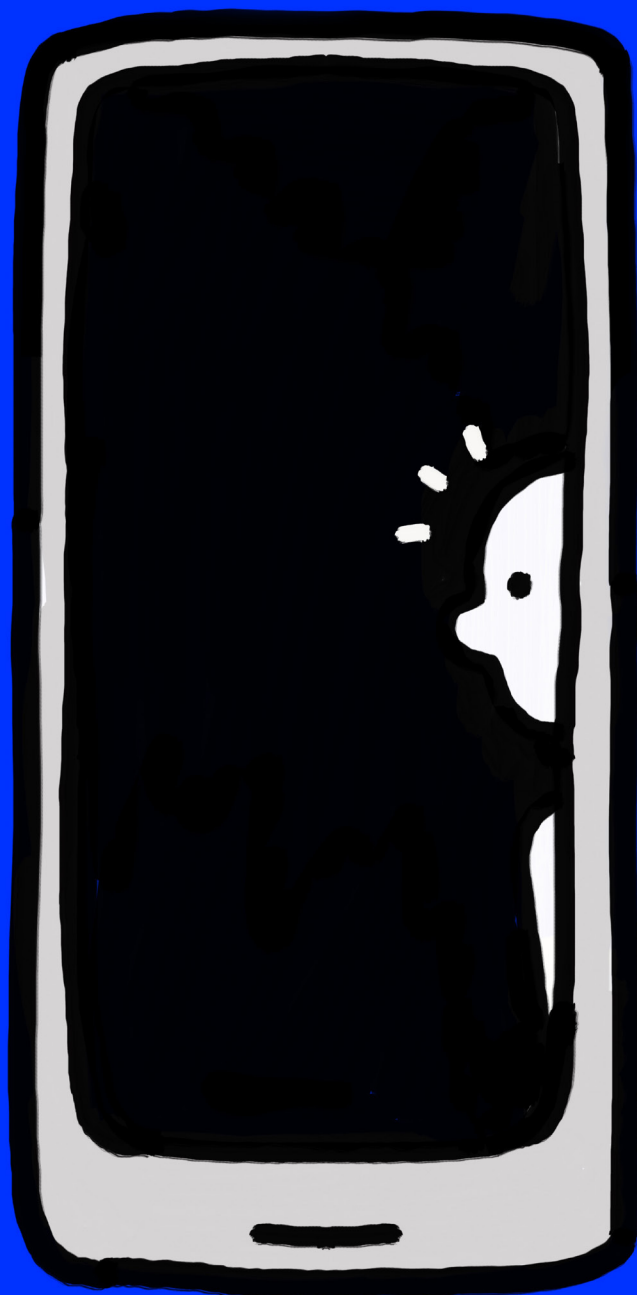




no al

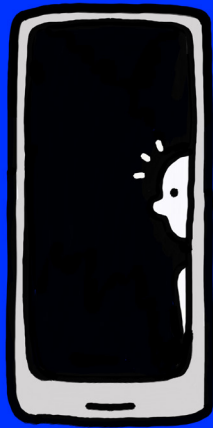
ciberbullying

DINÀ—
MI—
QUES

JAVIRROYO

SJD Sant Joan de Déu
Solidaritat

Materials educatius #NOalCiberbullying



JAVIRROYO

Les vinyetes creades per l'il·lustrador Javi Royo per a la campanya #NOalCiberbullying de Solidaritat Sant Joan de Déu són el punt de partida d'aquesta proposta educativa que té com a objectiu generar el debat a l'aula sobre una problemàtica que afecta cada any molts adolescents i el seu entorn.

Recursos: Projector o fulls impresos amb les vinyetes i preguntes.

Nombre de participants:
Grup classe

Durada: Mínim una sessió.

Metodologia de l'activitat:
Projectem les vinyetes o les imprimim en paper per repartir-les entre els grups.

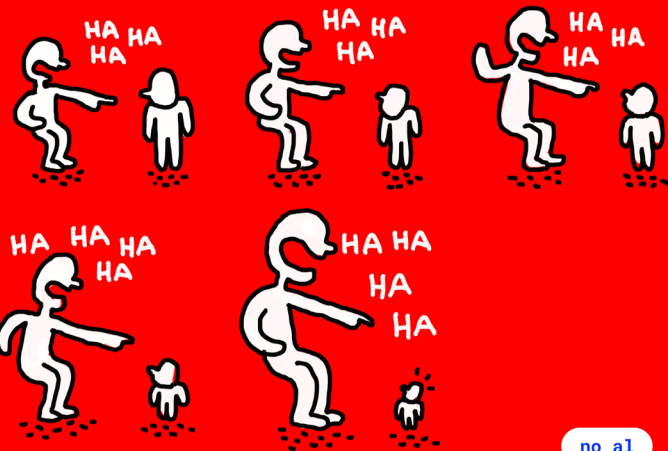
Es poden treballar totes les vinyetes o aquelles que es considerin més adequades per al grup.

Un cop projectades o repartides les vinyetes, deixem uns 15 minuts perquè cada persona elabori les seves respostes. Tot seguit, obrim el debat entre els participants, per escoltar totes les opinions i fomentar l'escolta activa i la reflexió crítica.

BROMA PUNTUAL :



BULLYING:



SJD Sant Joan de Déu
Solidaritat

JAVIRROYO

no al

ciberbullying

Quan algú es fica constantment amb algú fins a fer-lo sentir petit...

Es pot considerar bullying?

Estan en condició d'igualtat la persona que exerceix el rol d'agressor i qui té el rol de víctima?

Quines característiques ha de tenir una acció per ser considerada bullying o ciberbullying?



Si mai has tingut un problema sobre el qual t'ha costat parlar:

Per què creus que de vegades ens costa tant compartir allò que ens passa?

Com t'has sentit quan has compartit allò que et preocupava?

Creus que explicar que tu o algú pateix bullying o ciberbullying pot ajudar a millorar la situació?

AQUELL GRAN SUPERPODER
D'AVANT DE L'ASSETJAMENT



SJD Sant Joan de Déu
Solidaritat

JAVIRROYO

no al

ciberbullying

Si algú que
aprecies patís
una situació
d'assetjament...

Com et sentiries?

Com t'agradaria
reaccionar?

Si has donat
respostes diferents
a les 2 preguntes
anterior, per
quines raons actues
diferent de com
creus que caldria
actuar?

UNA BROMA DEIXA DE SER-HO QUAN NO FA GRÀCIA



BROMA



BROMA?

SJD Sant Joan de Déu
Solidaritat

JAVIRROYO

no al

ciberbullying

Quan es fa una
broma a algú...

Ha de fer gràcia a la majoria?

És suficient que faci riure a qui fa la broma?

És important que la persona que rep aquesta broma rigui també? Per què?

UN FILTRE ABANS D'ENVIAR-HO:
SI PARLÉS DE MI...

M'AGRADARIA REBRE AQUEST MISSATGE?



SJD Sant Joan de Déu
Solidaritat

JAVIRROYO

no al

ciberbullying

Quan reps un missatge sobre algú...

Et plantes com et faria sentir si parlés de tu?

Et proposem un simple exercici: pensa en un missatge que creus que no hauries d'haver enviat i aplica el "Triple filtre":

✓
L'hauries enviat igual 24h després?

✓
Què faries si algú que t'estima et diu que millor no enviar-lo?

✓
Enviant-ho, contribuiràs a fer el problema més gran?

**SABEM QUE COSTA, PERÒ EXPLICA-LI
A UN ADULT EN QUI CONFIÏS**



SJD Sant Joan de Déu
Solidaritat

JAVIRROYO

no al

ciberbullying

**Davant d'una
situació de
ciberbullying,
els adults del
teu entorn...**

Saben com actuar? Per què?

Qui són els teus adults de confiança?

Si patíssiis alguna situació similar, ho explicaríeu a algú de confiança? Per què?

Pistes metodològiques

Vinyeta 1

Parlem de bullying i ciberbullying

Quan l'objectiu d'una suposada broma és avergonyir l'altra persona o humiliar-la, pot ser el principi d'un assetjament fins i tot si no té aquesta intenció inicial. El bullying o assetjament escolar es produeix entre iguals en un entorn educatiu, mentre que el ciberbullying també es dona entre iguals, però en entorns virtuals. Tots dos estan sovint relacionats i difícilment un cas de ciberbullying no tindrà també un assetjament fora de la xarxa. I a la inversa: en un món hiperconnectat tecnològicament, difícilment l'assetjament entre adolescents al centre educatiu no tindrà també el seu impacte al món virtual. L'assetjament entre iguals requereix certa intencionalitat (encara que de vegades no se'n sigui conscient), repetició i desequilibri de poder entre qui exerceix la violència i qui la pateix.

Vinyeta 2

Parlem de la llibertat de ser capaçs de demanar ajuda

Explicar els problemes a una persona de confiança millora la salut emocional. I si a més, aquesta persona té la capacitat d'ajudar-nos (pel rol que exerceix, per exemple), molt millor. Lluny de la moda del sadfishing d'exposar a les xarxes socials les emocions negatives amb l'objectiu de captar l'atenció de seguidors, compartir els problemes és un primer pas per alliberar-se'n.

Vinyeta 3

Parlem de l'empatia

L'empatia és un dels recursos més poderosos, també per lluitar contra el bullying. A més, es pot entrenar. Reforçar activitats que ajudin a posar-se al lloc de l'altre és una bona manera de prevenir l'assetjament entre iguals. En la mesura que els adolescents practiquen l'empatia, és més probable que puguin actuar davant d'un cas d'assetjament per trencar el cercle de la violència.

El ciberbullying té més a veure amb l'empatia que no pas amb un aspecte tecnològic.

Vinyeta 4

Parlem del rol del grup

És difícil parlar de persecució entre iguals sense tenir en compte el paper que hi juga el grup. L'actitud de cada persona que forma part del grup (ja sigui en rol d'agressor, víctima o espectador) és fonamental per canviar les coses. És difícil per a molts joves saber com actuar quan això passa, però no dir o fer res també és una forma de resposta que contribueix a perpetuar la situació d'assetjament.

Vinyeta 5

Parlem de quan una broma deixa de ser-ho

Broma i assetjament no són el mateix. Les bromes són una forma de comunicació i relació sana, necessària i positiva. El problema és quan la broma fa gràcia únicament a qui la fa. O a tot el grup, però no a qui la rep. En aquest cas, podem continuar considerant-ho una broma?

Vinyeta 6

Parlem de trencar la cadena de l'assetjament

A les xarxes socials hi ha multitud de filtres que moltes persones apliquen per millorar la seva imatge o els missatges que llancen. Com incorporar un filtre ètic per preguntar-nos sobre el contingut d'allò que estem a punt de compartir? La pregunta és fàcil... si parlés de tu, t'agradaria que aquest missatge circulés?

Aplicar el triple filtre és un bon exercici per proposar als adolescents que facin abans d'enviar o reenviar un missatge:

1.
L'hauries enviat igual 24h després?
2.
Què faries si algú que t'estima et diu que és millor no enviar-lo?
3.
Enviant-lo, contribuiràs a fer el problema més gran?

Vinyeta 7

Parlem del rol de la persona adulta

Nens i adolescents necessiten adults que els ofereixin seguretat, confiança, suport i que siguin accessibles.

Quan un adolescent aconsegueix explicar un problema d'aquesta gravetat a qual-sevol adult referent (pare, mare, educador, familiar, etc.) és important que no se senti jutjat ni senti que el problema es minimitza. És responsabilitat de les persones adultes cercar els recursos per frenar les situacions d'assetjament, des d'un enfocament no culpabilitzador i sistèmic.

#NOALCIBERBULLYING

no al

ciberbullying

www.noalciberbullying.org