfocament busca un canvi conscient i voluntari en la conducta de l’assetjador després de transformar la forma que té de percebre el món. S’intenta descobrir quines són les dificultats de relació sense jutjar a l’assetjador i s’intenta comprendre a l’assetjador, a la víctima, els implicats i a aquells que tot i no participar-hi directament en són testimonis.
Assetjador	Se li demana l’exemplificació d’una sèrie de valors morals, però ell no n’assumeix la responsabilitat ni s’aborda l’arrel del problema.	Té clares quines són les repercussions dels seus actes, però també sap que quan s’acabi el període de càstig, podrà tornar a actuar lliurement. Pot acabar creant tolerància al càstig o que busqui venjança si ho viu com alguna cosa injusta.	L’assetjador modifica la seva conducta i la seva forma de pensar perquè comprèn el què li passa. Entén que substituir una víctima per una altra, no solucionarà la seva realitat.
Víctima	La víctima pot pensar que comunicar el mal tracte no té conseqüències reals, perquè el que demanem a l’assetjador és que demani perdó i poc més.	Després de complir el càstig, l’assetjador pot continuar amb el mal tracte cap a la víctima. Aquest fet pot fer que la víctima pensi que demanar ajuda no serveix de res.	El fet de solucionar la seva relació amb l’assetjador permet que millori la convivència i que la víctima confii amb l’escola i que se senti segura.
Classe	Normalment no es fan accions en el grup classe, perquè es considera que no estan implicats en la situació. En algun cas es fa una reflexió moral.	En principi no s’actua amb el grup classe perquè no es considera que formin part del conflicte, en tot cas, se’ls pot fer saber el càstig que s’ha aplicat perquè serveixi d’exemple.	Es busca implicar tota l’escola. Es considera l’escola com una unitat, per tant, a més a més de saber què ha succeït, plantegen la forma com podrien recolzar el canvi. Es tracta d’un exercici de corresponsabilitat.
Opinions	Es parla d’aquest enfocament com una aproximació parcial al problema.	Pot significar que la posada en pràctica sigui aplicar el mateix càstig, sense tenir en compte els detalls del problema.	Es parla de la dificultat que pot aparèixer de vegades de comprendre a l’alumne assetjador sense jutjar-lo ni criticar-lo.
Contravisió	Es fa un treball més superficial ja que es deixa de fer tot un treball emocional.	Aquest enfocament tampoc aprofundeix en l’arrel del problema, no es treballen els aspectes emocionals.	Aquest enfocament necessita temps per donar el seu fruit. Demana certa implicació emocional per part de la comunitat educativa i serà positiu que el professorat tingui formació específica d’escola activa, de dinàmiques de grup, etc.

A l'hora d'actuar intentarem canviar la conducta de l'alumne, per tant, intentarem canviar la seva visió del món (enfoc humanista), però a la vegada, també és fonamental que aprengui els valors que li volem transmetre perquè els pugui adoptar en el seu comportament (enfocament moralista).

Per poder actuar utilitzant aquestes idees i enfoc humanista i moralista, ens podem centrar en un mètode de nom Mètode Pikas o mètode de preocupació compartida o mètode de repartiment de responsabilitats. Veure annex 3 i annex corresponent.

B. EL MÈTODE PIKAS

Aquest mètode està destinat a alumnes d'entre 9 i 16 anys, creat pel professor suec Anatol Pikas.

Es pretén que, a partir d'entrevistes individuals, tots els involucrats (víctima, assetjador, còmplices i altres companys) comparteixin la preocupació per la situació d'assetjament i busquin propostes per donar suport a la víctima.

Es fa a través d'unes entrevistes individuals i al final de tot el procés, d'una assemblea grupal. Per poder començar amb aquestes entrevistes necessitem primer reunir suficient informació per saber en quin punt es troba la situació d'assetjament i també les persones que hi estan implicades.

Aquest mètode consta de 3 fases:

1. Entrevistes individuals amb cada alumne involucrat, començant pel líder agressor, passant pels observadors i última entrevista, la víctima. En aquesta fase és important que no hi hagi comunicació entre els alumnes que seran entrevistats. S'informarà al grup de la realització de les entrevistes i s'aniran cridant d'1 en 1. Les entrevistes no han de durar més de 7-10 minuts. (veure annex 3).
2. Entrevistes de seguiment amb cada alumne que es faran una setmana després de les primeres entrevistes. Es faran les entrevistes de seguiment també de forma individual i es preguntarà si ha millorat la situació de la víctima. Es valorarà si s'estan complint els pactes als que s'havia arribat a les primeres entrevistes. Es fixarà l'assemblea conjunta.
3. Assemblea de grup. La primera reunió grupal es farà amb els agressors i els còmplices o observadors, en aquesta reunió es pregunta si la situació ha canviat i què és el que cal seguir fent per evitar que torni a aparèixer el mal tracte. És necessari que apareguin característiques positives de la víctima i que el grup mostri voluntat de canviar. Quan aquesta reunió resulta positiva, es passa a pactar una reunió on també hi haurà present la víctima. En aquest cas, cada agressor en ordre expressarà de forma sincera la seva opinió i el mestre preguntarà a la víctima si té alguna cosa a dir sobre el que s'està dient. Participarà tothom. L'objectiu del mestre serà que s'arribi a un acord per acabar amb la situació. Aquesta reunió no durarà més 30 minuts. Finalment, i molt important, quan s'arriba a l'acord, es pregunta què és el que es farà si algú no manté la promesa que ha fet, acordant noves accions i permetent així que els observadors puguin denunciar que algú no compleix l'acordat.

Ara bé, en tots aquells casos en què les accions no donin el seu fruits, haurem de recórrer a la sanció o a l'expulsió (enfoc legalista), i tot i que hauria de ser la última opció, també hem de tenir-la present.

Tenim diferents possibilitats:

- **Aïllament:** l'inici i el final de l'aïllament el marca el docent, és un espai per reflexionar, per tant, no és un espai per avançar feina ni tampoc per discutir o dialogar. L'aïllament no és negociable, l'alumne l'ha de complir tal i com el docent ha decidit. Un cop acabat el temps d'aïllament, és important que no li recordem el temps que ha estat aïllat, sinó més aviat, que pugui prendre consciència del què ha fet, sense jutjar-lo ni criticar-lo. L'objectiu de l'aïllament és que l'alumne, a través de la reflexió es faci responsable dels seus actes i per tant, que pensi com actuarà en el futur quan es trobi en una situació que li provoqui el mateix que li ha provocat la situació actual.
- **Treure privilegis**
- **Pla individual:** podria tenir un pla individual de feines o tasques que podrien ser reparar objectes, netejar espais, dedicar temps a fer alguna cosa que millorés l'escola o les seves instal·lacions, ajudar en els servies, ajudar a la comunitat...etc.

- **Allunyar l'assetjador:** canviar de classe l'assetjador o allunyar-lo de la víctima. Tot i això, hem de tenir en compte, que sense solucionar el problema, podria seguir-se donant el mal tracte en els espais comuns.
- **Expulsió temporal i expulsió definitiva:** es pretén protegir a la víctima, dissuadir altres alumnes d'utilitzar la violència i modificar la conducta de l'assetjador. Hi ha certes conductes que s'han de comunicar a la policia o al Departament d'Ensenyament.

C. ESTRATÈGIES PER A L'ASSETJADOR. (EAI)

Qualsevol persona que agredeix algú necessita ajuda. Hem de concebre el conflicte com una situació en què algú que busca com cobrir les seves necessitats ha decidit emprar la violència com l'opció més sàvia. No hem de justificar la seva acció però sí tenir una mirada constructiva i recolzar-lo perquè pugui modificar la seva conducta.

Es refereix a una sèrie d'accions encarades al reforçament positiu de la conducta quan sabem, per exemple, que hi ha un alumne a l'aula que acostuma a exercir la violència com a mecanisme de relació.

Les estratègies de reforçament positiu de la conducta són:

I. Remarcar les conductes que sumen

Un assetjador no exerceix la violència tot el temps ni envers totes les persones. Una acció molt recomanable és buscar aquells moments en que té una conducta positiva i remarcar-la.

II. Ensenyar perfils de lideratge

Els infants i joves que utilitzen la violència no saben com canalitzar la seva energia de forma adequada ni com potenciar-la positivament sense que es converteixi en mal tracte.

És aconsellable oferir-los uns ítems de lideratge positiu:

- o Col·laborar en projectes solidaris (ONG, escolars etc...)
- o Admetre errors.
- o Mostrar els propis sentiments, fins i tot, quan aquests podrien semblar de feblesa.
- o Mostrar interès pels companys.
- o Preocupar-se per la seguretat de les persones al seu voltant.
- o Buscar formes diferents (alternatives) de fer les coses.
- o No tenir respostes automàtiques (liderar sobre un mateix).
- o Servir a altres persones.
- o Aprendre per poder millorar.
- o Tenir paciència.
- o Acceptar que les altres persones tenen ritmes i interessos diferents dels seus.
- o Mostrar amabilitat i altruisme.

III. Copiar models de lideratge

Cal preguntar a l'assetjador per aquelles persones a les quals li agradaria assemblar-se. Si són persones amb una conducta positiva, hem d'animar-lo a seguir el mateix model, fer-li entendre que ell pot convertir-se en la persona que admira.

IV. L'efecte mirall

A aquells nens i joves que tenen molta tendresa però tenen dificultats de relació amb els altres, podem animar-los a tenir cura del alumnes més petits. Per exemple, podrien vigilar si s'acaben l'esmorzar a l'hora de pati, esperar que els vinguin a buscar a la sortida de l'escola etc.. Cal fer-los conscients que aquelles eines que empren amb els més petits, també poden utilitzar-les amb els seus iguals.

V. Mecanismes per dialogar

L'alumne que empra la violència no se sent feliç ni útil dins la comunitat educativa. Per això, és bàsic dialogar amb ell mitjançant preguntes del tipus “com podries sentir-te bé?”, “com podries sentir-te útil?”, “què podries aportar als altres?”, “com pots sentir que tens un lloc a l'escola sense necessitat d'agredir?”.

VI. Gestionar la ira

Saber gestionar la pròpia ràbia és fonamental per a l'alumnat. Hem de tenir present que bona part de les accions violentes neixen de forma automàtica i que, per tant, saber-les detectar a temps pot significar aturar el futur maltractament. Cal donar eines per saber detectar quan estan començant a perdre els nervis i què convé fer quan això succeeix. Se'ls pot ensenyar a tenir un diàleg positiu intern amb frases del tipus “encara que vulgui parlar, puc callar fins que estigui calmat”, “puc tenir les mans quietes”, “puc parar ara i pensar el que vull dir, i un cop ho hagi parlat amb una persona de confiança ja comentaré el que vull fer”, etc....

VII. Potenciar l'empatia

Tenir empatia significa posar-se en el lloc de l'altre, entendre els seus sentiments i el seu dolor. Quan un alumne assetjador adquireix aquesta consciència, la necessitat d'emprar la violència s'esfuma, perquè comprèn la magnitud dels seus actes. Per exemple, podem demanar a la víctima que escrigui un llistat d'accions que hagi viscut com a negatives durant l'assetjament i després mostrar-lo a l'agressor i preguntar-li: “i tu, com et sentiries si algú et fes això?”.

D. ESTRATÈGIES PER LA VÍCTIMA. (EAI)

S'ha d'intentar poder donar recolzament a la víctima també dins de l'aula. S'ha d'intentar crear espais de seguretat i confiança en tots els punts de socialització de la víctima.

Assignar persones que vetllin pel seu benestar: es tractaria de demanar als líders naturals que tenen integrats un certs valors morals que poden beneficiar a l'alumne assetjat que puguin fer un acompanyament a la víctima, que parli amb ella i que cada dia li preguntin pel seu estat per tal que senti un recolzament directe en el seu entorn més proper (aula).

També hem de tenir present quin tipus de suport donem en aquells casos en què la víctima presenta un quadre d'estrès posttraumàtic greu. Es recomana per aquest motiu, una observació prolongada de la víctima i estar alerta a qualsevol possible indici de vulnerabilitat per fer la derivació pertinent a l'especialista, fora del centre, si fos necessari.

E. ESTRATÈGIES PER ALS CÒMPLICES D'ASSETJAMENT. (EAI)

Tota la comunitat educativa ha de donar recolzament perquè es produeixi un canvi d'actitud per part dels implicats en l'assetjament.

Per aconseguir-ho, l'aula es concep com un espai de diàleg i reflexió. Tothom ha de tenir clar què es considera mal tracte físic, verbal o social. És important fer aquest treball perquè de vegades els alumnes no detecten que amb la seva conducta també estan agredint. Cal despertar l'empatia.

Es poden posar exemples (històries reals, vídeos de Youtube, pel·lícules...) però també proposar situacions de rol playing, on s'observin els tres perfils de forma clara. Els còmplices han de poder veure que la seva actitud dificulta que la víctima pugui ser capaç de demanar ajuda. D'aquesta manera, podran ser capaços de canviar la conducta en la direcció d'adquirir un nou rol, el de la persona que denuncia l'assetjament i dona suport a la víctima.

5. ESQUEMA DELS PASSOS A SEGUIR QUAN S'HA D'OBRIR EL PROTOCOL D'ASSETJAMENT A L'ESCOLA

Una vegada hi ha sospita d'una situació d'assetjament a l'escola s'han de seguir diferents passos.

1. Recollir informació a través de l'entrevista als alumnes implicats (víctima i assetjador/s) i al grup d'observadors. És adient que, aquestes entrevistes les faci una persona objectiva als fets.
2. Direcció ha d'obrir el protocol d'assetjament informant a l' Inspector de zona.
3. Entrevista a les famílies dels alumnes implicats per explicar que hi ha la sospita dels fets i que l'escola activa el seu protocol per aclarir exactament què ha passat i decidir les mesures que es prendran.
4. Una vegada ja es té la informació necessària, es passarà a aplicar mesures d'urgència per l'alumne assetjat, per l'assetjador i també per les respectives famílies.
5. S'aplicaran mesures de protecció per l'alumne assetjat en el cas que sigui necessari.
6. Es passa a aplicar les mesures de caràcter sancionador a l'assetjador o assetjadors si es creu necessari. Es seguirà treballant a nivell de relació amb els alumnes decidint les necessitats educatives per aplicar.
7. Tan aviat com s'han pres les mesures anteriors, Direcció ja pot tancar el protocol d'assetjament, informant de nou a l'Inspector de zona.
8. Es passarà a fer una detecció de les necessitats educatives utilitzant el Mètode Pikas (fase 1) a través de les entrevistes, de tal manera, pactarem amb l'assetjador quines seran les accions que portarà a terme per canviar la situació en la que ens trobem i el mateix farem amb la víctima.
9. Col·laboració i compromís amb les famílies tant de l'alumne assetjat com de l'alumne assetjador.
10. Reconeixement, acceptació i reparació del dany, passada una setmana de les primeres entrevistes es tornaran a fer les entrevistes per fer un seguiment de si han sigut capaços de complir amb el que havíem pactat i si és així, podem passar a fer la sessió amb tota la classe conjuntament i seguir avançant en el procés del Mètode Pikas (fase 2 i fase 3).
11. Pràctiques reparadores i restauratives, seguir endavant amb el Mètode Pikas de manera que la conducta de l'assetjador vagi canviant i la situació es vagi restaurant i reparant. El grup segueix tenint un paper molt important en tota aquesta situació.
12. Seguiment del cas, s'haurà d'anar fent setmanalment a l'inici i cada vegada de forma més espaiada en el temps. (Mètode Pikas)

(APA)- Activitats de prevenció a realitzar a l'aula (assemblea per exemple) de forma periòdica durant el curs. Citat a l'índex.

(EAI)- Estratègies d'actuació i intervenció a realitzar en cas d'assetjament. Citat a l'índex.

ANNEXOS- Aquesta carpeta és de recursos generals tant de prevenció com d'intervenció a nivell d'aula i també de l'entorn escolar.

BIBLIOGRAFIA

- Escoles segures: estratègies per prevenir i afrontar el bullying. Curs impartit pel Campus virtual Prisma.
- Protocol de bullying del Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya.

Anna Toset Masdeu
Cristina Robert Ventosa

Psicòlogues Escola Puigcerver.
Abril 2020

6. ANNEXOS

ANNEX 1

Activitat/sessió 1

D'entrada, hem de preguntar als nens **quins comportaments no els agradaria rebre per part d'altres companys**. Quan ho tinguin decidit, els escriuran en targetes que penjarem a la pissarra perquè tots puguin llegir les aportacions dels altres. Decidiu vosaltres si preferiu donar-los exemples de conductes perquè els serveixin de model o bé donar-los temps perquè pensin per si mateixos diversos tipus d'assetjament. A tall d'exemple, podrien escriure comportaments com els següents:

- Que parlin malament de la meva família.
- Que no em deixin jugar a l'hora del pati.
- Que em diguin un malnom.
- Que m'enganyin.
- Que m'ignorin.
- Que es faci un comentari groller sobre mi.
- Que em peguin.
- Que em trenquin les coses.

Un cop tots els alumnes ho hagin anotat i penjat a la pissarra, caldrà agrupar les targetes per categories, és a dir, formar núvols de conceptes que englobin una mateixa conducta, com ara: bloqueig, coacció, exclusió, intimidació, agressió física, amenaces... És important que el títol sorgeixi dels mateixos alumnes. Nosaltres els podem guiar i ajudar a agrupar-los, però ells haurien de poder explicar-ho amb les seves paraules.

D'aquesta manera comprendran amb molta més profunditat el tema i l'integraran com a propi.

A continuació, els donarem tres adhesius (amb els nens més petits poden ser gomets, i amb els més grans poden ser icones del Facebook amb el polze cap amunt o cap avall) que hauran de col·locar en aquelles categories que els semblin més importants d'abordar en la seva aula. Poden posar cada adhesiu en un tema diferent, posar-ne dos en un tema i el tercer en un altre, o bé posar els tres en un mateix tema. Recordem que cada aula és diferent, de manera que un tema que podria ser rellevant per a una pot no ser-ho per a una altra, i aquí rau l'èxit de la prevenció eficaç: hem d'adaptar-nos a les necessitats del nostre alumnat. Finalment, fem una posada en comú per parlar sobre aquells temes que a més alumnes els hagi semblat prioritari atendre, perquè seran els que formin part de la seva realitat.

Activitat/sessió 2

Després de fer la primera activitat, hem de continuar aprofundint en les conductes de mal tracte, però no assumint-les com una cosa que s'ha de castigar, sinó com a aprenentatges. A l'escola, tots, des dels més petits fins als més grans, hi anem per aprendre. Cal remarcar que, dins l'aula, allò que busquem és que els nens que encara no saben relacionar-se correctament n'apreguin. I, al seu torn, també busquem que tota la classe sàpiga que, al marge dels continguts acadèmics, també cal aprendre a relacionar-se amb saviesa. Això ens situarà en un espai on tots aprendrem més enllà del conflicte.

Per aquest motiu, en lloc de pensar quin càstig és el més adequat, el que hem de fer és preguntar-nos: **«què podríem fer nosaltres perquè això no succeís?», «quines accions podríem fer entre tots perquè les conductes que no ens agraden desapareguessin?»**.

A partir d'aquestes preguntes, els alumnes escriuran les seves contrapropostes positives en diferents targetes que enganxaran a la pissarra perquè quedin com a recordatori. Us recomanem que cada nen tingui cinc targetes de colors diferents en les quals escrigui diverses propostes:

- Targeta blava: idees per ajudar l'assetjador.
- Targeta verda: idees per ajudar la víctima.
- Targeta groga: idees per ajudar els iguals (els companys de classe).
- Targeta lila: idees per ajudar els adults de l'escola.
- Targeta rosa: idees per ajudar les famílies.

Un cop fet, totes les targetes es penjen a la pissarra perquè la reflexió sigui compartida.

Activitat/sessió 3

L'empatia és clau a l'hora de prevenir situacions de mal tracte, ja que amb ella s'entén que el dolor aliè també és el dolor propi. Per acabar, doncs, us animem a fomentar una actitud empàtica entre el vostre alumnat.

Per fer-ho, podeu agafar les targetes blaves (propostes per ajudar l'assetjador) i preguntar als alumnes **quines conseqüències comportaria per a l'assetjador no tenir una bona conducta: «si algú té aquesta conducta, què li passaria?», «quines conseqüències podria tenir?», etc.** Recalquem que no estem buscant càstigs, sinó aprenentatges. Els errors existiran, però s'han de convertir en trampolins que ens ajudin a créixer.

D'aquesta manera s'establirà un contracte entre tots els alumnes en contra del mal tracte, cosa que es pot traduir en un llenguatge positiu i es pot plasmar, per exemple, en un cartell perquè estigui ben present en la consciència col·lectiva.

ANNEX 2

L'estratègia més apropiada per afrontar els conflictes seria la següent:

Primer es demana als dos alumnes que tenen el problema que se situïn un davant de l'altre per dialogar. Si es tracta d'un conflicte grupal, es divideixen per parelles fins que cadascú hagi resolt l'enfrontament amb tots els implicats, perquè, encara que pugui semblar que és un conflicte col·lectiu, el que hi ha és un "miniconflicte" amb cada persona que cal abordar de forma individual.

A continuació, el docent demana a un dels alumnes que escolti les necessitats que li explicarà l'altre per tal d'acabar amb el conflicte. Li podria demanar que ho fes preguntant-li, per exemple:

–Què necessaries per sentir-te bé amb aquest company i per resoldre aquest tema?

Seria recomanable que per a cada necessitat hi hagués una única explicació de poques paraules. Per a cada necessitat exposada, l'altre nen ha de dir si allò que se li està demanant és o no és just i si està disposat a fer-ho. En cas que no ho veïés just, argumentaria els seus motius.

Un cop el primer alumne ha exposat totes les seves necessitats, el docent li pregunta:

–Si tot això es complís, la vostra relació aniria bé?

Si diu que sí, passa el torn al company que estava escoltant perquè exposi ell les seves necessitats una a una (ja que és important abordar el problema idea per idea).

L'objectiu és que cadascú expliqui a l'altre què necessita perquè el tema es resolgui, perquè les seves necessitats quedin cobertes. Es tracta d'una forma de treballar l'empatia que és clau per evitar casos d'assetjament.

Un cop han parlat els dos alumnes, el docent torna a preguntar al primer:

–Vols afegir alguna cosa més?

Si diu que sí, es poden afegir més punts. Després el docent pregunta el mateix a l'altre. Aquesta dinàmica es repeteix fins que els dos hagin exterioritzat totes les seves necessitats.

Finalment, el docent els diu alguna cosa com:

–Ara no cal que sigueu amics, no cal que jugueu junts, però ja sabeu com us heu de relacionar l'un amb l'altre. Si això no es compleix, ho haurem de resoldre d'una altra manera i qui s'equivoqui haurà d'assumir-ne les conseqüències. No podem admetre que una persona s'equivoqui en una mateixa acció més de tres cops sense que en visqui les conseqüències.

ANNEX 3

MÈTODE PIKAS

Entrevista (possible guió)

- M'agradaria parlar amb tu perquè he escoltat que (el nom de la víctima) està tenint problemes./ M'agradaria parlar amb tu perquè he escoltat que has estat fent la guitza a (el nom de la víctima).
- Què saps sobre això que t'he dit?
- D'acord, per avui ja hem parlat prou sobre aquest tema.
- Què podem fer?, què suggereixes?, que podries pensar per ajudar a...?
- Això està bé. Ens tornarem a veure en una setmana. Llavors em podràs explicar com t'ha anat.

ALTRES ANNEXOS

MÈTODE PIKAS

1. Entrevista amb els assetjadors. Si bé és cert que, en línies generals, els alumnes acostumen a cooperar, també n'hi haurà alguns que no voldran. En aquests casos, cal deixar temps i espai per al silenci. Tot i així, si després d'uns minuts el nen no comença a parlar, convindrà ajornar l'entrevista per a un altre dia.

Un possible guió seria el següent:

- M'agradaria parlar amb tu perquè he escoltat que (*el nom de la víctima*) està tenint problemes. / M'agradaria parlar amb tu perquè he escoltat que has estat fent la guitza a (*el nom de la víctima*).
- Què saps sobre això que t'he dit?
- D'acord, per avui ja hem parlat prou sobre aquest tema.
- Què podem fer?, què suggereixes?, que podries pensar per ajudar a...?
- Això està bé. Ens tornarem a veure en una setmana. Llavors em podràs explicar com t'ha anat.

2.1.1 Acció 1: accions per als còmplices d'assetjament

Optar pel silenci en lloc de denunciar els casos d'assetjament és una decisió errònia. El silenci és l'opció dels covards, i, per tant, cal ajudar els alumnes que són testimonis de casos de violència a explicitar verbalment aquest mal tracte. Per conscienciar l'alumnat sobre els perills del silenci, et proposem el curtmetratge *Silencio*, que trobaràs a la Mediateca.

També pots fer entendre als alumnes la seva participació còmplice presentant a l'aula històries o jocs de rol en què els tres perfils quedin ben identificats (víctima, assetjador i neutral). Per exemple, un text com aquest:

El cas de la Clara

Quan vaig tornar a classe, no m'ho podia creure. La meva motxilla estava oberta però no hi havia res. Els meus llibres estaven amagats en altres taules. L'estoig era a la paperera i els meus bolígrafs estaven a l'ampit de la finestra, a punt de caure. El meu tupper estava obert i no hi havia l'entrepà que m'havia preparat la mare. Vaig girar el cap i vaig veure com l'Isaac em mirava, dissimulant i mastegant l'últim tros del meu entrepà. Els seus companys de taula reien tapant-se la boca amb la mà. Sabia que no podia marxar de l'aula ni un moment. Si no, hi havia la possibilitat que passés alguna cosa així. Però ja no sabia què fer ni amb qui parlar. Vaig començar a plorar i vaig marxar corrent mentre sentia l'Isaac cridant-me amb un malnom. No volia tornar a l'escola mai més.

Clara (12 anys)

Un cop llegit, podries preguntar als alumnes:

- T'identifiques amb algun personatge de la història? Per què?
- T'identifiques amb la Clara? I amb l'Isaac? I amb els nens que es troben a la taula de l'Isaac?
- Quants cops has actuat com els companys de l'Isaac? I en situacions similars?

A continuació, t'animem a fer dues tasques:

1. Escribeu més preguntes que podries formular als alumnes sobre el text que acabes de llegir.
2. Escribeu una proposta de text o situació de rol amb la qual els teus alumnes es puguin sentir identificats. Recorda que els tres perfils s'han de detectar clarament. No cal que sigui perfecta, només un primer esborrany.

Recursos per a l'assetjador

El material que presentem a continuació és una adaptació del que Allan L. Beane explica en les pàgines 230-232 del seu manual sobre *bullying*. Es tracta d'una sèrie de preguntes que podem fer bé oralment (que seria l'opció més aconsellable, en forma de diàleg amb l'alumnat) o bé per escrit. Les preguntes que hauríem de plantejar en aquesta conversa serien les següents: (2)

1. Hi ha algú, en la teva vida, que t'agredeixi? Sents que et tracten amb menyspreu?
2. Et sents sol, dins de l'escola?
3. Hi ha algú dins de l'escola que t'estigui fent mal? En cas afirmatiu, tens la necessitat de venjar-te?
4. Tens la necessitat de demostrar que ets una persona forta i dura?
5. Tens por de no existir?
6. Vols ser el centre d'atenció?
7. Creus que si no actuessis com ho fas, no tindries un lloc dins de l'escola?
8. Tens dificultats per gestionar les teves emocions quan, per exemple, perds?
9. Si maltractes algú, et sents fort i important?
10. Quan maltractes algú, t'alliberes d'un profund malestar?
11. Podries alliberar-te d'aquest malestar d'una altra manera?
12. Hi ha algun tema de la teva vida que et faci sentir molt enfadat?
13. De quina manera podria ser més fàcil per a tu estar a l'escola?
14. On tens més dificultats dins de l'escola?
15. Creus que no ets la persona que voldries ser?
16. Creus que has decebut les persones a qui voldries agradar?
17. Necessites que les altres persones t'admirin?
18. Hi ha algun adult de l'escola en qui confis per explicar-li el que et passa?

Recursos per al grup classe

Cada cert temps és recomanable passar als nens un qüestionari conductual dins l'aula. Els resultats poden ser de gran ajuda per detectar si s'està produint una situació d'assetjament.

Les preguntes podrien ser del tipus: (3)

1. Quan un company intenta imposar el seu criteri i no et permet expressar les teves idees...



Crido i insulto



No li parlo



Insisteixo
que m'escolti



Demano ajuda

2. Quan tens conflictes amb algun company, busques algú que pugui ajudar-te a resoldre'ls?



Mai



Alguna vegada



A vegades



Moltes vegades

3. Quants cops t'has sentit insultat, ridiculitzat o t'han dit alguna paraula que no t'agradava?



Mai



Alguna vegada



A vegades



Moltes vegades

4. Alguna vegada t'has sentit assetjat, perseguit o intimidat per altres persones durant molt temps?



Mai



Alguna vegada



A vegades



Moltes vegades

Una altra versió seria la que proposen Iñaki Piñuel i Óscar Cortijo en el seu manual per prevenir l'assetjament escolar. El test constaria d'una sèrie d'ítems que l'alumne hauria de marcar en una resposta binària. En cas que sabés que un company pateix assetjament, hauria d'escriure el seu nom al costat, tot i que també podria deixar-ho en blanc: (1)

	Sí	No		Nom
Algunes persones et criden habitualment?			Criden algú altre? A qui?	
Algunes persones et menyspreen o es riuen de tu?			Menyspreen o es riuen habitualment d'algú altre? De qui?	
T'assetgen per la teva manera de ser o per la teva aparença física?			Assetgen algú altre per la seva manera de ser o per la seva aparença física? A qui?	
Expliquen mentides sobre tu?			Expliquen mentides sobre algú altre? Sobre qui?	
T'acusen habitualment de coses que has dit o fet però que no has dit ni fet?			Acusen algú altre de coses que ha dit o fet però que no ha dit ni fet? A qui?	
T'insulten?			Insulten algú altre? A qui?	
Els companys et parlen?			Hi ha algú altre a qui no li parlin? A qui?	
Et deixen parlar amb tothom?			Hi ha algú altre a qui li impedeixin parlar amb una altra persona? A qui?	
T'amenacen?			Hi ha algú altre a qui amenacin? A qui?	
T'odien?			Hi ha algú altre a qui odïen? A qui?	
T'assetgen per Internet (xat, xarxes socials...)?			Assetgen algú altre o el critiquen per Internet? A qui?	

Un últim model de qüestionari seria el que proposa Allan L. Beane per ajudar els infants a comprovar si són bons companys d'aula: (2)

Ets un bon company d'aula?

A través de les preguntes següents podràs descobrir si realment ets un bon company. A vegades pensem i tenim conductes violentes amb altres companys. Creiem que són bromes, o que la nostra conducta està justificada, però no ho està. En aquest document podràs fer-te a la idea de si ets un bon company o si necessites canviar alguna cosa.

	Mai	Algun cop	A vegades	Força vegades	Moltes vegades
Fas broma sobre determinades persones?					
Actues com si fossis un animal?: tires pedres, llences objectes a terra, arrenques plomes...?					
Molestes nens més petits?					
Et diverteix fer enfadar algunes persones?					
Has amagat els objectes d'algú?					
Has trencat objectes d'altres persones?					
T'agrada donar la imatge de ser fort davant dels altres?					
Quan t'enfades dius o fas coses que en un altre estat no faries?					
Et venges d'algunes persones?					

Creus que altres persones tenen la culpa d'allò que no et surt bé?					
Et costa perdre?					
Quan perds, t'enfades?					
Hi ha persones a qui exclous explícitament?					
Dius a altres persones que no juguin o parlin amb un nen concret?					
Et burles de persones perquè són grasses, immigrants, gais, miops...?					
Tens enveja que als altres els surti alguna cosa bé?					
T'agradaria espatllar-los els seus èxits?					

Ara suma totes les respostes. Com més alta sigui la puntuació, més risc hi ha que no siguis un bon company. Si és així, demana ajuda. Fer-ho és de valents!

Recursos per als docents i el personal no docent

Per tant, tal com suggereix el manual d'Amelia Suckling i Carla Temple, ens hauríem de preguntar si les diferents matèries, espais i formes de relació dins el centre plasmen aquesta tolerància i respecte entre ambdós gèneres: (4)

	Sí	No
Estem oferint un ambient de respecte mutu dins de les classes?		
Potenciem relacions de qualitat entre els docents? I entre els alumnes i els docents? I entre els mateixos alumnes? I entre les famílies i qualsevol membre de la comunitat educativa?		
Tenim unes normes de comportament establertes i conegudes per tothom? Es duen a la pràctica?		
La vigilància dels docents al pati és suficient? (Sovint al pati només hi ha la presència dels docents però no hi ha la intenció de convertir-lo en un lloc segur, és a dir, de localitzar els espais i situacions conflictius i fer-hi alguna cosa.)		
Hi ha formes perquè l'alumnat manifesti les seves preocupacions i pugui rebre solucions?		
Existeixen estratègies compartides de com controlar una classe? (És a dir, si hi ha normes referents a com mantenir la disciplina dins l'aula.)		
Existeixen estratègies compartides de com abordar un conflicte que no apareix dins l'aula? (Per exemple, conflictes a l'hora del pati.)		
L'escola té una política d'inclusió equitativa? Dóna suports diferents a persones amb necessitats diferents?		
El nostre currículum aborda la resolució de problemes? Donem eines per a la mediació i la negociació?		
El nostre currículum fomenta les habilitats d'empatia emocional?		

I quant a les accions d'intervenció, podríem preguntar-nos:

	Sí	No
Dominem un enfocament equilibrat d'acció moralista, basat en els valors i alhora legalista?		
Som capaços de fer nostre el mètode Pikas?		
Hem fet entendre als alumnes que les seves accions tenen una sèrie de conseqüències lògiques?		
En cas que hàgim de fer una intervenció sistemàtica, estem disposats a passar per totes les etapes intentant que cada una sigui l'última? (Sense renunciar a plantejar-nos, com a última opció, l'expulsió.)		
Tot el professorat està compromès a actuar de forma comuna?		
Existeixen orientacions clares que indiquen quines són les responsabilitats de cada un dels docents i com han d'actuar davant d'un incident d'assetjament?		
La normativa de conducta és prou clara perquè tothom l'entengui?		
Els mestres parlen amb respecte directament amb els alumnes implicats en els conflictes, sense culpar-los?		
Els alumnes i les famílies poden demanar ajuda i senten que fer-ho és positiu?		

Recursos per a l'escola

El pati, les activitats extraescolars i el menjador són llocs d'aprenentatge. No impliquen simplement una estona durant la qual els nens juguen al seu llibre albir, sinó que són espais educatius de primer ordre. Per aquest motiu, caldria qüestionar-nos si en aquests espais també duem a terme una actuació clara i ferma contra el maltractament. Aquestes serien algunes preguntes que podríem fer-nos, inspirades en el manual d'Amelia Suckling i Carla Temple: (4)

- Concebem el pati, les activitats extraescolars i el menjador com a espais educatius?
- Tenim propostes de com s'han de relacionar els monitors amb els nens i els nens entre ells?
- Quan els alumnes arriben al pati, a les activitats extraescolars o al menjador, hi ha adults als quals poden recórrer si tenen un problema?
- Tenim un sistema per assegurar-nos que els lavabos i altres punts conflictius són segurs?
- Quan detectem alumnes aïllats, prenem la iniciativa per animar-los a unir-se a un grup de companys?
- Prenem la iniciativa perquè grups de companys integrin, de forma positiva, els nens més solitaris i que tenen dificultats per generar vincles?
- Ensenyem als alumnes formes per resoldre conflictes que puguin aplicar a l'hora d'esbarjo?

- Tenim suficient material i espai al pati perquè no hi hagi lluites per l'espai o pel material?
 - Vigilem que no hi hagi apoderament de certs espais del pati? (Això és especialment rellevant per als alumnes que juguen a futbol i creuen que la pista és d'ús exclusiu seva.)
 - Generem una estructura a través de la qual els nens saben que poden implicar-se en qualsevol joc?
 - Facilitem que les entrades als grups i als espais siguin permeables? Tothom té el mateix dret d'anar-hi? O hi ha gent que té més dret de decidir per uns altres?
 - Hem treballat amb els alumnes maneres de formar equips per jugar a futbol (o a altres esports) que no siguin humiliants per als que solen ser els últims a ser escollits?
-
- Facilitem als alumnes estratègies per demanar ajuda? Els felicitem quan la demanen?
 - Investiguem els incidents que ens comuniquen els alumnes i mirem de resoldre'ls de forma constructiva, assegurant-nos que cada part implicada senti que la seva necessitat és escoltada i resolta?
 - D'alguna manera, el nostre pati reflecteix la idea que estem compromesos a generar un espai on la seguretat i l'educació siguin primordials?