

PINXOS, VÍCTIMES I ESPECTADORS

Prevenió i apoderament

*“Em sento molt malament fent mal a la gent.
De fet, no sabia que m'estava fent molt de mal a mi també”. -Andre, 16 anys.*

El “bulling” és un tema enorme, central en qualsevol discussió crítica de paternitat. Tant els adults com els infants en necessitem una comprensió profunda, així com eines eficients per tractar-lo. Els estudis ens mostren que la participació dels pares i mares és crucial per reduir-lo (1). De fet, és freqüent que el comportament de bulling aparegui quan hi ha sensació d'incomprensió i d'aïllament (de no poder parlar amb ningú). Així doncs, hem de conèixer els nostres fills: tant és si són víctimes o assetjadors, i ja sigui que se sentin ferits, enfadats, aïllats o poderosos. Per exemple, una mare amb la que vaig treballar, veia al seu fill només com una víctima. L'escola enviava informes del seu comportament agressiu, però tot i així, ella el defensava. Indubtablement, el noi estava ferit i se sentia víctima, però la mare no volia veure com ell feia bulling als altres. He dirigit aquest capítol cap a les dinàmiques del bulling, a oferir suggeriments als pares i mares així com a detallar eines concretes per a que pares i fills puguem transitar aquest territori complex i desafiant.

CRIANÇA I PREVENCIÓ DEL BULLING

El bulling, les agressions, les novatades i la cultura de la crueltat entre joves s'ha entès, sovint, com un “ritual de pas”. De fet parlem dels “supervivents” de l'institut (escolarització secundària). Llegim “El Senyor de les mosques” i donem per segur que els nostres fills aniran corrents a entrar a una “camarilla”, una colla i es deixaran pressionar pel grup. Com a pares, volem protegir els nostres fills d'aquestes dinàmiques. Esperem que seran forts, segurs, potser populars, i que no siguin tocats per la crueltat de la societat que els envolta. Posem moltes esperances i expectatives en que el sistema escolar sigui un lloc segur i que sabrà com tractar el bulling. No obstant això, nosaltres com a pares en som igual de responsables. Hem de travessar aquestes aigües amb els nostres fills, a l'escola i també a casa. Per començar, els pares i mares podrien reflexionar sobre aquestes qüestions:

- Com usem el nostre poder en relació als nostres fills?
- L'utilitzem per elevar als nostres fills i que puguin dur a terme la seva natura més profunda o l'utilitzem per esmorteir la seva individualitat i per demanar-los que siguin conformistes?
- Sempre tenim la darrera paraula o som flexibles i escoltem el punt de vista dels nostres fills?
- Respectem el seu procés d'elaboració de pensaments, la seva manera de viure la vida i les seves especificitats innates?
- Sentim que els nostres fills són ben educats perquè fan el que se'ls diu i no s'atreveixen a expressar els seus punts de vista?
- Mostrem curiositat cap a persones que són diferents o ens encarem a la diferència amb desconfiança, por i crítica?

Si els nostres fills no són encoratjats a tenir els seus propis punts de vista i, fins i tot, a estar en desacord amb nosaltres, no podem esperar que es posaran dempeus davant de la pressió d'un grup o d'algú que fa bulling. És un gran acte de valentia i confiança, i es requereix d'una gran creença en un mateix per anar en contra de la multitud. Penseu en la vostra infantesa i en les situacions que va haver de suportar perquè no podíeu dir “no”. Penseu en tots els cops que escoltàveu bromes o humiliacions o presenciàveu comportaments cruels i com, de tanta por que sentíeu, no podíeu posar-vos dempeus i aturar-ho. I tot i així, demanem i esperem exactament això dels nostres fills. Volem que siguin segurs i valents com per plantar-se davant del seu grup; que siguin el tipus de jove que diu “No pots conduir perquè estàs begut. Hem de trobar un altre conductor fins a casa”. Els nois i

noies cultiven aquest tipus de relacions de confiança (i poder) a casa, amb nosaltres, els pares.

Per tal de que els vostres fills elaborin frases valentes com la que acabem de llegir, necessitareu encoratjar als vostres fills per a que expressin les seves pròpies opinions. No condemneu, no en feu broma ni desautoritzeu el seu punt de vista, ni quan pugui anar contra vosaltres mateixos. Podeu estar en desacord amb les idees dels vostres fills però heu de crear un espai on ells les puguin expressar. Escolteu respectuosament els seus pensaments; admireu-ne la valentia d'expressar-se per ells mateixos. Encoratjar als vostres fills a pensar de forma independent, construeix una autoestima sana. Està bé estar en desacord i gaudir simplement del fet d'estar en desacord. Poden coexistir dos, tres o quatre punts de vista diferents!

Observeu quan els vostres fills es retiren o mostren timidesa d'expressar les seves opinions -especialment si la vostra opinió és molt ferma- i encoratgeu-los a tenir els seus propis punts de vista, fins i tot encara que vagin a refutar els vostres. Els pares tendeixen a demanar obediència i poden arribar a desenvolupar una postura autoritària i de mà dura amb els seus fills. Però recordeu que no podem esperar que els nois i noies es “plantin” i desfiïn a altres si no els hem permès desafiar-nos a nosaltres, els pares i mares.

BACK TALK

Molts pares temen que els seus fills arribin a ser “uns frescos” o “rebotats”. Quan els nens/es interactuen amb nosaltres de manera cruel o feridora hem de reaccionar, però genuïnament i “humanament”. Aquest reaccionar, ensenya als nostres fills eines relacionals, especialment empatia i intel·ligència emocional. En aquests moments “calents”, acostumem a reaccionar amb el poder, posant-nos “per sobre”, castigant-los i insistint en la nostra manera de veure les coses. Rarament aquest comportament arregla les coses; el nen/a irromp a la seva habitació, en plena ebullició i se sent incomprès. Els pares se senten en el fons ferits però actuen des de l'enfado, fent prevaler la seva poderosa posició.

El que hem perdut en aquesta situació és una oportunitat molt valuosa per créixer. Com a pares, hem de mostrar als nostres fills el nostre dolor: “Això em fa mal. És molt impactant quan dius aquestes coses. Gairebé no puc respondre”. Si podem ser enginyosos i ser conscients del poder que tenim com a pares, hauríem de continuar dient: “Et dec haver fet molt mal per a que em parlis així. Què és el que no vaig veure que et feria? No t'he escoltat o no he estat prou per tu?”. Aquest tipus de retorns esdevenen molt més exitosos; en lloc de només condemnar els nostres fills per les seves explosions irrespectuoses, ens obrim a la possibilitat d'una comprensió major i una relació més profunda.

CRÍTICA

En tots els meus anys de pràctica he vist com de ferida està molta gent per la crítica. La crítica sovint comença en la nostra més temprana experiència familiar i esdevé una cosa internalitzada. Els pares crítics no s'haurien de sorprendre quan els seus fills/es es mostren intolerants cap als altres. Però, el que podria ser menys visible és la forma en que els vostres fills/es han interioritzat la crítica fins al punt de tenir una baixa autoestima o de lluitar contínuament buscant l'èxit. Els pares que renyen i humilien els seus fills/es, trobaran aquest mateix comportament reflectit en les interaccions dels seus fills/es amb els altres. Per a molta gent, la crítica és una manera de comunicar-se que han après. El seu origen pot estar en una necessitat de perfeccionisme, sentiments de gelosia, o baixa auto estima i insuficient autoestima resultat de la necessitat de ser millor que els altres. Sovint, la crítica però, prové d'una manera de veure el món, unidimensionalment, que diu que tothom que és diferent, és inferior. Aquests punts de vista reproduïxen comportaments tipus bullying.

TOTS SOM ÚNICS!

Una raó central per la que molts nens/es exerceixen bulling és perquè se senten diferents. És per això que criar nens/es valorant i explorant la diferència, a llarg terme, és una manera de crear una cultura lliure de bulling, tal i com ja hem exposat en el capítol anterior. Se que molts de nosaltres intentem estar oberts a la diferència, però és extremadament subtil com arribem a marginalitzar les diferències tant en nosaltres mateixos com en els altres. Estudia't a tu mateix/a i estudia com reaccions davant de situacions noves o davant de persones que semblen diferents a tu o poc "habituals" per a tu. Ets temerós, crític o curiós? Preguntes, desautoritzes o ignores? Els nostres fills observen com ens trobem amb la diferència en les nostres vides i les nostres accions criden més que les nostres paraules.

Els nostres fills noten com ens trobem i interactuem amb persones que són de diferents races, ètnies, religions o orientació sexual. Ells veuen com interactuem amb costums culturals que són diferents als nostres i com ens relacionem amb els estils o vestimentes dels altres. Ells noten com valorem i apreciem certs tipus d'estils de comunicació i defugim (o neguem) d'altres. Per exemple, els pares que són molt racionals poden no adonar-se de com desvaloritzen l'expressió emocional. Altres famílies que valoren les converses directes i extrovertides potser no s'adonen de que no s'entenen amb famílies més introvertides i tranquil·les.

Els infants que no es troben amb la diferència des de la curiositat, tendeixen a fer comentaris del tipus:

- Quina mena de vestimenta és aquesta? (dit amb escarni)
- Aquest menjar té mala pinta; *de debó* que te'l penses menjar?
- Aquest noi/a és realment estrany/a
- És tant "gay"!
- Ella fa com els nois
- T'agrada *aquesta* música?

Aquest tipus de comentaris poden semblar innocents i en efecte, són molt comuns en el llenguatge dels joves. Els hem d'avisar amb contundència de que estan entrant en aquest llenguatge abans no s'enfilin i arribin a expressions d'abús més directe o a l'insult. Segueix seguint, però, un llenguatge precursor del bulling i pot fer insuportable l'escola per a molts dels nostres joves fills/es. Al final, aquests comentaris estan fent que molts joves estiguin construint una closca i que vagin desconectant-se de la sensibilitat cap a ells, cap als altres i cap al món.

Mireu aquesta interacció aparentment innocent que fa poc vaig escoltar:

Un nen d'onze anys comentava que no volia compartir l'armari amb un company de classe perquè el seu armari feia una olor curiosa. Li xiuxiuejava a un amic "És perquè és coreà. Menja menjar molt estrany". Doncs sí, el menjar coreà fa una olor diferent al menjar al que estan acostumats aquests nois; però la seva curiositat ha desaparegut. La diferència és percebuda com una cosa de la que s'han de protegir. Si això passa mentre es crea un grup, la distància esdevindrà aïllament i es generaran "objectius" a qui atacar o de qui defensar-se. El noi diferent serà exclòs, i sovint sense saber ni perquè. Quan veiem als altres com a diferents, es genera una distància, i ens permetem un cert tipus de llibertat de ser "inhumans". Com a pares i mares tenim l'oportunitat de intervenir i mostrar com ens trobem amb la diversitat; és un acte polític, social, i humà el que permet crear un ambient que dona la benvinguda a tots.

Molt del procés de fer-se gran, té a veure amb adaptar-se al món exterior; els nois i noies volen encaixar-hi i ser com tots els altres buscant la sensació de seguretat. I en realitat, tots som diferents. La manera com tenim d'encarar la diferència a casa, acceptant les diferències entre membres de la

família, diferències d'opinions, les diferents idees en la creativitat i inclinacions, diferents trets de la personalitat i característiques, ajuda als nois i noies a posar fonaments en la seva naturales única.

Partint de que qui pateix bulling és qui és diferent, pares i famílies que pertanyen a grups més marginats, o a grups minoritaris en relació a la comunitat majoritària, necessiten sentir-se orgullosos en les seves pells. Afavorir l'orgull i la individualitat també ajudarà als infants. Aquesta confiança els farà més forts davant els que fan bulling i davant els possibles impactes dels seus atacs.

Òbviament això no és fàcil. Corren molt endins nostre els efectes d'una opressió interna en les actituds socials que fan referència els diferents contextos del gènere, raça, orientació sexual, ètnia, religió, classe social. És un viatge llarg aconseguir alliberar-nos de l'opressió que el món exterior exerceix en nosaltres. Tots els que pertanyem a la cultra majoritària podem ajudar a famílies i infants marginats educant els nostres fills en la diversitat. Els infants amb pares heterosexuales ajudaran a crear un millor ambient a l'escola si són educats en la diferència d'estructures familiars. Els nois i noies que provenen de classes socials mitges i altes haurien de saber que hi ha famílies amb dificultats econòmiques i per tenir un plat a taula. Els infants han de conèixer els diferents grups racials, ètnics i religiosos. Cada casa és diferent a la que ens ha vist créixer.

GÈNERE I BULLING

Quan parlem de diversitat, particularment de la diversitat de comportaments, és important parlar de gènere. Molts cops s'escull fer bulling a qui no segueix els rols estereotipats de gènere. La nostra cultura està obsessionada amb la identificació amb el gènere i en els infants, els senyals socials del que ha de significar ser mascle o femella proliferen. Els nois que són sensibles, poc atlètics, o als qui agrada la roba de tendència, són atacats pel bulling al pati. Les noies que són més físiques, atlètiques, intelctuals o poc interessades en la roba, poden experimentar un gran aïllament i sentir-se turmentades.

Com a adults hem de viure tots els comportaments i expressions com a "humans". Els nois no tenen un marcador que diu que han de ser durs i aspres i les noies no en tenen per ser sensibles i estiloses. Aquestes qualitats es troben en les persones, siguin nois, noies o gays. Aquest tipus d'educació és imperativa, especialment considerant el nombre de suicidis derivat del bulling basat en la diversitat d'expressions del gènere, la percepció de l'orientació sexual, o evidentment dels nois i noies que no s'atreveixen a mostrar-se com a gays.

BULLING O NOMÉS ERA BROMA?

Molts de nosaltres hem crescut en cultures i famílies en les que la burla és un estil comunicatiu. Se suposa que és divertit i per a molta gent ho és. Però per a molts d'altres no ho és. I aquests que no ho troben tan divertit, seran considerats massa sensibles i seran marginats. Jo tinc dues visions o opinions sobre el tema. Sí, podem fer bromes i burles, i pot ser divertit. Però quan aquestes bromes no són percebudes com a tal, aleshores hem de parar. És més humà i empàtic prendre consciència de que les nostres burles no estan sent ben rebudes. En lloc d'això, acostumem a responsabilitzar o culpar als que són objecte de les nostres burles dient coses com ara "no se't pot fer cap broma", "ets massa sensible". Moltes d'aquestes anomenades "bromes" són en realitat coses que els altres no s'atreveixen a dir-nos. I, volem saber quina és exactament l'opinió que tenen els altres de nosaltres.

La burla és una manera de comunicació indirecta que fa mal. I precisament perquè és indirecta, quan la nombrem, pot ser negada. Els infants diuen coses horribles als altres i després diuen "només feia broma". Sovint hi ha infants que escullen la cultura de la burla perquè són massa tímids per oposar-s'hi. Senten que si no ho fan encara estaran més aïllats i per tant patiran en silenci encara més.

Quan els infants viuen aquest comportament a casa, el porten a l'escola. És per això que molts cops, els infants se sorprenden de que estiguin fent mal als altres. Pensen que el seu comportament és normal o innocent. Però han de veure com de dolorosa pot ser la burla fins i tot encara que ho estiguin fent sense intenció de fer mal. De fet, molts adults m'han explicat com van interioritzar la burla que vivien en la seva infantesa a casa i com els va costar d'admetre que allò els havia fet molt de mal.

Molts infants es relacionen des de la burla amb els altres perquè no saben com relacionar-s'hi. Si no s'han ensenyat a casa unes mínimes eines relacionals, els infants no saben com com demanar als altres èr jugar; no saben com encetar una conversa o parlar de com se senten. Necessitem poder arribar a tots aquests infants i ajudar-los a conversar i verbalitzar la seva necessitat d'amistat.

Respecta el teu fill quan et diu que la burla fa mal. Fins i tot si penses que era una cosa molt petita o que no tenia intenció de fer mal. Para i disculpa't. Hauries de reflexionar perquè estàs fent burla. Hi ha alguna cosa que no ets capaç de dir directament? Estàs intentant entrar en contacte amb els teu fill/a i no saps com més fer-ho? Gaudeix de fer bromes quan hi ha rialles i diversió. Però posa consciència en quan hi ha somriures forçats o la gent es retira. Quan el destinatari de les burles diu “para, no m'agrada” i les bromes no s'aturen, estem davant d'un comportament de bulling.

GERMANS