



**E TI,
QUE PODES FACER?**



Malos tratos entre iguais: vivir e convivir na ESO.

Esta guía pretende axudarche a identificar e afrontar situacións de malos tratos entre iguais.

Texto:

traducido de © Jordi Collell e
Carme Escudé (2005) <http://www.xtec.cat/~jcollell>

Historia narrada en Cómic:

Xulia Vicente Jiménez. IES David Buján.

Imaxes e debuxos :

Flickr con licenza Recoñecemento-
Compartir Igual (by-sa).

Maquetación:

Silvia Fernández Álvarez (Dpto. Debuxo)

Grupo de Convivencia e Mediación do IES David Buján



Que son os malos tratos entre iguais?

As relacións coas compañeiras e compañeiros poden ser moi gratificantes; con eles estamos ben, compartimos e aprendemos moitas cousas importantes da vida. Pero ás veces, querendo ou sen querer, facémonos dano e isto xera infelicidade, malestar e sufrimento.

Case todo o mundo, nalgún momento da súa vida, tratou ou foi tratado con desconsideración por parte dalgún compañeiro. Pero cando esta situación é sistemática e repetida no tempo, é cando falamos de malos tratos entre iguais. Debedes saber que estas condutas poden chegar a ter consecuencias graves, non só para quen as comete e para quen as recibe, senón tamén para quen as contempla ou as coñece e non fai nada para evitalas.

A miúdo comezan como unha broma, sen mala intención, que pouco a pouco van aumentando. Trátase de darse conta de que alguén pode saír prexudicad@, e que entre tod@s podemos evitalo. Así conseguiremos que se respecten os nosos dereitos e os dereitos dos demais. Así conseguiríamos vivir mellor e ser máis felices. Por isto debemos ter claro cales son os nosos dereitos e as nosas responsabilidades

Os nosos dereitos...

Todas as persoas temos DEREITO a ser ben tratadas.

Neste Centro e en todas as partes:

Teño dereito a ser eu mesmo/a e NINGUÉN me tratará de xeito inxusto polo meu aspecto, nin polas miñas ideas, nin pola miña forma de ser...

Teño dereito a estar seguro/a e NINGUÉN ten que pegarme, nin darme empurróns, nin ameazarme, nin intimidarme, nin meterme medo...

Teño dereito a ser feliz e NINGUÉN ten que insultarme, nin burlarse, nin rirse de min, nin ferir os meus sentimentos...

Teño dereito a ser respectado e NINGUÉN ten que falar mal, nin difundir rumores sobre min...

Teño dereito a gozar das relacións sociais e NINGUÉN me ten que excluír, nin impedirme participar nas actividades de grupo...

Teño dereito a que as miñas propiedades sexan respectadas e NINGUÉN me debe roubar, nin romper as miñas cousas...

Todos estes DEREITOS deben ser respectados en calquera circunstancia.

...e as nosas responsabilidades

Temos a RESPONSABILIDADE de tratar ben as demais persoas.

Neste Centro e en todas as partes:

Teño a responsabilidade de tratar de xeito xusto as demais persoas e EU non discriminarei a ninguén polo seu aspecto, nin polas súas ideas, nin pola súa forma de ser...

Teño a responsabilidade de colaborar para que o Centro sexa un lugar seguro e EU non debo pegar, nin empurrar, nin ameazar, nin intimidar, nin atemorizar a ninguén...

Teño a responsabilidade de non ferir os sentimentos doutra persoa e EU non debo insultar, nin burlarme de ninguén...

Teño a responsabilidade de respectar a todo o mundo e EU non debo semear rumores nin falar mal de ninguén...

Teño a responsabilidade de manter boas relacións sociais con todas as persoas e EU non debo excluír, nin impedir a ninguén participar das actividades de grupo...

Teño a responsabilidade de respectar as propiedades dos outr@s e EU non debo coller nin romper as cousas de ninguén...

Teño a responsabilidade de protexer os meus dereitos e os dereitos d@s demais.

De que falamos?

Cando un rapaz ou unha rapaza (ou un grupo) pega, dá empurróns, ameaza, intimida... a un compañeiro ou compañeira, esconde, rompe, rouba as súas pertenzas para prexudicalo/a, estamos falando de malos tratos entre iguais.

Tamén maltratamos cando nos burlamos, insultamos, ou cando poñemos alcumes a alguén, falamos mal ás súas costas ou sementamos falsos rumores.

E aínda que non o pareza, excluír expresamente unha persoa das actividades do grupo, non deixala participar ou ignorala, tamén son malos tratos.

Propómosche que clasifiques as seguintes condutas e penses se che pasou a ti, se o fixeches ou se viches que llo facían a algún compañeiro ou compañeira:



<i>Malos tratos</i>	<i>Físico</i>	<i>Verbal</i>	<i>Exclusión social</i>
<i>Dar empurróns, pegar</i>	☐	☐	☐
<i>Ameazar, intimidar</i>	☐	☐	☐
<i>Roubar ou romper cousas de alguén</i>	☐	☐	☐
<i>Burlarse abertamente de alguén</i>	☐	☐	☐
<i>Insultar ou pór alcumes</i>	☐	☐	☐
<i>Sementar rumores sobre alguén</i>	☐	☐	☐
<i>Non deixar participar a alguén</i>	☐	☐	☐
<i>Facer coma se fose transparente</i>	☐	☐	☐



Es vítima de malos tratos?

Cando unha persoa é maltratada séntese vulnerable, confusa e atemorizada; ás veces séntese avergoñada e culpable. O certo é que sofre unha situación inxusta da que dificilmente pode escapar por si mesma.

Pode parecer mellor non dicir nada, pero isto non detén os malos tratos.

Sobre todo non cales, dillo a alguén:

- ao titor/a ou a un profesor/a en quen teñas confianza
- a un amigo ou amiga
- saca o tema en tutoría e fai que se fale diso
- directamente ao xefe/a de estudos ou ao director/a
- aos teus pais ou a unha persoa adulta
- redacta un escrito ou pídelles a alguén que o faga por ti

Non te resignes, fai calquera cousa que se che ocorra pero nunca respondas da mesma forma, isto agrava a situación.

Procura non estar só e evita lugares e situacións de risco. Intenta respostas asertivas; gritar ou chorar non adoita axudar. Anota nun diario os incidentes. Explica os feitos e como te sentiches.

Axudarache e pódete ser útil cando fales con alguén.

Dicilo non é acusar, é defender un dereito e traballar para mellorar a convivencia.

Fuches testemuña de malos tratos?

Ser testemuña de situacións de malos tratos tamén ten consecuencias negativas para un mesmo. Aínda que ás veces poidamos pensar: "non vai comigo, eu non me meto" e cousas así, ser espectador/a dunha agresión e non intervir nin avisar a ninguén, representa converterse en cómplice e a longo prazo insensibiliza fronte á violencia.

É normal sentir rexeitamento e ata medo fronte a situacións violentas, pero non nos deben deixar indiferentes.

Demostrar abertamente que aquela situación nos desgusta, pódeas parar, sobre todo se non o fas ti só/soa. Ás veces é suficiente que alguén comece.

Talvez non queremos ver nada do que pasa por medo ou para non buscar problemas. Debemos actuar con intelixencia e valorar se podemos dar soporte ou axudar directamente á vítima, ou se é mellor pedir axuda a un profesor/a.

Se coñeces algunha compañeira ou compañeiro que se atope nesta situación debes darlle apoio. Ninguén merece ser vítima de malos tratos.

Defender os dereitos das outras persoas tamén é defender os teus dereitos e traballar para mellorar a convivencia.

Es dos que agriden



Se es un mozo ou unha moza que estás leado neste tipo de condutas, seguramente tes un problema.

Cando unha persoa agride a outra, miúdo faino porque non é feliz.

Deberías pensar que che pasa e por que necesitas meterte con outras persoas, especialmente se son máis débiles ca ti.

Aínda que alguén diga que es unha mala persoa, o máis probable é que necesites controlar os demais porque non te sentes ben contigo mesmo/a. Ás veces agredimos porque nos sentimos enfadad@s, ferid@s ou asustad@s e non sabemos como pór os nosos sentimentos en palabras; entón descargamos sobre outra persoa e podémonos sentir valentes e fortes, pero isto non soluciona nada, xa que continuamos tendo o problema.

A violencia non é a mellor forma de resolver conflitos, só xera máis violencia. Se por un momento nos parásemos a pensar como se sente a persoa á que facemos dano, seguramente non o fariamos.

Debemos aprender outras formas de resolver os problemas e de relacionarnos. Temos que atopar formas que nos satisfagan a todos e a todas. Así aumentaremos tamén o noso benestar.

As persoas felices non necesitan facer dano ás demais para sentirse mellor.

Terminamos:

10 puntos para pensar



- 1.** *Os malos tratos non son unha broma. Cunha broma rin todos; cando alguén se molesta, asústase ou sofre, xa non é unha broma. Os malos tratos vulneran os dereitos das persoas e isto non é motivo de risa.*
- 2.** *Ningún merece ser maltratado/a. Dise que hai xente que o busca, pero isto só é unha escusa para xustificar a agresión e quedar ben. Tod@s temos dereito a ser tratad@s con respecto.*
- 3.** *Se che pegan ou te insultan, mellor non responder da mesma forma. Moitas veces, devolver a agresión só empeora a situación. Debemos atopar formas asertivas de resolver os conflitos.*
- 4.** *Non só maltratan os rapaces. Dise que as pelexas son “cousas de xente nova”, pero deixar de lado unha persoa, facer correr falsos rumores sobre ela, excluíla do grupo... todo isto tamén son malos tratos. E isto fano máis as rapazas. Podemos dicir que as rapazas utilizan outras formas de maltrato.*
- 5.** *Os rapaces e rapazas que son maltratad@s non son persoas débiles que non se saben defender. Cando un grupo intimida unha persoa soa, é moi difícil plantarlle cara. Os covardes son os que necesitan ir en grupo para sentirse fortes. Ás veces as vítimas son persoas fortes e intelixentes ou que teñen algunha habilidade, que espertan a envexa dos demais.*

6. *Contarllo a unha profesora ou profesor non é acusar. Recibir ou ser testemuña duns malos tratos e dicilo a un adulto é defender os dereitos dunha persoa que necesita axuda; e isto é ser solidario, intelixente, honesto e responsable.*

7. *Os mozos e mozas que son maltratados adoitan estar tristes e padecen durante moito tempo. Non son felices e debemos axudal@s porque sofren unha situación inxusta.*

8. *Cando alguén se pelexa, mellor non meterse; pero debemos buscar o xeito de deter a pelexa e pódese facer buscando a axuda dun adulto. Unha testemuña convértese en cómplice cando non intervén nin denuncia as agresións.*

9. *Castigar os mozos e mozas que fan dano é unha posibilidade, pero non a única. Hai persoas que agriden porque non aprenderon outras formas de relacionarse. E teñen que aprender. Por iso no instituto traballamos para mellorar a convivencia.*

10. *A vítima necesita axuda, pero tamén as persoas que agriden; a miúdo non se senten ben consigo mesmas. Todos e todas necesitamos aprender formas pacíficas de resolver os conflitos para mellorar a convivencia e ser máis felices.*

A violencia non resolve os problemas, só crea novos conflitos.

No instituto aprendemos lingua, matemáticas e outras cousas importantes pero, sobre todo, debemos aprender a vivir e a traballar xuntos.

É responsabilidade de cada un e cada unha de nós intentar mellorar a convivencia.

