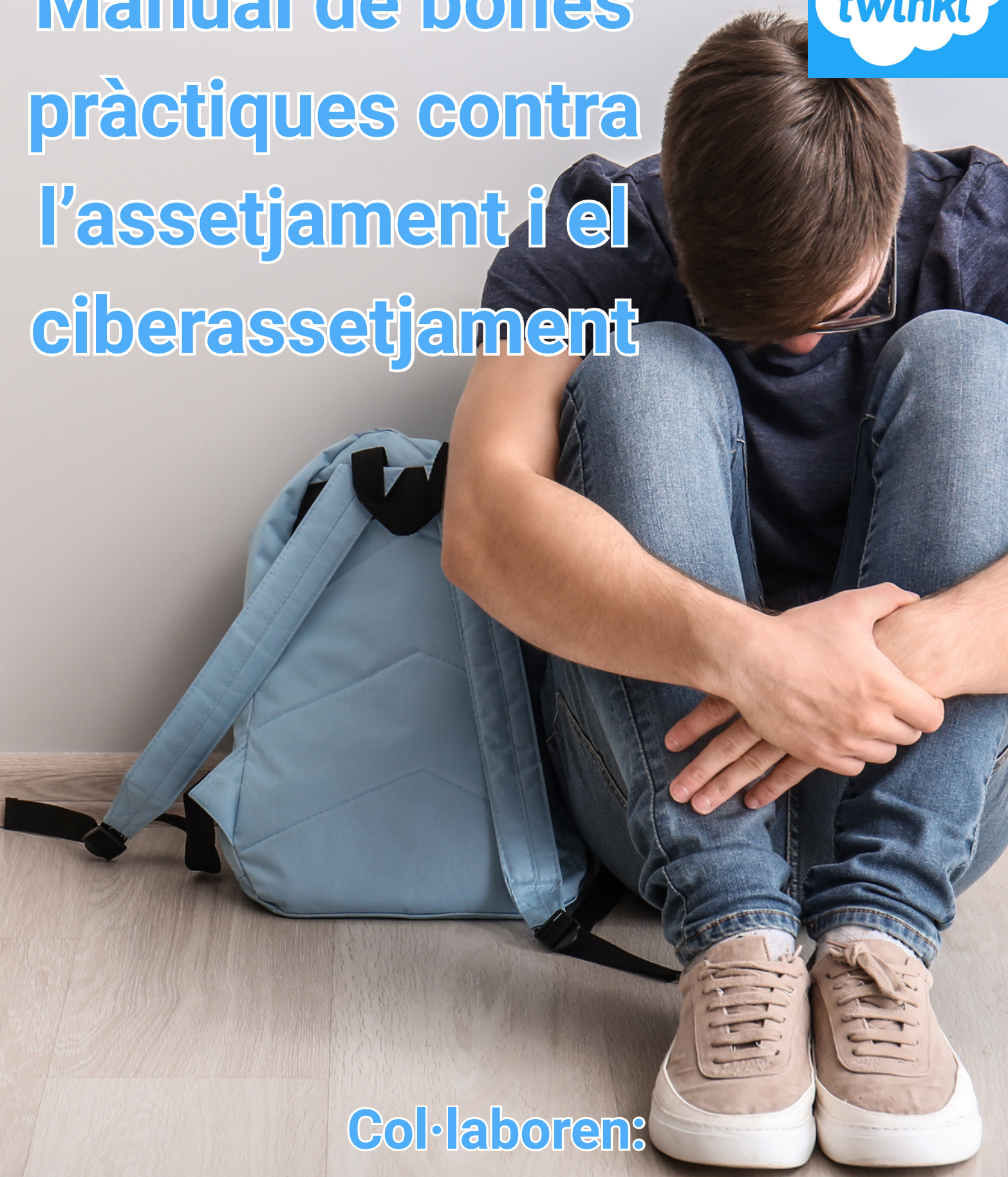
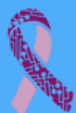


Manual de bones pràctiques contra l'assetjament i el ciberassetjament



Col·laboren:



Asociación
Stop! Violencia de
Género Digital



FUNDACIÓN
ANAR

Ayuda a Niños/as y Adolescentes en Riesgo



Asociación
Salmantina
contra el
Bullying y
Cyberbullying

Ajuts
2025

fcri

Fundació
Catalana per a
la Recerca i la
Innovació

PDA
Plataforma

BULLYING



Índex de continguts



-  Què és aquest manual de bones pràctiques?
-  Últimes dades sobre assetjament i ciberassetjament a Espanya
-  Entitats col·laboradores
-  Manual de bones pràctiques d'**ANAR**
-  Manual de bones pràctiques d'**Associació Stop Violència de Gènere Digital**
-  Manual de bones pràctiques de **PDA Bullying**
-  Manual de bones pràctiques d'**Ascbyc**
-  Les docents aconsellen
-  Recursos disponibles a Twinkl
-  Informació d'interès de col·laboradors

Què és aquest manual de bones pràctiques?



Twinkl España, en col·laboració amb una sèrie d'associacions especialitzades en la prevenció de l'assetjament escolar i el ciberassetjament, ha creat, amb motiu del **2 de maig, Dia Internacional contra l'Assetjament Escolar**, aquest manual de bones pràctiques. Aquest document resulta de la unió de consells, accions i propostes per fomentar la prevenció i resolució de l'assetjament escolar a les aules espanyoles. A través d'aquestes pàgines, podràs trobar informació rellevant orientada a solucionar els possibles dubtes i problemàtiques dels i les docents i les famílies, així com també consells d'altres professionals de la docència i informació i telèfons d'interès.

Aprofitem per recordar-te que acabar amb la xacra de l'assetjament escolar és una missió col·lectiva.
Si tothom eduquem en el respecte, valors i empatia, podrem aconseguir-ho.

Últime dades sobre assetjament i ciberassetjament a Espanya

Primer, una mica de context global



1 de cada 3 estudiants en el món ha estat víctima d'assetjament escolar.



La prevalença de l'assetjament escolar varia significativament entre regions, des d'un 22,8 % a l'Amèrica Central fins a un 48,2 % a l'Àfrica subsahariana.



Més del 50 % de les persones menors d'edat han estat víctimes de ciberassetjament.



YouTube (79 %), Snapchat (69 %), TikTok (64 %) i Facebook (49 %) són les xarxes on els i les menors tenen més probabilitats de patir ciberassetjament.



Entre 2018 i 2022, els casos de ciberassetjament van augmentar a Europa, passant del 12 % al 15 % en nois i del 13 % al 16 % en noies.

Últime dades sobre assetjament i ciberassetjament a Espanya

I ara, dades a Espanya



El 9,4 % de l'alumnat ha estat víctima d'assetjament escolar i/o ciberassetjament.

D'aquest percentatge, el 6,5 % va patir assetjament escolar presencial, l'1,1 % ciberassetjament i l'1,8 % tots dos tipus.



El 47,3 % de l'alumnat que pateixen assetjament l'experimenten durant mesos, i el 26,6 % durant més d'un any.



Els insults, malnoms i burles són les formes més comunes (87,6 %), seguides de l'aïllament (42,6 %), la difusió de rumors (26,8 %), les agressions físiques (22,2 %) i les amenaces (20,9 %).



L'assetjament escolar té major incidència entre els 11 i 12 anys (66,2 %).



L'1,1 % de l'alumnat ha sofert ciberassetjament i l'1,8 % ha experimentat tant assetjament escolar com ciberassetjament.

Font: Fundació ANAR i Fundació Mútua Madrilenya

Últime dades sobre assetjament i ciberassetjament a Espanya



Ara, dades en Espanya



WhatsApp és l'aplicació més utilitzada en casos de ciberassetjament, amb gairebé un 72 % de les víctimes que afirmen haver estat assetjades a través d'aquesta plataforma.



Gairebé la meitat de les víctimes d'assetjament (46,4 %) reconeix haver patit alguna situació de maltractament digital.



A Canàries, els intents de suïcidi entre menors s'han disparat, amb 135 casos el 2024. La comunitat presenta la major prevalença d'assetjament a l'Estat (10,2 %), segons l'informe PISA 2022.



El 71,4 % de l'alumnat pensa que l'equip docent intervé davant casos d'assetjament, un augment del 9,9 % respecte a l'any anterior. No obstant això, el 28,6 % considera que el professorat no actua.

Font: Fundació ANAR i Fundació Mútua Madrilenya

Entitats col·laboradores



**Asociación
Salmantina
contra el
Bullying y
Cyberbullying**



**Asociación
Stop! Violencia de
Género Digital**

PDA BULLYING
Plataforma



**Ajuts
2025**



**Fundació
Catalana per a
la Recerca i la
Innovació**



**Clica a cada imatge per a
accedir a les webs de les entitats.**

Manual de bones pràctiques d'ANAR

Com pot fomentar-se l'empatia, el respecte i la inclusió en l'alumnat?

Fomentar el respecte i l'empatia és clau a l'hora de prevenir l'assetjament escolar.

Segons les seves orientacions, és fonamental que tant famílies com centres educatius promoguin valors com la tolerància, l'escolta activa i la solidaritat des d'edats primerenques.

Entre les recomanacions d'ANAR per prevenir l'assetjament es troben:

- *Fomentar la comunicació oberta i de confiança entre menors i adults.*
- *Ensenyar els infants a posar-se en el lloc de l'altre, per desenvolupar l'empatia.*
- *Establir normes clares de convivència i respecte en l'entorn escolar.*
- *Intervenir de manera immediata davant qualsevol senyal d'assetjament, sense minimitzar el problema.*
- *Educar en la resolució pacífica de conflictes i en el valor de la diversitat.*

Manual de bones pràctiques d'ANAR

¿Quines estratègies s'usen per a educar l'alumnat sobre l'assetjament escolar i el ciberassetjament?

ANAR organitza tallers en centres educatius que aborden tant l'assetjament escolar com el ciberassetjament. Aquestes sessions se centren en identificar situacions d'assetjament, diferenciar entre conductes violentes i no violentes, i fomentar l'empatia i el respecte entre l'alumnat. També, han elaborat guies dirigides a menors i famílies que proporcionen informació sobre com reconèixer l'assetjament, estratègies per afrontar-lo i recursos disponibles per obtenir ajuda.

D'altra banda, ANAR compta amb línies d'ajuda gratuïtes i confidencials per a menors que necessitin suport. I un punt important en matèria d'estratègies és la col·laboració d'ANAR amb universitats i altres institucions per organitzar jornades i esdeveniments que sensibilitzin sobre l'assetjament escolar i el ciberassetjament.



Manual de bones pràctiques d'ANAR

¿Com s'involucra a les famílies en la prevenció i detecció de l'assetjament?

Les famílies poden involucrar-se de les següents maneres: Fomentar la comunicació oberta. Establir un entorn de confiança on els fills i les filles se sentin còmodes compartint les seves experiències escolars.

- *Observar canvis en el comportament. Estar atents a senyals com ara alteracions en l'estat d'ànim, descens en el rendiment acadèmic o resistència a assistir a l'escola.*
- *Col·laborar amb el centre educatiu. Mantenir una comunicació fluida amb els professorat i personal escolar per abordar conjuntament qualsevol indicatiu d'assetjament.*
- *Educar en valors. Promoure a casa principis de respecte, empatia i tolerància envers als altres.*
- *Buscar suport professional. En cas de sospita o confirmació d'assetjament, contactar amb especialistes o utilitzar recursos com la línia d'ajuda gratuïta i confidencial d'ANAR.*

Manual de bones pràctiques d'ANAR



Quins canvis proposaries en el protocol actual per a que la resposta davant l'assetjament sigui més ràpida i efectiva?

Cal implementar una sèrie de canvis i millores en el seu disseny i aplicació. Aquestes recomanacions es basen en la seva experiència atenent casos d'assetjament escolar i ciberassetjament a través de les seves línies d'ajuda i en col·laboració amb centres educatius. Algunes de les seves propostes i recomanacions són:

- *Aplicació immediata i coherent*
- *Formació específica del personal educatiu*
- *Implicació activa de les famílies*
- *Atenció integral a totes les parts involucrades*
- *Promoció d'una cultura de respecte i empatia*
- *Avaluació i seguiment continu*



Manual de bones pràctiques d'ANAR

3 consells de bones pràctiques per a docents:

Parar atenció a canvis en el comportament dels infants, com l'aïllament o la davallada en el rendiment acadèmic. Poden ser senyals que alguna cosa està succeint.

Integrar en el currículum escolar activitats que promoguin valors com la tolerància, la solidaritat i l'empatia. Això contribueix a crear un entorn escolar en el qual l'assetjament no tingui cabuda.

Mantenir una comunicació fluida amb les famílies o tutors de l'alumnat, informant-los sobre situacions d'assetjament i col·laborant en la cerca de solucions.

Manual de bones pràctiques de l'Associació Stop Violència de Gènere Digital

Com pot fomentar-se l'empatia, el respecte i la
inclusió en l'alumnat?

*Coneixent històries de primera mà,
escoltant com ho estan passant les
persones que pateixen assetjament.*

Quines estratègies s'usen per educar els infants
sobre l'assetjament escolar i el
ciberassetjament?

*En l'actualitat, poques o cap; i si se n'usen,
no donen resultats.*

Com s'involucra les famílies en la prevenció i
detecció de l'assetjament?

*No se'ls involucra, només si són els seus
fills i filles qui el pateixen.*

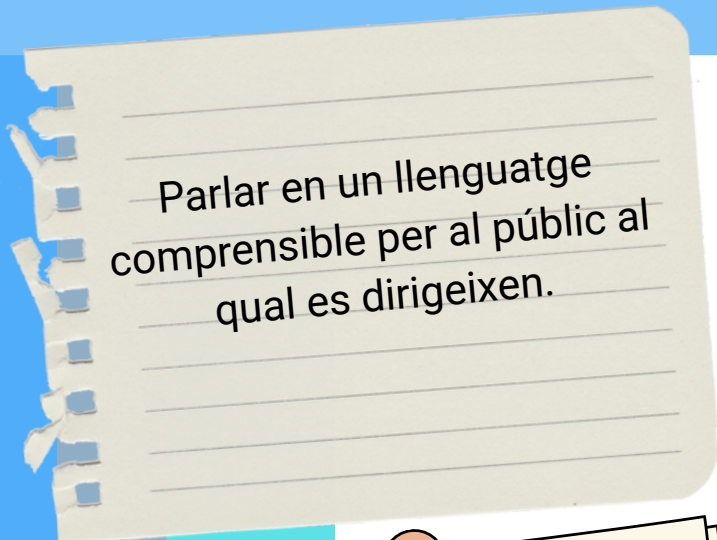
Manual de bones pràctiques de l'Associació Stop Violència de Gènere Digital



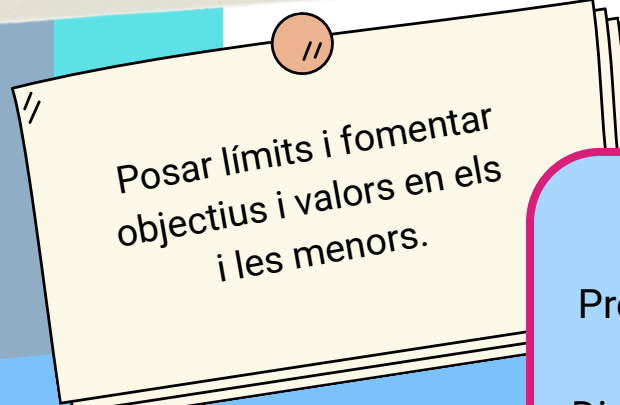
Quins canvis proposaries en el protocol actual per a
que la resposta davant
l'assetjament sigui més ràpida i efectiva?

*Conscienciar sobre el fet que els protocols
protegeixen tothom i que utilitzar-los
garanteix el bé comú.*

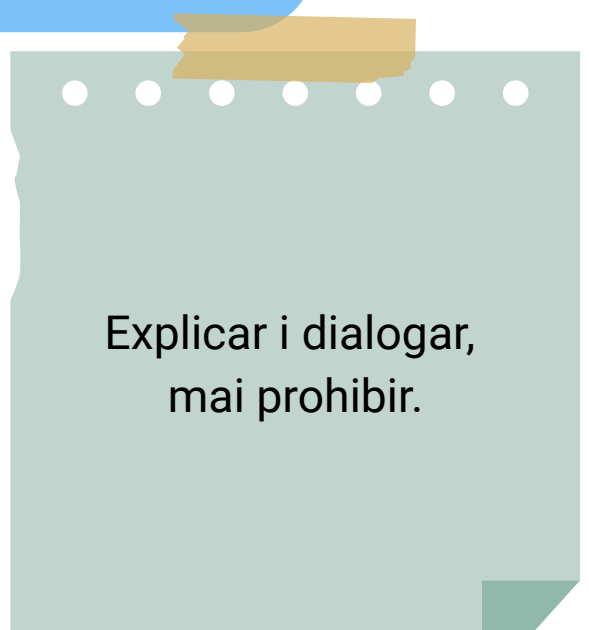
3 consells de bones pràctiques per a docents:



Parlar en un llenguatge
comprensible per al públic al
qual es dirigeixen.



Posar límits i fomentar
objectius i valors en els
i les menors.



Explicar i dialogar,
mai prohibir.

Encarni Iglesias

Presidenta de l'Associació Stop Violència de
Gènere Digital

Directora de l'Observatori de Violència Digital



Manual de bones pràctiques d'Ascbyc



Com pot fomentar-se l'empatia, el respecte i la inclusió en l'alumnat?

Fomentar l'empatia, el respecte i la inclusió entre estudiants és fonamental per a una convivència escolar positiva i enriquidora per a l'alumnat.

Promoure valors i pensament crític és fonamental, a més d'enriquir tot això amb experiències que els aportin realitat i promoguin creixement personal basat en exemples reals i positius.

Indubtablement, l'educació en intel·ligència emocional i habilitats socials que fomentin o ajudin a la gestió de totes les emocions és un aliat a l'hora de fomentar valors.

També a través de campanyes, dinàmiques, jocs de rol, activitats de reflexió, projectes comunitaris, etc.



Manual de bones pràctiques d'Ascbyc



Quines estratègies s'usen per educar els i les
estudiants sobre l'assetjament escolar i
el ciberassetjament?

Sempre he apostat per la prevenció, el pensament crític, la intervenció primerenca i sensibilitzar davant aquestes conductes, per la qual cosa tracto d'aportar estratègies de comunicació obertes a la comunitat educativa, polítiques de tolerància zero davant qualsevol maltractament fent saber les conseqüències de tot això, activitats d'integració, educació emocional i resolució de conflictes.

També la identificació de qualsevol senyal a través del propi coneixement i la creació d'entorns segurs amb professionals formats en tot això. En el ciberassetjament, es poden implementar estratègies d'empatia en línia i la promoció de l'ús responsable de les xarxes socials.



Manual de bones pràctiques d'Ascbyc



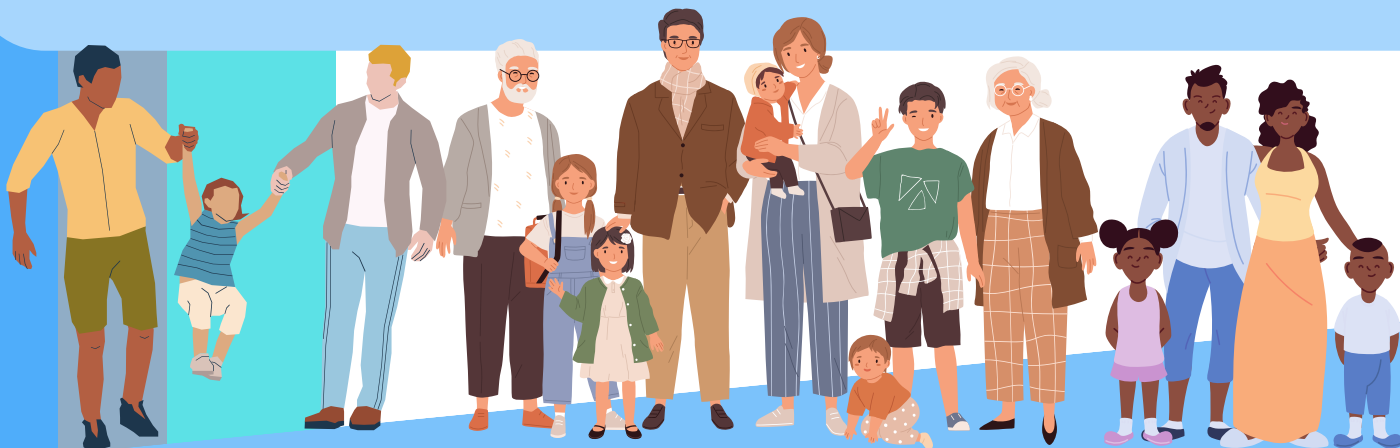
Com s'involucra a les famílies en la prevenció i detecció de l'assetjament?

Les famílies, igual que el professorat, han de conèixer la realitat de l'assetjament escolar i que els seus fills i filles poden ser-ne víctimes, victimaris o espectadors.

Cal formació que els ajudi a prevenir i detectar l'assetjament escolar, però també han de tenir recursos per a fer front a tot això.

La família ha de tenir clar que escoltar els seus fills i filles, parlar d'assetjament escolar, de ciberassetjament... és prevenir i donar-los la confiança per, si tenen algun problema, poder acudir a ells, que explicar-ho també és educar.

Ser un exemple i educar en valors amb una comunicació oberta i participativa en la vida escolar dels seus fills i filles, que puguin observar i respondre davant qualsevol conflicte.





Manual de bones pràctiques d'Ascbyc



Quins canvis proposaries en el protocol actual per a que la resposta fos més ràpida i efectiva?

En primer lloc, tenim 17 protocols diferents, un per cada comunitat a Espanya, encara que l'assetjament escolar és igual a tot arreu, per la qual cosa implantaria un protocol únic en totes les comunitats, un protocol en el qual la burocràcia no fos tanta per al centre, amb plantilles que agilitzin els documents i amb una comissió neutral formada en assetjament i ciberdelictes i que pugui intervenir amb rapidesa davant la més mínima sospita. Molts protocols no estan actualitzats, per la qual cosa seria important aquesta actualització en la qual hi hagués directrius clares i concises.





Manual de bones pràctiques d'Ascbyc

3 consells de bones pràctiques per a docents:

Promoure el treball en equip
perquè puguin establir-se
connexions i enfortir valors.

Ser un referent tot
fomentant l'aprenentatge i
la retroalimentació sana i
constructiva.

Fomentar la comunicació
oberta on l'alumnat se senti
segur i còmode expressant
els seus sentiments, dubtes
o allò que els preocupa amb
respecte i sense que se'ls
jutgi.

Carmen Guillén

Presidenta de l'Associació de Salamanca
Contra el Bullying y el Cyberbullying de
Castella i Lleó

Manual de bones pràctiques de PDA Bullying



Com pot fomentar-se l'empatia, el respecte i la inclusió en l'alumnat?

Fomentar l'empatia, el respecte i la inclusió en l'entorn escolar és fonamental a l'hora de prevenir situacions d'assetjament i construir una convivència saludable. Aquestes actituds no es desenvolupen de manera espontània, sinó que requereixen d'una intervenció educativa planificada i constant, que impliqui a tota la comunitat educativa.

Una de les vies més eficaces per afavorir aquestes competències és el treball sistemàtic de l'educació emocional. Activitats que ajuden l'alumnat a identificar i expressar les seves emocions, a reconèixer les dels altres i a relacionar-se de manera respectuosa, són essencials per generar vincles positius. L'empatia es conrea quan es creen espais segurs on les persones se senten escoltades i valorades.

L'ús de metodologies cooperatives i dinàmiques grupals que promoguin la participació activa i la col·laboració també resulta clau. El treball en equip, els jocs cooperatius o la resolució conjunta de conflictes permeten l'alumnat conèixer-se millor, trencar barreres i desenvolupar habilitats socials que afavoreixen la inclusió.

A més, és fonamental cuidar no només el clima de l'aula, sinó també el clima global del centre educatiu. Per a això, cal establir normes de convivència clares i consensuades que afavoreixin el benestar de tota la comunitat educativa, fomentar el diàleg i el respecte a la diversitat, així com intervenir davant actituds excloents o discriminatòries. Aquestes accions contribueixen a crear un entorn en el qual tots els nens, nenes i adolescents se sentin part del grup i puguin confiar en el seu entorn, i créixer en un espai on se sentin segurs i protegits.

Manual de bones pràctiques de PDA Bullying



Com pot fomentar-se l'empatia, el respecte i la inclusió en l'alumnat?

Un altre aspecte imprescindible és la implicació de tota la comunitat educativa. El professorat, les famílies, el personal no docent i els propis estudiants han de formar part activa de les accions de prevenció. Programes com els equips d'ajuda entre iguals o els grups de convivència són una bona pràctica que afavoreix la corresponsabilitat i la participació, i que a més ajuda a la detecció de possibles alertes.

Finalment, és fonamental oferir formació específica al personal educatiu perquè puguin identificar senyals d'alerta, intervenir de manera adequada i brindar acompanyament emocional als menors implicats. Comptar amb un equip socioeducatiu format i sensibilitzat és clau per fomentar relacions saludables i prevenir qualsevol forma de violència. És igualment important que tots els professionals de l'equip comparteixin una mateixa línia d'actuació i una mirada comuna cap a l'alumnat.

Quines estratègies s'usen per educar als estudiants sobre l'assetjament escolar i el ciberassetjament?

Una de les bases més sòlides d'aquesta tasca educativa és el treball continuat de la formació preventiva en acompanyament al desenvolupament socioemocional.

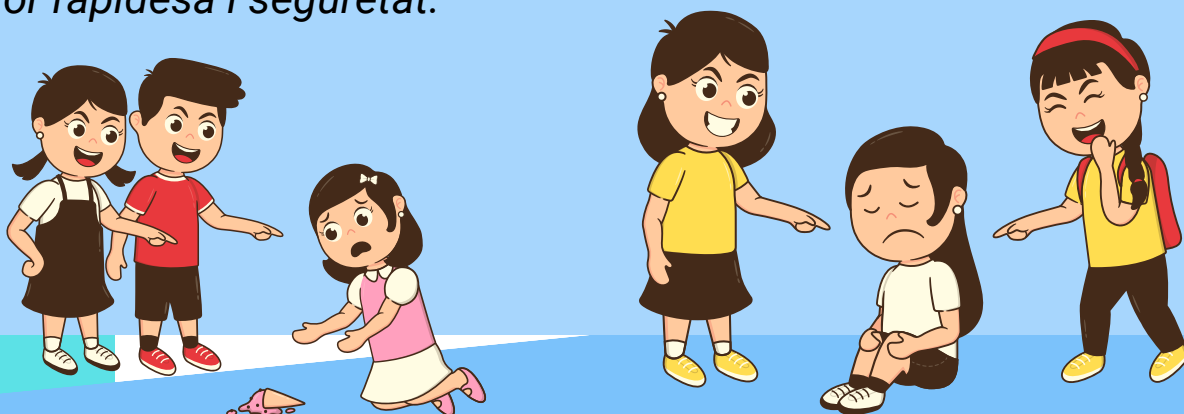
Manual de bones pràctiques de PDA Bullying

A través d'activitats adaptades a cada etapa, l'alumnat aprèn a identificar emocions, regular-les, posar-se en el lloc de l'altre i resoldre conflictes de manera no violenta.

Aquest enfocament permet desenvolupar habilitats clau com l'empatia, l'autoestima i la comunicació assertiva, que són fonamentals per prevenir conductes agressives i generar vincles positius. L'educació emocional es converteix, per tant, en un element clau per a l'acció preventiva davant l'assetjament i el ciberassetjament; en promoure un desenvolupament socioemocional sa i equilibrat, inevitablement, promou també vincles saludables entre les persones i els grups.

També són importants les accions de sensibilització, com ara tallers, dinàmiques, debats, jornades o la creació de materials audiovisuals que ajudin a comprendre què és l'assetjament, com es produeix i quin és l'impacte que té en les persones implicades. Aquestes activitats promouen la reflexió i la presa de consciència, i moltes vegades s'acompanyen de testimoniatges o experiències reals que reforcen el missatge des d'una dimensió emocional.

En paral·lel, es treballa amb l'alumnat la comprensió dels protocols i canals d'ajuda disponibles en el centre educatiu. Saber què fer davant una situació d'assetjament, a qui acudir i quins passos seguir permet actuar amb major rapidesa i seguretat.



Manual de bones pràctiques de PDA Bullying

Una estratègia especialment positiva és la participació activa del propi alumnat en la prevenció i la detecció. A través d'iniciatives com els equips d'ajuda entre iguals o els grups de sentinelles, es forma a estudiants perquè promoguin el bon tracte i acompanyin els seus companys i companyes, detectin situacions de risc i puguin comunicar-les o denunciar-les.

Això afavoreix la corresponsabilitat i converteix l'alumnat en agent de canvi dins del centre.

En el cas del ciberassetjament, s'inclouen continguts específics sobre l'ús responsable de la tecnologia, els riscos de l'exposició en xarxes socials i la protecció de la identitat digital. S'aborden conceptes com la suplantació d'identitat (spoofing), la sextorsió o el happy slapping, i s'ofereixen eines per prevenir aquestes formes de violència i saber com actuar si es produeixen.

Finalment, es reforça la col·laboració amb les famílies, implicant-les en el procés educatiu mitjançant formacions, trobades i establint canals de comunicació efectius entre famílies i el centre educatiu. Les famílies són aliades clau en la detecció i acompanyament dels casos, i la seva participació garanteix una resposta més coordinada i efectiva.



Manual de bones pràctiques de PDA Bullying

Com s'involucra a les famílies en la prevenció i detecció de l'assetjament?

Una de les formes més habituals d'implicació és a través d'espais de formació i sensibilització específics per a famílies. En aquesta línia, per exemple, des de SEER, en col·laboració amb les associacions de famílies i els centres educatius, promovem trobades periòdiques per a mares i pares on reflexionar conjuntament sobre l'assetjament escolar, les seves causes, els senyals d'alerta i el paper que poden exercir en la seva prevenció i detecció, així com ser una part activa en la reparació. Aquests espais no sols ofereixen informació útil, sinó que també permeten compartir inquietuds i necessitats, elements clau per crear xarxes de suport entre famílies.

Així mateix, molts centres educatius promouen la participació de les famílies en activitats de promoció del bon tracte, com ara jornades de convivència, campanyes de sensibilització o projectes d'aula. La seva presència en aquesta mena d'accions reforça els missatges transmesos en l'entorn escolar i afavoreix una major coherència educativa entre l'escola i l'àmbit familiar.

Una altra forma d'implicació és a través de la comunicació activa i constant amb el professorat i els equips d'orientació. En aquest sentit, s'anima les famílies a observar el comportament dels seus fills i filles, a estar atentes a canvis significatius en l'estat d'ànim, el rendiment escolar o les relacions socials, i a comunicar qualsevol preocupació al centre. Aquesta col·laboració és clau per detectar situacions de risc de manera primerenca.

Manual de bones pràctiques de PDA Bullying



Quins canvis proposaries en el protocol actual per a que la resposta davant l'assetjament sigui més ràpida i efectiva?

El Model PDA és un sistema que ens permet poder avaluar qualsevol protocol existent i proposar millores significatives. Veure el marge de millora és clau, sobretot si el que es busca és que la resposta sigui més àgil i eficaç des del primer moment en què es detecta un senyal d'alerta.

En general, centrarem la resposta en la millora de la detecció; no obstant això, som conscients de les grans necessitats que poden existir a millorar l'actuació, una resposta que no es quedi en aturar el problema, sinó que vagi més enllà, fins a la reparació real.

En la detecció, la primera proposta per millorar els protocols seria reforçar la detecció precoç o detecció preventiva continuada, dotant als equips educatius d'eines pràctiques que facilitin la identificació de senyals d'alerta. Existeixen diversos recursos útils que poden aplicar-se de manera senzilla en el dia a dia, idees que ajudin a veure indicadors conductuals (aïllament, inseguretat, canvis bruscos de comportament), posar nom a la violència, reconèixer el mapa emocional d'un grup, etc.

En aquest sentit, la utilització d'espais de diàleg i escolta activa, on l'alumnat pot expressar preocupacions que d'una altra manera podrien passar desapercibudes, són clau. És important incorporar una mirada de participació, quan generem espais participatius, possibilitem l'expressió emocional i de necessitats, expressar és l'avantsala de l'escolta i, una bona escolta, és l'eina necessària per detectar.

Manual de bones pràctiques de PDA Bullying



A més, convé donar un paper més actiu a l'alumnat. Moltes escoles ja compten amb iniciatives com els grups de sentinelles o els equips de convivència, on el propi alumnat, prèviament format, actua com a observador del clima del centre i ajuda a detectar situacions de malestar i de violència. Incloure la seva participació de manera formal dins del protocol permetria ampliar els canals de detecció i augmentar l'eficàcia de la resposta.

També cal destacar que una millora urgent és poder incorporar elements en els protocols que permetin activar, de veritat, la resposta urgent o ràpida. La nostra proposta passa per incorporar el Sistema de Valoració del Nivell d'Alerta (SVNA), una eina que no sols ajuda a classificar la gravetat (objectivament) dels casos des del moment en què es detecten, sinó que, treballada pels equips professionals, resulta un sistema que aporta velocitat en la resposta i protecció a la privacitat de dades.

Amb resposta ràpida ens referim al fet que, quan s'activa una alerta, en 24 o 48 hores ja hauríem d'haver activat totes les accions de detecció per a la solució. És a dir, algunes mesures urgents per a la protecció, i totes les eines per a la diagnosi o indagació en la problemàtica detectada. De vegades, la falta d'aquests terminis definits pot fer que les intervencions es retardin. Establir, per exemple, que ha d'actuar-se en aquest màxim de 48 hores des de la detecció inicial ajudaria a actuar amb major agilitat i reforçar la confiança de l'alumnat i les famílies en el sistema. I, de fet, tota resposta primerenca és un factor protector davant el desenvolupament o empitjorament de la salut mental i emocional de les persones implicades.

També seria útil que la figura de coordinació de benestar i protecció dels centres, així com la del delegat o delegada de protecció en els serveis o equipaments d'educació no formal, estiguessin degudament preparades i formades per donar una resposta efectiva. Aquestes figures, en el nostre parer, han de liderar equips de valoració, equips encarregats de dur a terme les intervencions que activi el protocol, coordinar-se amb els diferents agents implicats i realitzar un seguiment del cas, assegurant que no es perdi temps en les etapes inicials del procés.

Finalment, és clau millorar la comunicació amb les famílies des del primer moment. De vegades, per precaució o per no generar alarma, es triga a informar les famílies, la qual cosa pot generar confusió o malestar. Comptar amb elles des de l'inici no sols millora la detecció i la intervenció, sinó que reforça la corresponsabilitat i l'acompanyament emocional. De fet, moltes vegades no fallen els protocols, sinó la manera de comunicar les accions.



Manual de bones pràctiques de PDA Bullying

3 consells de bones pràctiques per a docents:

Promoure l'educació emocional
de manera transversal com a
acció preventiva davant
l'assetjament i les violències.

Observar amb atenció i
detectar senyals d'alerta.

Davant d'un cas d'assetjament o violència,
és important activar respostes que
protegeixin la infància i l'adolescència.

Neus Palomares Gascon
Plataforma PDA Bullying i Equip SEER

Les docents aconsellen

Rosa, mestra d'audició i llenguatge



Com pot fomentar-se l'empatia, el respecte i la inclusió en l'alumnat?

Mitjançant activitats o projectes, per exemple, activitats de jocs de rol; simular situacions on els i les alumnes experimentin ser exclosos (ex.: «no pots jugar perquè parles diferent») i guiar la reflexió grupal. També amb projectes amb diversitat: assignar treballs en equips mixtos (infants amb i sense necessitats educatives) per valorar totes les formes de comunicació (llenguatge oral, gestual, pictogrames).

És important també un bon reforç positiu; fer servir frases com «Com et sentiries tu?» o «Aquí tothom suma» a l'aula, especialment amb alumnes que presenten dificultats de llenguatge o socialització.



Les docents aconsellen

Rosa, mestra d'audició i llenguatge



Quines estratègies s'usen per educar els i les estudiants sobre l'assetjament escolar i el ciberassetjament?

- *Tallers amb exemples reals. Mostrar missatges de WhatsApp o àudios ofensius adaptats a la seva edat i analitzar el seu impacte. Emfatitzar que les «bromes» que fan mal són assetjament.*
- *Creació de normes d'aula. Els i les estudiants proposen regles antiassetjament.*
- *Eines digitals. Usar plataformes com Padlet perquè comparteixin anònimament situacions de risc que hagin presenciat.*



[maestraal](https://www.instagram.com/maestraal)

Les docents aconsellen

Rosa, mestra d'audició i llenguatge



Com s'involucra a les famílies en la prevenció i detecció de l'assetjament?

- *Formació específica. Tallers per a pares i mares sobre senyals d'alarma (ex.: un nen amb quequesa que comença a evitar parlar a casa).*
- *Protocol clar. Enviar una guia senzilla amb passos com «Si el seu fill menciona un assetjament, escolti sense jutjar i contacti al tutor el mateix dia».*
- *Participació activa. Convidar les famílies a gravar vídeos curts amb missatges del tipus «A casa també diem NO a l'assetjament» per projectar-los l'escola.*

Quins canvis proposaries en el protocol actual perquè la resposta davant l'assetjament sigui més ràpida i efectiva?

Equip d'intervenció immediata

Mediació entre iguals

Registre sistemàtic



maestraal

Les docents aconsellen

Sara, mestra d'anglès



Com pot fomentar-se l'empatia, el respecte i la inclusió en l'alumnat?

A través de l'exemple diari, d'activitats cooperatives on cada veu compta i, per descomptat, amb projectes que celebrin la diversitat. Si aconseguim que cada alumne se senti vist i valorat, la inclusió ja no és una meta, és una realitat.

Quines estratègies s'usen per educar els i les estudiants sobre l'assetjament escolar i el ciberassetjament?

A la meva aula treballem amb jocs de rol, debats i materials visuals. També usem recursos digitals que simulen situacions reals. És important passar del «això està malament» al «això és el que jo puc fer».



Les docents aconsellen

Sara, mestra d'anglès



Com s'involucra a les famílies en la prevenció i detecció de l'assetjament?

Comunicació constant i pròxima. Informes, tutories, però també tallers en els quals les famílies no sols reben informació, sinó que aporten des de la seva experiència. Fem equip, no només repartiment de responsabilitats.

Quins canvis proposaries en el protocol actual perquè la resposta davant l'assetjament sigui més ràpida i efectiva?

Menys burocràcia i més acció. Protocols clars però flexibles, formacions pràctiques per al professorat, i un equip de resposta immediata que actuï com els bombers: amb eficàcia, però sense alarmes innecessàries.



Les docents aconsellen

Sara, mestra d'anglès



3 consells de bones pràctiques per a docents:

Escolta activa. De vegades un «profe, puc parlar amb tu?» val més que mil informes.

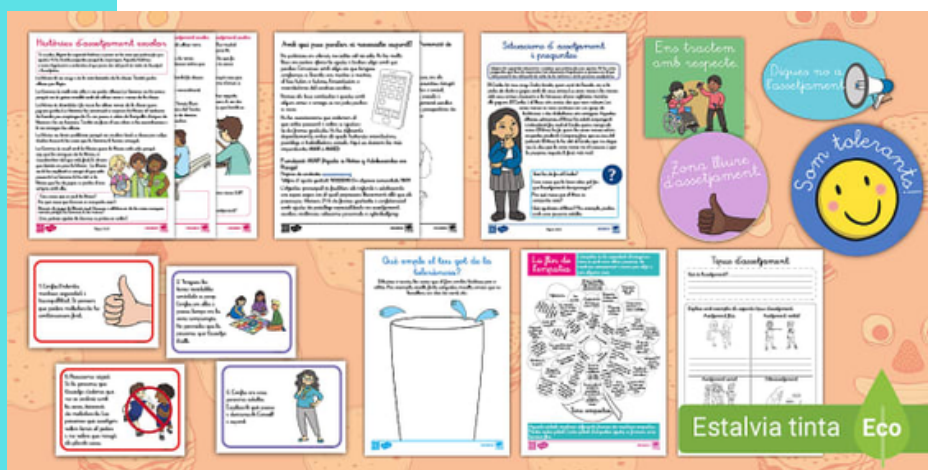
Observa el que no es diu. El llenguatge corporal i les mirades també parlen.

Predica amb l'exemple.
Si vols una aula respectuosa, comença per tu.



Recursos disponibles a Twinkl

Banc de recursos de Twinkl



Paquet de recursos



Targetes de debat



Clica a cada botó per accedir als materials

Recursos disponibles a Twinkl

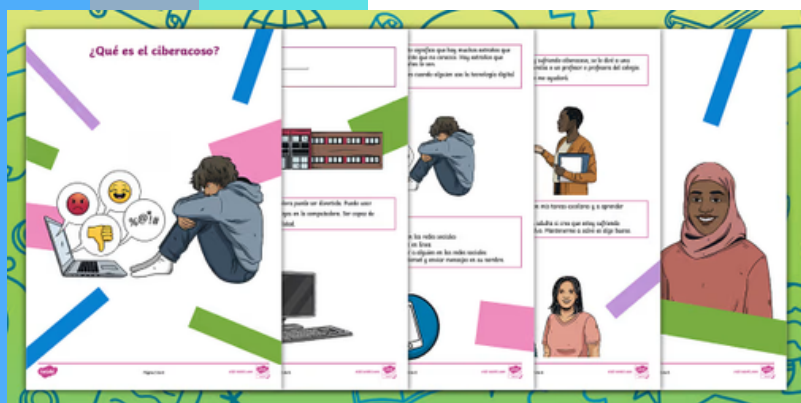
Banc de recursos de Twinkl



[Targetes sobre empatia](#)



[Comprensió sobre el ciberassetjament](#)



[Quadernet sobre el ciberassetjament](#)



Clica a cada botó per accedir als materials

Informació d'interès de col·laboradors



www.anar.org



900 20 20 10



Asociación
Stop! Violencia de
Género Digital



<https://stopviolenciadegenerodigital.com/>



91 462 48 20/659 08 26 31



Asociación
Salmantina
contra el
Bullying y
Cyberbullying



<https://ascbyc.org/>



644 84 86 09



<https://pdabullying.com/>



635 40 23 98

