

#aqui
prou
bullying

El paper de les famílies en el ciberassetjament



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació
**Direcció General d'Atenció a la Família
i Comunitat Educativa**



SEER
Salut i Educació Emocional

Definició



- Què ha de passar per parlar de ciberassetjament?
- En el ciberassetjament, hi ha violència o maltractament?
- Què significa dolor sostingut i quina relació pot tenir amb el ciberassetjament?
- En un cas de ciberassetjament, la intencionalitat és important o no?
- Quin paper té un grup en una situació de ciberassetjament?



Solapament entre assetjament escolar i ciberassetjament

El **72,9%** dels adolescents que pateixen assetjament online també en pateixen offline. En altres paraules, en la majoria dels casos que detectem conductes de ciberassetjament, és molt probable que aquestes conductes persisteixin, també, fora dels dispositius tecnològics o les xarxes socials.

“Estudi de l’impacte de les tecnologies en l’adolescència” UNICEF

Definició

És un **fenomen social** que es dona en un grup i que implica un tipus de **maltractament sostingut en el temps** que es caracteritza per una **persecució física, verbal i/o social, sempre psicològica**, que s'origina en **entorns educatius** on un o més infants o joves exerceixen **abús de poder** sobre d'altres.



Definició



El **ciberassetjament** presenta uns trets específics que fan augmentar el patiment de la persona ciberassetjada, com són:

- Presenta les **característiques pròpies de l'assetjament escolar** on es fan servir **entorns o canals digitals**.
- El **possible anonimat de la persona en rol d'agressora** pot proporcionar una sensació d'impunitat, ja que fa servir pseudònims o canvia la identitat, la qual cosa en **dificulta la identificació** i això fa que sigui molt difícil defensar-se'n.

Definició



- El **baix nivell de consciència del dany provocat** per part de la persona en rol d'agressora, que pot haver despersonalitzat i, com que no veu les reaccions dels altres, **baixi el nivell de consciència del patiment** que està generant, tot i tenir intencionalitat de fer mal.
- La **difusió és exponencial i perdura en el temps** en funció el tipus mitjans utilitzats, de manera que es pot compartir per internet amb un sol clic i està disponible les 24h del dia, havent-hi una gran **exposició pública durant molt de temps**, perquè el material publicat és difícil d'eliminar. Per aquest motiu, tot i no haver-hi reiteració, **una sola agressió serà suficient per considerar-se ciberassetjament** i actuar.



Revisem les nostres creences!

PER QUÈ?

1. Perquè el nostre fill no se senti amb la necessitat d'ocupar el rol d'assetjador.
2. Perquè el nostre fill/a ens comuniqui com més aviat millor si es troba en rol d'espectador o de víctima.
3. Per evitar que el malestar no s'incrementi.

Prevenió



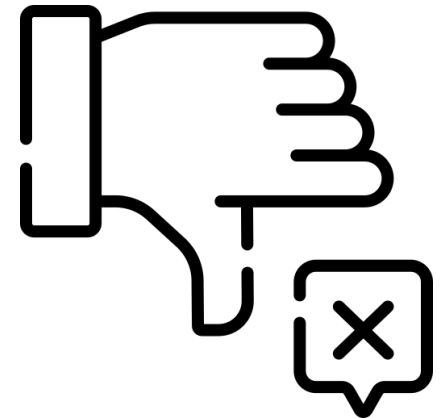
Les tecnologies de la relació, informació i comunicació (TRIC) són un factor de risc per als adolescents.



Els xats i les xarxes socials són bons mitjans per crear relacions socials.

L'eina de control parental és l'única manera de controlar el que fan els fills a internet.

Les xarxes ajuden els adolescents a sentir-se part i formar la seva identitat.



Detecció



Com et sents? Amb
quines emocions
connectes?

Quin tipus de violències
identifiqueu?

**Les bones
pràctiques**

Què fas com a
pare/mare?
Si el teu fill/a és espectador? Si
ocupa el rol de víctima? I el
d'assetjador/a?

Seria un cas de
ciberassetjament? Per
què?



Netiqueta

Prevenió

Netiqueta

Consideració

i

Respecte

envers els
altres

Cuida la seva

privacitat

com si fos
teva

Contribueix al
bon ambient



Detecció

Netiqueta

Consideració

i

Respecte

envers els
altres

Demana permís abans d'etiquetar fotografies pujades per altres persones.

Usa les etiquetes de manera positiva, de cap manera per insultar, humiliar o danyar altres persones.

Mesura bé les crítiques que publiques. Expressar la teva opinió o una burla sobre altres persones pot arribar a vulnerar els seus drets i anar contra la Llei.

No hi ha d'haver cap problema a ignorar sol·licituds d'amistat, invitacions a esdeveniments, grups, etc.

No denunciïs en va, no intentis perjudicar qui, fent comentaris que no t'agraden, ho fa de forma correcta.

Detecció

Netiqueta

Cuida la seva
privacitat
com si fos teva

Pregunteu quina informació aliena exposes i assegura't que no els importa.

Per etiquetar altres persones ho has de fer sense engany i assegurar-te que no els molesta que ho facis.

No pots publicar fotos o vídeos en què surtin altres persones sense tenir el seu permís, com a regla general.

Abans de publicar una informació que t'han remès de manera privada, pregunta si ho pots fer.

Prevenció

Netiqueta

Contribueix al
bon ambient

Comunica als teus contactes, en especial als nous, com vols manejar-les.

Recorda que escriure tot en majúscules es pot interpretar com un crit.

Utilitza els recursos al teu abast (dibuixos, símbols, emoticones...) per expressar-te millor i evitar malentesos.

Davant d'una cosa que et molesta, tracta de reaccionar de manera calmada i no violenta.

Dirigeix-te als altres amb respecte, sobretot a la vista de tercers.

Llegeix i respecta sempre les normes d'ús de cada Xarxa Social.



Detecció

Dins la família no podem observar el grup-classe ni les seves dinàmiques, però sí que podem estar en un rol d'observador actiu amb continuïtat en el temps i en conseqüència detectar algun canvi.

Quines accions concretes podem desenvolupar des de les famílies?

- Activa l'observació (alerta canvis)
- Clima de confiança, seguretat i respecte amb els fills/es. Poder preguntar: com estàs? Com estan els teus companys/es?
- Posat en contacte amb el centre educatiu! Fes servir els canals de comunicació oberts (escola, activitats extraescolars, altres famílies, etc.).
- Avisar de situacions d'alerta. En què ens hem de fixar?
 - Té conductes violentes cap a una persona en concret?
 - S'enfada amb facilitat?
 - Som coneixedors que l'agressió és la forma de relacionar-se amb algun company/a?
 - Expressa malestar? Insomni, malsons, ansietat, pànic, depressió, tristesa, aïllament, por, inseguretat...
 - Sent aquest dolor de forma continuada per alguna causa relacionada amb el grup-classe o algun altre grup del qual forma part?

Hi ha altres tipus de maltractaments, atenció a l'hora d'entendre les diferències entre bullying, dating violence, odi i discriminació o conflicte relacional crònic.



Detecció

A continuació s'esmenten alguns **senyals d'alarma** que us poden ajudar a detectar si el vostre fill o filla pot estar patint algun tipus d'assetjament:

- Presenta trastorns psicossomàtics: vòmits, mal de cap, mal de panxa, etc.
- Canvis d'hàbits: perd la gana, dorm poc o té malsons, no vol anar a l'escola...
- Demana que l'acompanyeu a l'escola, no vol anar-hi o tornar-ne sol.
- No vol sortir amb els amics ni els convida a venir a casa. Habitualment està sol.
- Té un alt nivell d'ansietat la nit de l'últim dia festiu abans d'anar a l'escola, fet que es coneix com la *síndrome del diumenge a la nit*.
- Hi ha disminució del rendiment escolar, absentisme o fins i tot abandonament escolar.
- Presenta canvis de caràcter: s'enfada per no res, se'l veu angoixat o deprimat.
- Té menys autoestima: se sent insegur i vulnerable, i no expressa els seus sentiments.
- Ha desenvolupat un gran sentiment de culpa.
- Hi ha una manca de comunicació: es tanca en si mateix i diu que no li passa res.
- Es baralla amb els germans o cosins més petits com a símptoma de malestar emocional.
- Es detecta un deteriorament o pèrdua dels llibres, del material escolar, de la motxilla, de la roba, etc.
- Hi ha la presència de cops o d'altres senyals de violència física.
- Demana amb freqüència diners extra o bé n'agafa d'amagat per donar-los als assetjadors que l'extorsionen.
- Mostra canvis sobtats de comportament després d'una trucada, missatge o accés a una xarxa.
- Accepta com a amics o amigues persones desconegudes.



Intervenció

El conflicte és una oportunitat d'aprenentatge i desenvolupament personal per a tota la família i un moment clau per sanar ferides emocionals. Intervenir és implicar-se en el procés d'inici a final!

- Fes el possible per aturar la violència i protegir a totes les persones implicades.
- Ajuda a prendre consciència de la situació: és un cas d'assetjament que no es pot tolerar.
- Posa el focus en les habilitats del teu fill/a. Mirar-me el meu fill des de les seves potencialitats.
- Canvia les teves creences: no són “*coses de nens*”.
- Pren consciència de com vius tu la violència i revisa si tens un dolor emocional no sanat que està condicionant la teva manera d'acompanyar.
- Treballa perquè tothom pugui sortir del seu rol i ocupar un lloc de benestar. Si es posa el focus en l'acció i no en la persona, es facilita que aquesta pugui ajudar a millorar, canviar aquestes accions i créixer, sense estigmatitzar-la ni posar-li etiquetes.
- Confia en l'habilitat de l'individu i grup per reenfocar-se cap al benestar.
- Fes un acompanyament per transitar cap a la restauració del benestar emocional i, si es pot, de les relacions personals: acompanya al teu fill/a a poder sentir-se bé, ahora que els seus companys/es també.

Intervenció

Si el teu fill o filla està en el rol de víctima:

- Ajuda'l a **trencar el seu silenci** perquè expressi el que necessita per restablir el seu benestar.
- Ofereix-li **la protecció necessària** perquè no torni a passar.
- Dona-li la **confiança i el suport** perquè sàpiga que pot comptar amb la família.
- Dona-li suport i **no el culpabilitzis**, i deixa-li clar que no és responsable del que li ha passat.

Si el teu fill o filla està en el rol d'agressor o agressora:

- Ajuda'l a **identificar el patiment o malestar que el porta a tenir conductes assetjadores** amb els companys, prenent consciència i oferint-li estratègies per treballar-ho.
- Acompanya'l en el **procés de millora de les relacions personals**, per trobar formes saludables de relacionar-se amb els altres.



Gràcies



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació
**Direcció General d'Atenció a la Família
i Comunitat Educativa**

**#aqui
prou
bullying**