

# Acompanyar a qui ocupa el rol d'agressor/a en situacions de bullying

Estratègies per a la transició emocional

Ramiro A. Ortegón Delgadillo  
Soci Equip SEER (Salut i Educació Emocional)  
President Plataforma PDA Bullying

SEER 2  ANYS

# Acompanyar a qui ocupa el rol d'agressor/a en **situacions de bullying**

Estratègies per a la transició emocional

Ramiro A. Ortegón Delgadillo  
Soci Equip SEER (Salut i Educació Emocional)  
President Plataforma PDA Bullying

SEER 2  ANYS

**DIXIT**

CENTRE DE  
DOCUMENTACIÓ  
DE SERVEIS  
SOCIALS

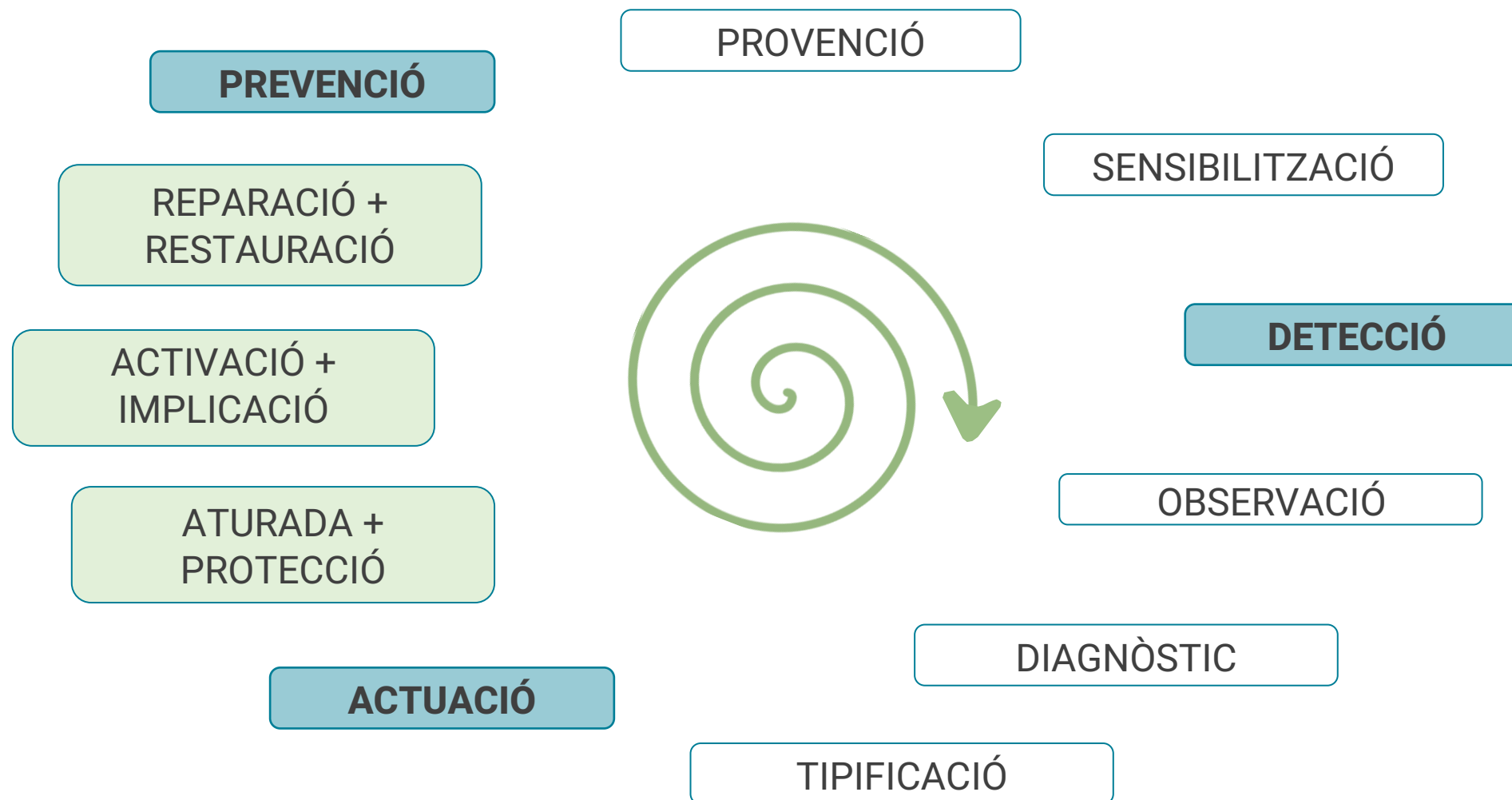


Generalitat de Catalunya  
**Departament  
de Drets Socials**

Reptes en l'acompanyament a la família d'un infant o jove  
que exerceix aquest tipus de violència  
24 d'abril de 2023

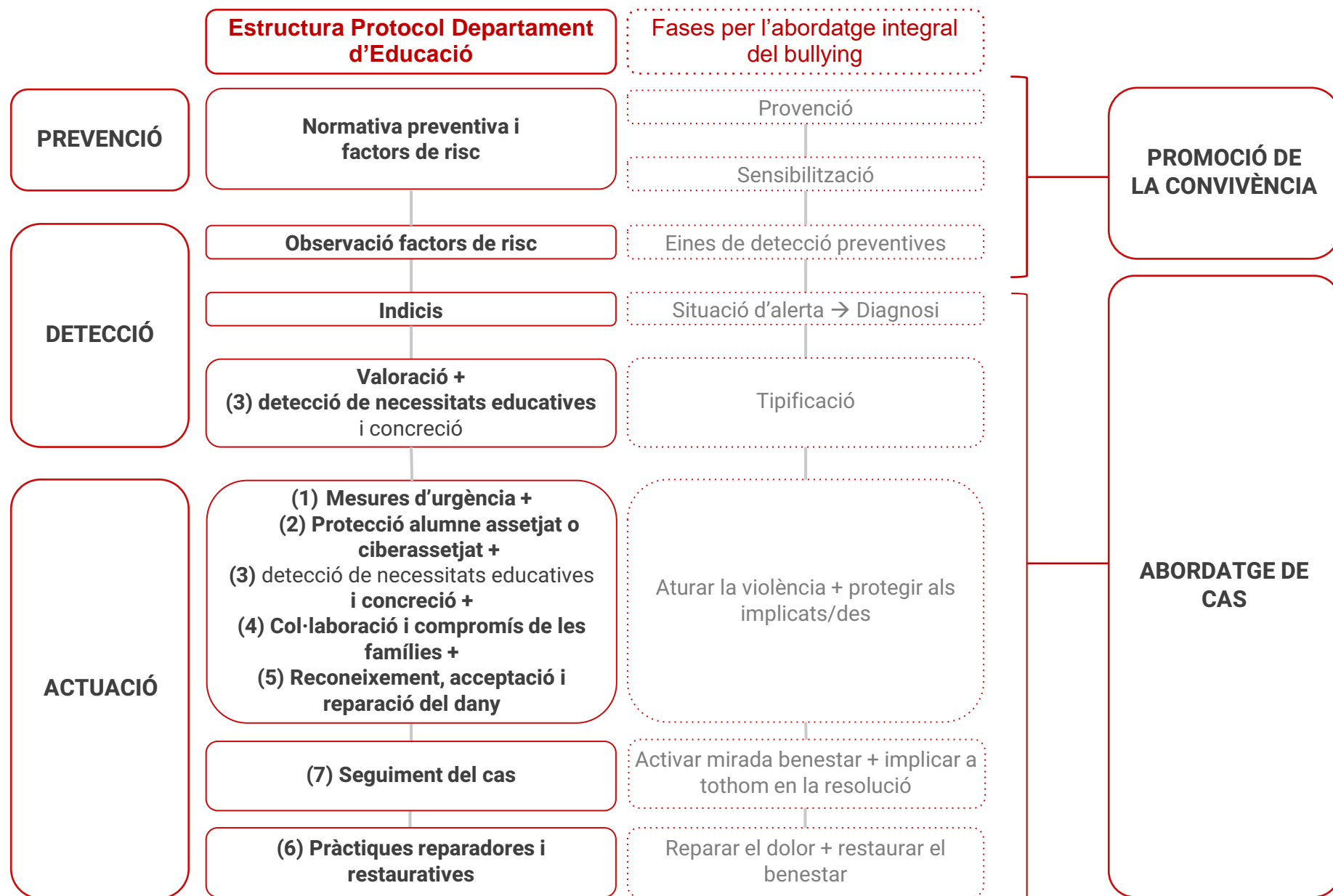


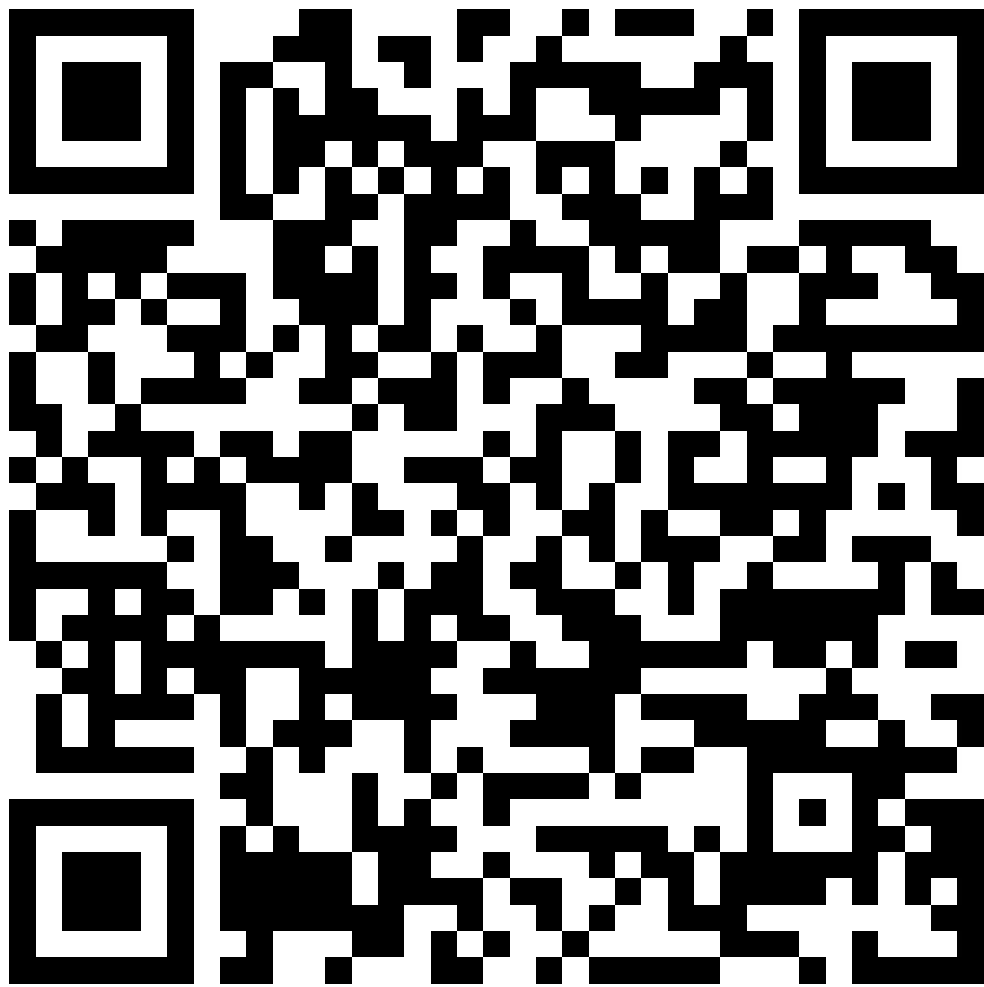
# Estratègies per a la resposta en ACTUACIÓ





# Comparació model de Fases PDA i Protocol Departament d'Educació





## Exemple de protocol des de la perspectiva municipal



Ajuntament de  
**Castell d'Aro,  
Platja d'Aro  
i S'Agaró**



Protocol municipal per a la prevenció de l'assetjament entre iguals i la promoció de la convivència 2022-24.



Xarxa de Convivència amb  
Certificat PDA Bullying

PDA BULLYING   
Plataforma



## Les 5 mesures anunciades pel Departament d'Educació pel curs 23-24



Generalitat de Catalunya  
**Departament d'Educació**

Acte:

**Obrim els ulls davant de l'assetjament  
escolar**



Amb la participació d'Equip SEER



# Acompanyar a qui ocupa el rol d'agressor/a en situacions de bullying

Estratègies per a la transició emocional

Ramiro A. Ortegón Delgadillo  
Soci Equip SEER (Salut i Educació Emocional)  
President Plataforma PDA Bullying

SEER 2  ANYS

 Recursos..!

"InfoK" i "Ràndom"



"No callis!" Especial assetjament escolar  
2023, amb la col·laboració d'Equip SEER







## Mirada als rols

### Rol agressor/a (A):

L'infant o jove que entra en rol d'agressor/a està demanant la nostra ajuda. S'està equivocant, més o menys conscientment, està trobant el camí fàcil, la píndola que durant un moment el fa sentir-se bé; una pujada d'adrenalina, un tast de poder que omple durant uns moments un buit. Aquesta mancança pot ser afectiva, d'autoestima, de realització personal... Altres causants poden ser el dolor, la frustració, la impulsivitat o la poca tolerància a la frustració i a l'estrès.

Qui ha entrat en aquest rol en algun moment ha entrat en contacte amb la violència, potser a la família, per la relació amb els mestres o algun altre company/a o, simplement, troben "el recurs de la violència" en la cerca de sensacions. Pretén exercir un poder que l'alimenta, no només en relació amb qui situa en rol de víctima sinó també amb gran part dels seus companys/es, i l'adult. L'infant o jove en rol d'agressor/a converteix en hàbit el fet de violentar per desconeixement d'altres models d'interacció i manca d'empatia. Si no s'hi posa remei, aquesta violència es reproduirà en altres contextos.

### Rol víctima (V):

L'infant o jove que han situat en rol de víctima es troba en situació de patiment o perjudici per por i/o pànic al seu assetjador/a degut a les accions continuades que aquest/a duu a terme.

En moltes ocasions la persona que té el rol de víctima no compleix amb molts dels tòpics individuals que s'atribueixen a un perfil, si no que simplement destaca a ulls de l'agressor/a. En ocasions tendim a justificar les agressions que rep una persona pels seus comportaments, hàbits o cultura però, en realitat, res justifica la violència, no caiguem en aquesta trampa.

Allà on hi ha un infant o jove agafant el rol d'agressor/a, qualsevol pot ser víctima. Sí, és cert que hi ha infants o joves en situacions més vulnerables; i sí, podem entrenar les habilitats i preparar per la resposta. El que hem de tenir clar és que la víctima NO és dèbil, li manca desenvolupar habilitats per sobreposar-se a la violència, però, i a qui no?

### Rol espectador/a (E):

Són la resta de companys/es que contempen les escenes d'agressió i que poden callar o no. Ja sigui perquè els hi sembla bé, perquè tenen por d'estar ells/es en el punt de mira, o bé perquè els hi manquen habilitats socials per evitar-ho, i no són conscients de fins a quin punt pot arribar l'escalada de violència. També ho seran els professionals docents, el monitoratge, personal de centre, familiars i altres persones que puguin interaccionar en el maltractament.

La paraula "espectador" ve del terme llatí "espectare" que significa mirar amb distància, amb morbositat. "Re-espectare" significa tornar a mirar, mirar de forma diferent. Curiosament de "respectare" en deriva el concepte "respectar". Per tant podem convidar als nois i noies que acompanyem a que abordin qualsevol dificultat que sorgeixi al grup des d'una actitud "respectadora", i no com a simples espectadors que no respecten la situació, ni el grup, ni als companys/es.

Els docents i la resta de l'entorn, no només els companys de grup, també podem ser espectadors o "respectadors", amb l'afegit de la nostra responsabilitat i que sempre suposem un model.

# Acompanyar a qui ocupa el rol d'agressor/a en situacions de bullying

## Estratègies per a la transició emocional

Ramiro A. Ortegón Delgadillo  
Soci Equip SEER (Salut i Educació Emocional)  
President Plataforma PDA Bullying

SEER 2  ANYS

**DIXIT**

CENTRE DE  
DOCUMENTACIÓ  
DE SERVEIS  
SOCIALS

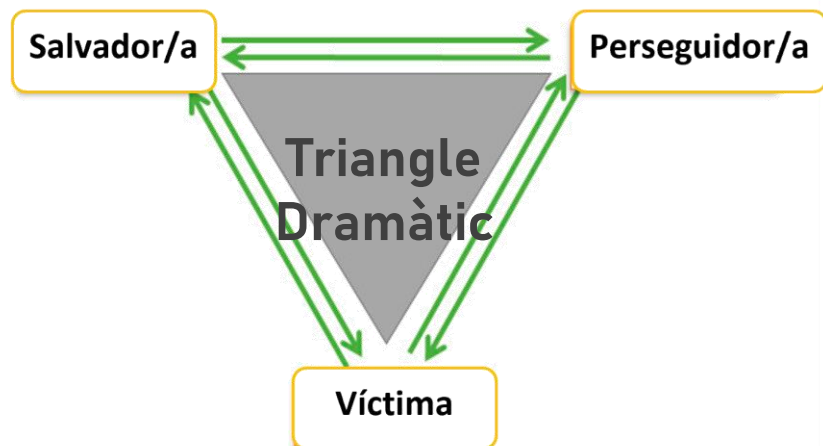


Generalitat de Catalunya  
**Departament  
de Drets Socials**

Reptes en l'acompanyament a la família d'un infant o jove  
que exerceix aquest tipus de violència  
24 d'abril de 2023



# Transformar els rols disfuncionals en rols saludables



## El Perseguidor/a:

Actua en interès propi i per satisfer les seves necessitats, posant als altres en situacions difícils o de patiment Pot intentar passar per damunt dels altres i/o pretendre castigar los També és un rol que assenyala i culpabilitza l'altre, reforçant el seu lloc de poder.

## La Víctima

Connecta amb sentiments de culpa, inferioritat i baixa autoestima Es posiciona com a demandant, de forma infantilitzada i dependent Pot tenir tendència a recrear se en el seu malestar i no prendre responsabilitats sobre aquest, inclús esperant que algú ho faci en lloc seu Si algun alumne/a es posiciona en aquest rol ens pot anticipar dificultats per prendre responsabilitats i per tant per contribuir a la resolució de la situació

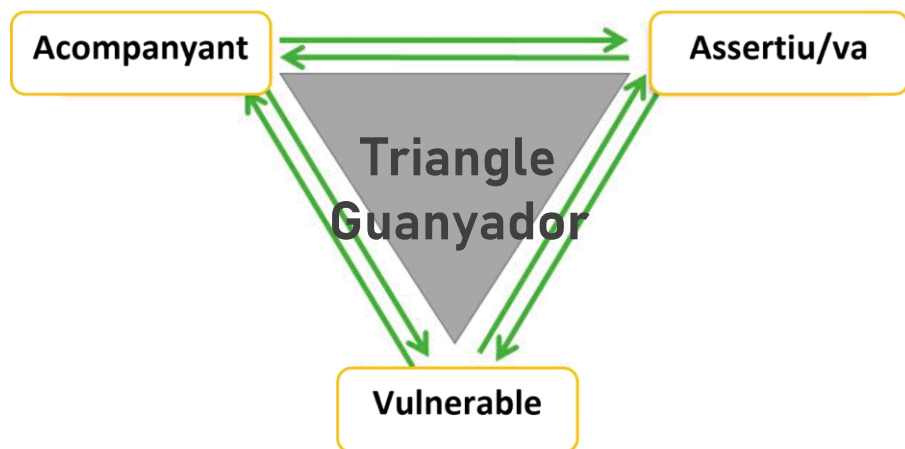
## El Salvador/a:

Respon a l'impuls de fer se càrrec dels problemes dels altres, fent més del que li correspon i prioritant les necessitats dels altres inclús per damunt de les seves Aquest rol l'ajuda a no responsabilitzar se de les seves pròpies responsabilitats i no visibilitzar el propi malestar

Podem posar atenció en si alguna de les persones que estan en posició d'espectadores de la situació de bullying està adoptant aquest rol podria ser una forma d'expressar necessitats personals no cobertes o dolor antic no sanat.



## Transformar els rols disfuncionals en rols saludables



Transformació del Rol	Necessitats educatives per a la concreció d'accions
Del Perpetrador/a a l'Assertiu/va	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Contactar amb les seves necessitats reals.</li> <li>- Explorar estratègies per satisfer les seves necessitats sense passar per damunt de les dels altres.</li> <li>- Situar-se en un lloc d'igualtat en les relacions.</li> <li>- Expressar límits de forma saludable.</li> </ul>
Del Salvador/a a l'Ajudador/a Empàtic/a	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Acollir i validar el seu interès per les persones vulnerables.</li> <li>- Reconèixer les pròpies capacitats i potencial com a valor en sí mateix, independentment de quan les posa en joc i del resultat de les seves accions.</li> <li>- Creure en els recursos i potencial de totes les persones per fer front a les situacions de vida que els toquen.</li> <li>- Discernir els límits entre les seves responsabilitats i les dels altres.</li> </ul>
De la Víctima al Vulnerable Responsable	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No perpetuar el seu dolor amb conductes auto infligides.</li> <li>- Prendre responsabilitat envers la gestió del dolor que està vivint.</li> <li>- Tenir comportaments d'autocura.</li> <li>- Reforçar la seva autoestima a través de connectar amb les seves habilitats i potencialitats.</li> </ul>


 Recursos..!


## Mesa de Salut Jove de Palafrugell



Guies autoconeixement 



Equip SEER



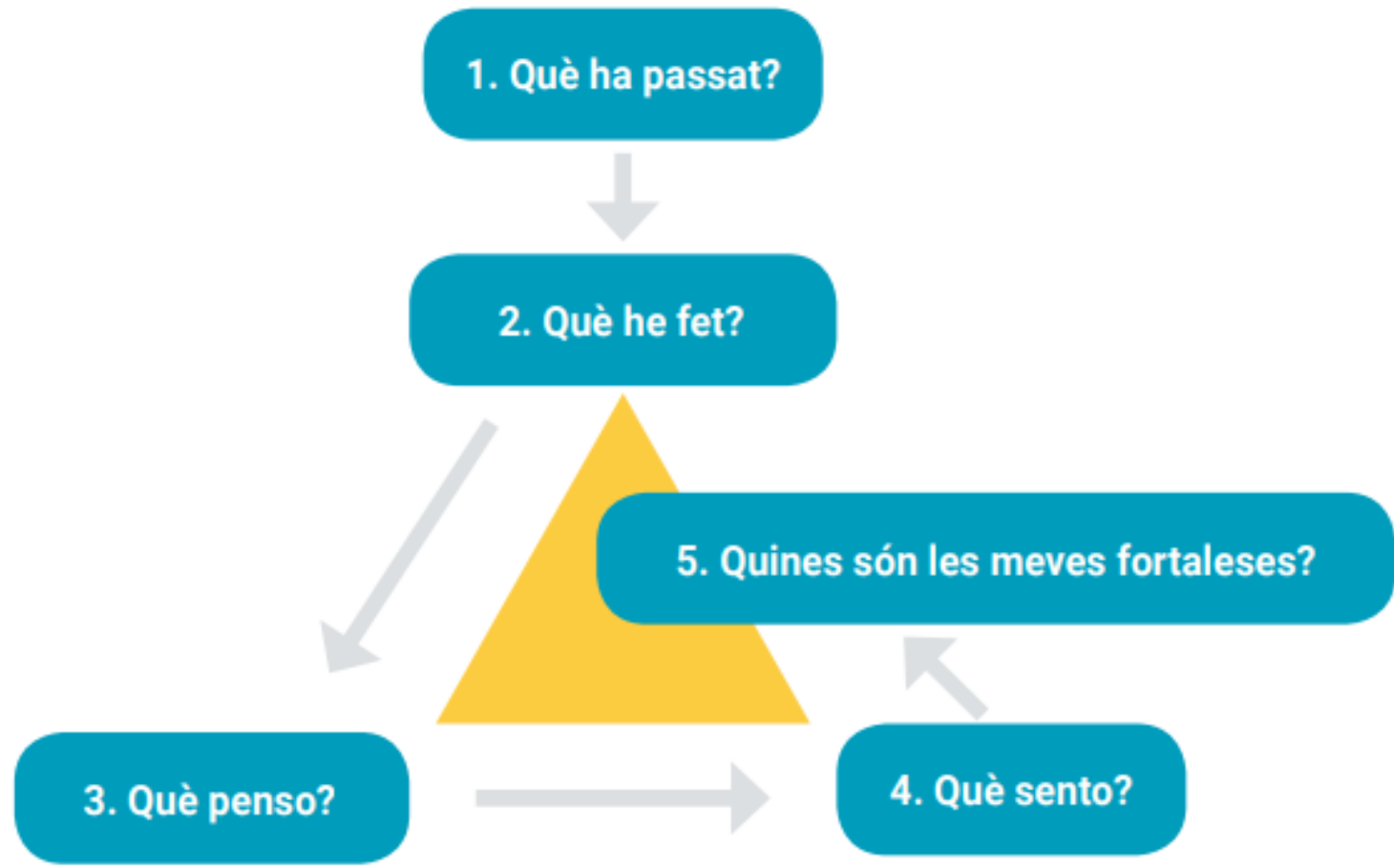


## Una mirada del professional que ajudi a l'autoconeixement





# Preguntes d'autoobservació





## Preguntes d'acompanyament

### 1. Observeu la situació:

Mireu la situació tan objectivament com sigui possible i pregunteu-vos:

- Què ha passat?
- Quina és la descripció dels fets?

### 2. Observeu les accions:

- Què heu fet?
- Quines han estat les vostres actituds?
- Quina actitud heu adoptat?

### 3. Observeu els pensaments:

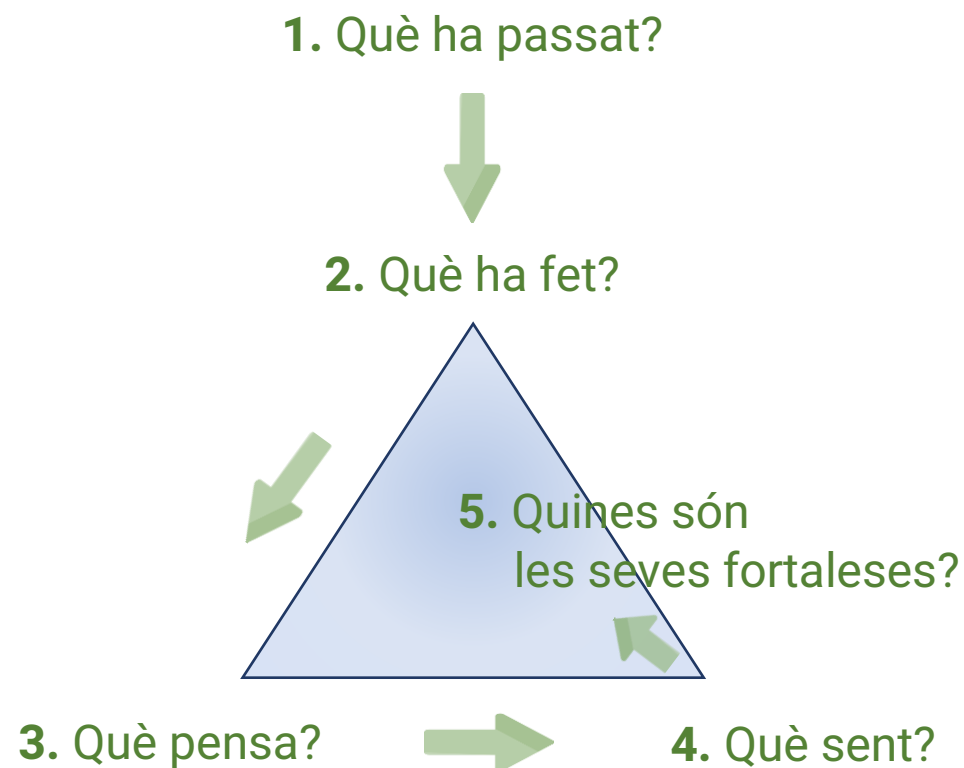
- Què penseu? Què heu pensat?
- Quins valors i creences hi ha darrere d'aquestes idees?
- Quines són les vostres expectatives?

### 4. Observeu les emocions:

- Com us heu sentit? Com us sentiu?
- Hi ha alguna emoció oculta? Alguna cosa que calgui reparar?
- Què es remou dins de vosaltres?

### 5. Observeu les fortaleces:

- Quines són les vostres fortaleces?
- Què us ajuda a connectar-vos amb la millor versió de vosaltres?
- Com podeu fer servir el vostre potencial per connectar amb el vostre benestar?







## Diputació de Barcelona



**Diputació  
Barcelona**

Acompanyament emocional a les  
famílies en els centres d'educació  
especial municipals



Ramiro A. Ortegón  
Equip SEER



# Acompanyar a qui ocupa el rol d'agressor/a en situacions de bullying

Estratègies per a la transició emocional

Ramiro A. Ortegón Delgadillo  
Soci Equip SEER (Salut i Educació Emocional)  
President Plataforma PDA Bullying

SEER 2  ANYS

# Transitar del control a la gestió emocional

## FASE 1

Aturar la situació +  
Protegir els implicats/des



## FASE 2

Activar el benestar +  
Implicar a tothom en la  
resolució



## FASE 3

Reparar el dolor +  
Restaurar el benestar



## PREVENCIÓ



Supervivència



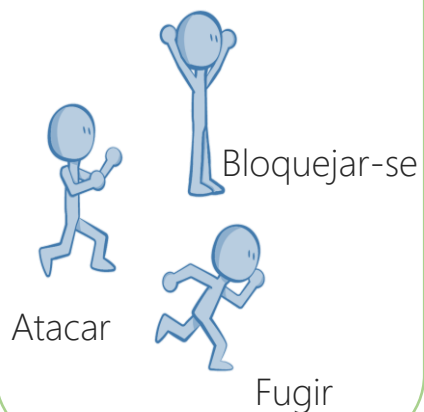
Convivència



coM-viure



REACTIVITAT



CONTROL EMOCIONAL

Estratègies de Supervivència Emocional



GESTIÓ EMOCIONAL

Estratègies de Convivència Emocional

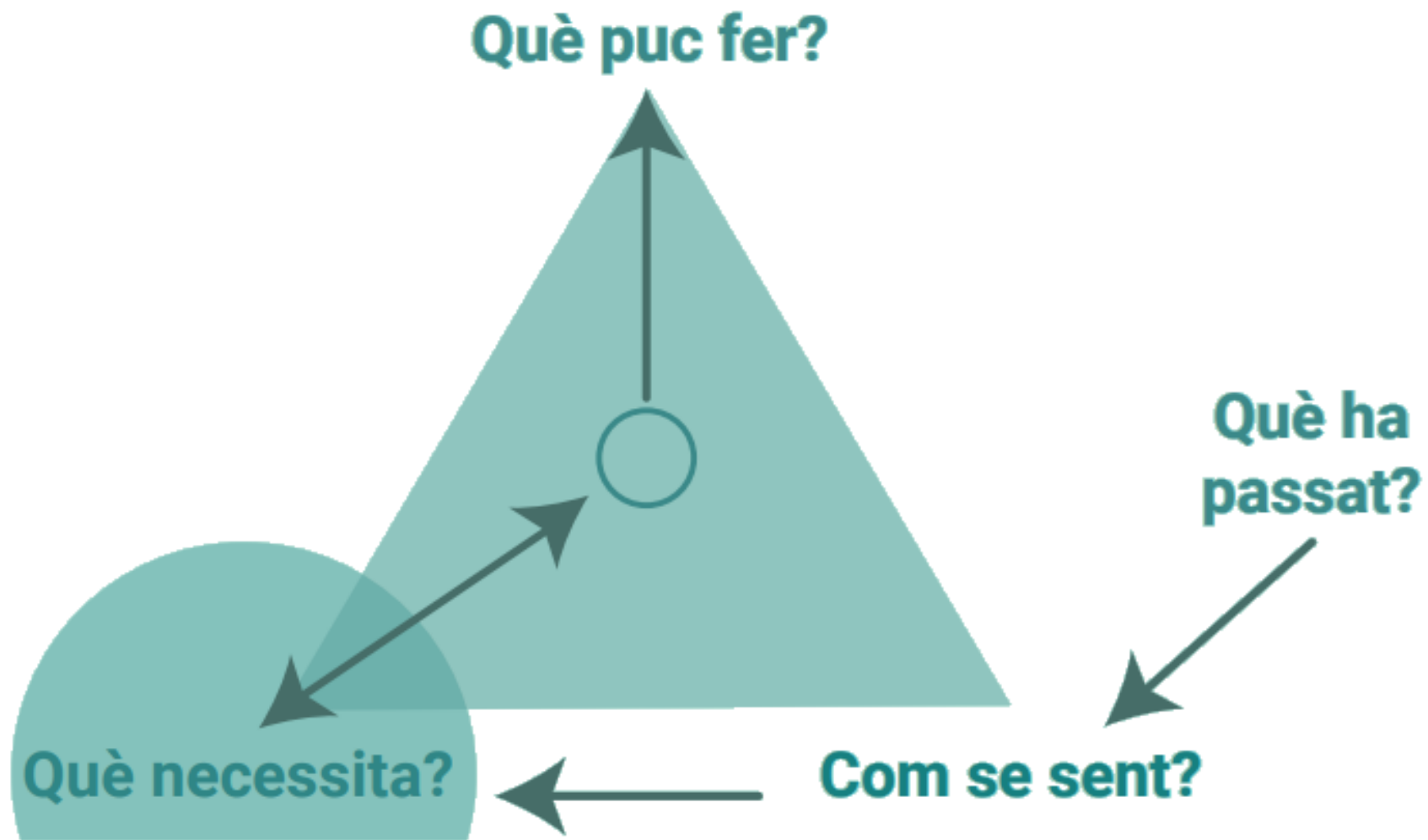


TRANSFORMACIÓ





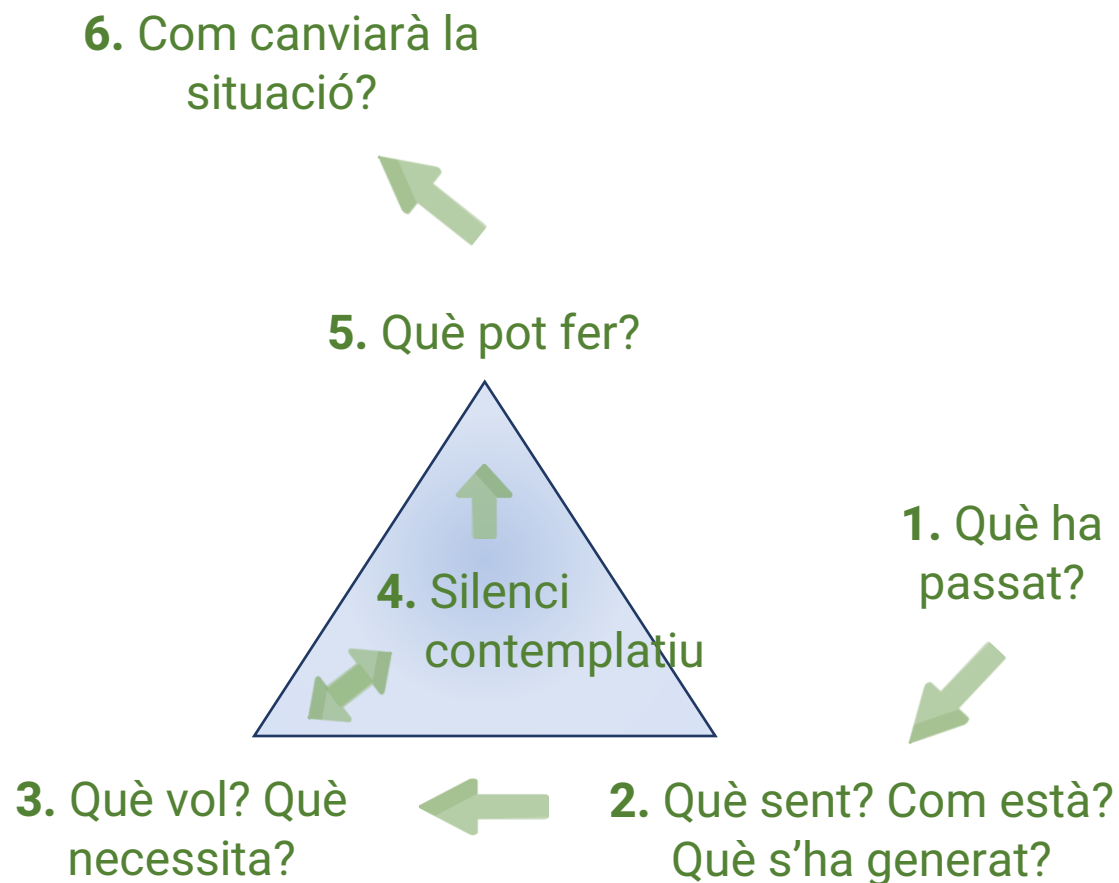
## Preguntes d'acompanyament







## Preguntes d'acompanyament



### 1. Pregunteu per la situació:

Observeu la situació sense jutjar i pregunteu:

- Què ha passat?
- Què ha succeït?

### 2. Acompanyeu en el sentiment (consciència):

- Com us sentiu respecte a això?
- Quines emocions són presents en vosaltres?
- Quin clima emocional hi ha?

### 3. Acompanyeu en l'elecció:

- Què voleu?
- Què necessiteu?
- Com us voleu sentir?
- Què és important per a vosaltres per sentir-vos millor?
- Hi ha alguna cosa que hagueu de reparar en vosaltres?

### 4. Ajudeu en l'observació conscient:

Feu una pausa que ajudi a observar sense jutjar. Genereu moments de silenci, de respiració, etc. Des d'aquest to, torneu a formular preguntes.

- Podeu reconèixer la vostra veritable necessitat?
- Sí? (En cas afirmatiu, valideu i legitimeu aquesta fita.)
- No? (En cas negatiu, reconeixeu el camí fet i torneu a revisar.)

### 5. Acompanyeu en la responsabilització:

- Què podeu fer per sentir-vos bé?
- Què necessiteu per tal d'aconseguir-ho?
- Qui us pot ajudar? Què podem fer nosaltres (el centre)?

### 6. Acompanyeu en la projecció al futur:

- Com canviarà la situació?
- Què us agradaria que passés?

*Passat un temps, pregunteu:*

- Com esteu?
- Com està anant?

# Acompanyar a qui ocupa el rol d'agressor/a en situacions de bullying

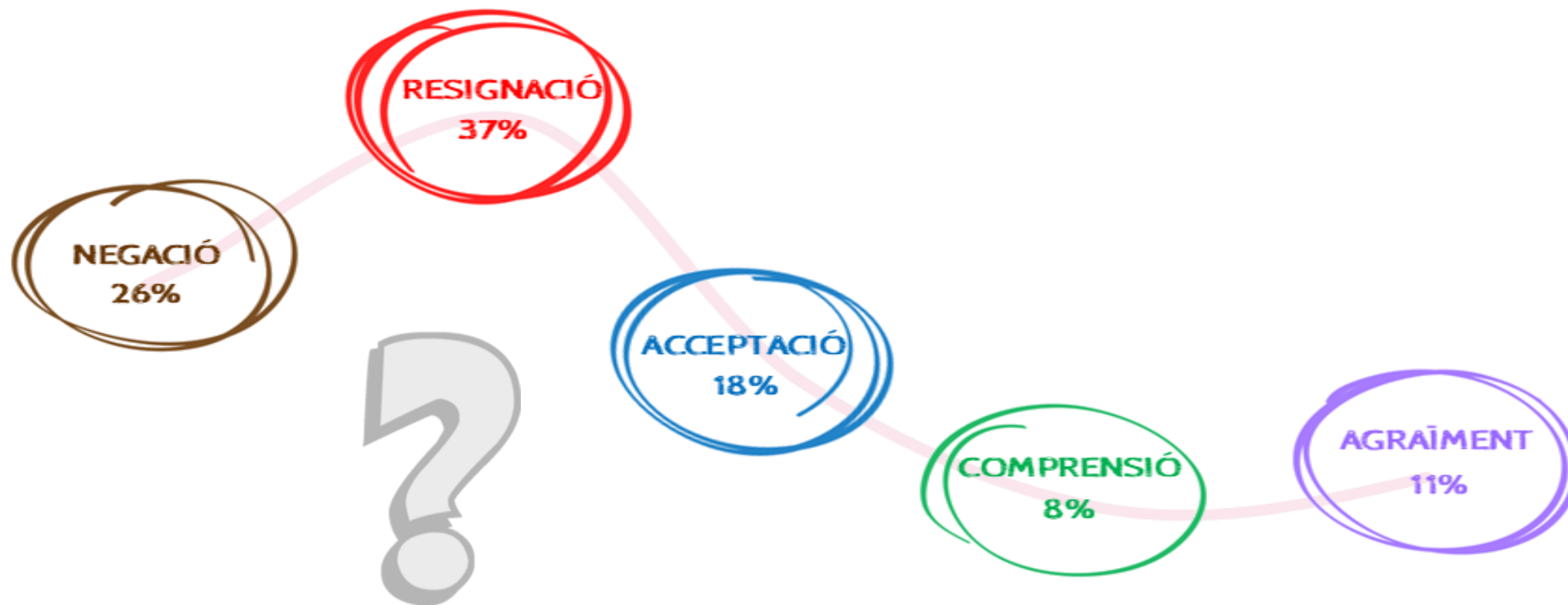
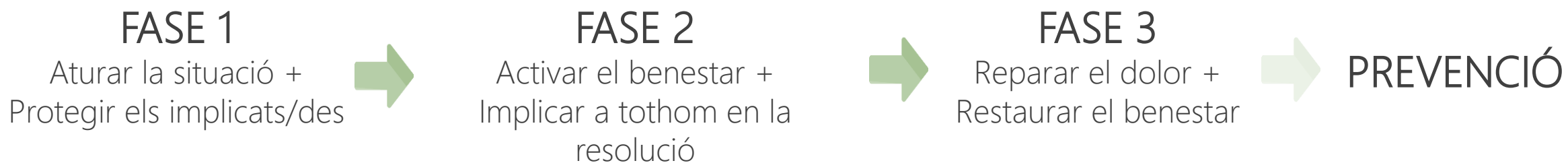
## Estratègies per a la **transició emocional**

Ramiro A. Ortegón Delgadillo  
Soci Equip SEER (Salut i Educació Emocional)  
President Plataforma PDA Bullying

SEER 2  ANYS



# Fer un procés (moviment) dins la complexitat emocional





# Reptes en l'abordatge de situacions complexes: la gestió emocional



## Negació:

Aquesta fase busca "esmortir" l'impacte de la vivència emocional; no volem veure el que està passant ni donar-li importància. Es tendeix a bloquejar (per por, nervis o inseguretat), evadir (manifestant emocions relacionades amb l'alegria), o realitzar moltes accions al mateix temps.



## Resignació:

Aquesta fase es caracteritza per les emocions de ràbia, impotència, rebuig, indignació, desil·lusió, tristesa. Sabem el que passa i li donem la importància que mereix, però ho rebutgem. Pot haver-hi manifestació d'apatia; aquí trobem càrregues i autoprotecció.



## Acceptació:

En aquesta fase reconeixem per acceptar el que està passant, li donem un lloc i, per tant, ho podem revisar i revalorar. Aquí ens permetem sentir l'emoció i reconeixem que aquesta ens connecta amb altres emocions més profundes (per exemple, sentir tristesa em connecta amb l'estima o l'amor). Es comença a deixar el "per què està passant això?" (motius) per entendre "per a què passa això?" (oportunitats), on em porta el que estic vivint?



## Comprensió:

Aquesta fase es produeix quan integrem i donem un lloc a allò que estem vivint, veiem que allò que experimentem succeeix per una raó, li donem sentit o omplim de sentit allò que hem viscut i ens centrem en el propòsit, el "per a què?". Connectem amb les nostres fortaleses, confiança i seguretat.



## Agraïment:

aquesta fase ens indica que hem aconseguit un aprenentatge. Potser s'ha sanat el dolor ("el dolor sanat és dolor que se n'ha anat") o aprenem com viure-ho per poder transcendir-lo. En aquest moment, podem mirar cap enrere i agrair tota la vivència, així com mirar cap endavant i afrontar des de l'aprenentatge.

Annex:  
Cuadernos para  
acompañar



 Recursos..!

## Salut i Educació Emocional (2021). Estudi salut emocional jove. Consell Comarcal del Garraf





## Recursos..!



## Direcció General de Joventut



Guies: **Com trobar hi sentit**



Equip SEER



 Recursos..!

## Abordatge integral del conflicte



## Lectures d'especialització

Equip SEER





[www.pdabullying.com](http://www.pdabullying.com)

[direccio@pdabullying.com](mailto:direccio@pdabullying.com)

@PDABullying



[www.salutieducacioemocional.com](http://www.salutieducacioemocional.com)

[equipseer@salutieduacioemocional.com](mailto:equipseer@salutieduacioemocional.com)

@EquipSEER



Aquest document està protegit per una llicència Creative Commons.

**Citar com:**

Ortegon, RA (2023). Acompanyar a qui ocupa el rol d'agressor/a en situacions de bullying, estratègies per a la transició emocional. Centre de documentació de serveis socials (DIXIT).