

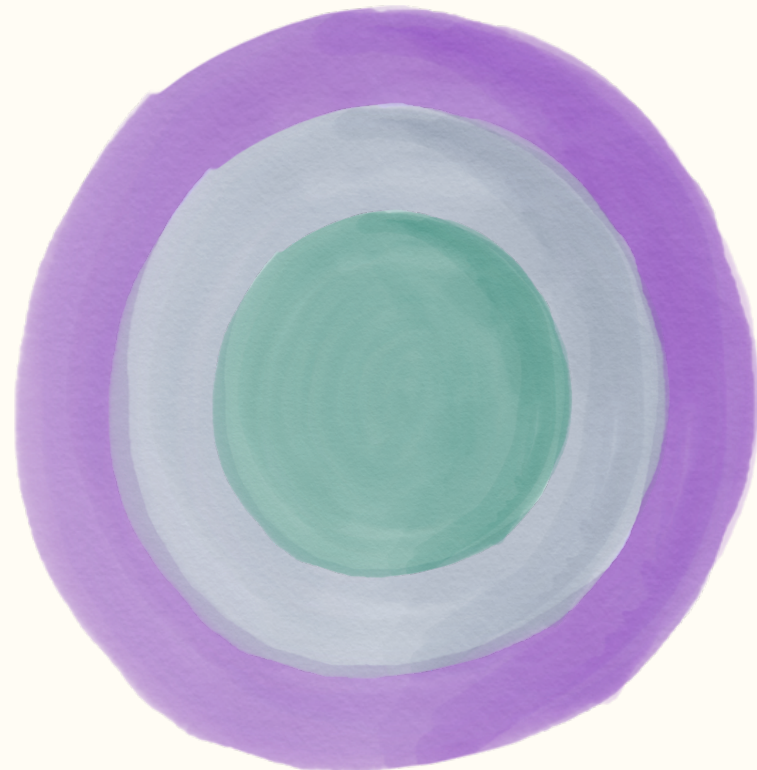
DINÀMIQUES

**Per a conscienciar sobre
el rol espectador**

Els cercles concèntrics



Objectiu: Fer reflexionar l'alumnat sobre els diferents rols davant situacions d'assetjament o conflicte i com poden passar de la passivitat a una actitud activa i aliada.



Es poden dibuixar al terra o a la pissarra.

SIGNIFICAT DE CADA CERCLE PER COLORS:

Agressió directa: la persona que fa mal (físicament, verbalment, psicològicament).

Complicitat o passivitat: qui veu, riu, grava, anima o simplement no fa res.

Aliances positives: qui intervé per ajudar, avisa un adult, protegeix la víctima, o mostra rebuig.

Indicació per al docent: Explica el significat de cada cercle a l'alumnat i a continuació llegeix en veu alta diferents situacions concretes relacionades amb l'assetjament (a les dues dispositives següents trobareu exemples). A continuació, demana a l'alumnat que es col·loqui físicament o simbòlicament en el cercle (o espai) que representi el rol que creuen que ells i elles haurien adoptat realment en aquella situació. Anima'ls a ser sincers amb ells mateixos/es, sense por al judici, i recorda que l'objectiu de l'activitat no és assenyalar ni culpabilitzar ningú, sinó prendre consciència i créixer com a grup. Algunes situacions com a exemple s'afageixen a la següent diapositiva.

Finalment, després de treballar sobre cada situació, proposa a l'alumnat escriure una acció concreta que poden fer la pròxima vegada que vegin una situació d'assetjament. En aquest punt és important reforçar la idea que qualsevol petit gest pot tenir un gran impacte (fer costat, avisar, no riure, mirar amb desaprovació...) i fer èmfasi en la responsabilitat compartida.

NO ACTUAR ÉS UNA ELECCIÓ. ACTUAR TAMBÉ HO ÉS!

A l'hora del pati, escoltes com uns companys fan comentaris cruels sobre el físic d'una alumna. Se n'enfoten del seu cabell, la roba i el seu pes. Ella intenta dissimular, però al cap d'uns minuts, se'n va plorant.



Un noi que acostuma a anar sol cada dia seu al teu costat. Quan ho fa, un altre alumne comenta amb to burleta: "Què, ja tens nòvio o què?". Diversos companys riuen. El noi fa veure que no ho ha sentit.



A la sortida de l'institut, dues alumnes comencen una discussió que puja de to. Un grup d'estudiants s'hi aplega, treu els mòbils i comencen a gravar. Alguns criden frases com "Vinga, dona-li fort!" mentre els altres observen en silenci o riuen.



Preguntes per fer a l'alumnat: On us heu col·locat més sovint? Com us heu sentit al triar un cercle? Què fa que us quedeu al cercle de la passivitat? Por? Lleialtat a un amic encara saber que està fent mal a algú?



Al grup de WhatsApp de classe, algú envia un meme ofensiu amb la cara d'una companya, ridiculitzant-la. Algunes persones fan "likes", altres escriuen emojis de riure, però ningú diu res en contra ni demana que s'esborri.



Una alumna sol menjar sola al pati. Quan intenta acostar-se a un grup, canvien de tema, eviten el contacte visual i acaben marxant. No hi ha insults, però se la fa sentir invisible. La situació es repeteix cada dia.



A classe, un grup comença a anomenar un company amb un apodo humiliant relacionat amb la seva orientació sexual. El sobrenom es fa viral entre l'alumnat. Tothom el fa servir, fins i tot alumnes que normalment no diuen res. Ningú no el qüestiona.

Preguntes per fer a l'alumnat: Com podríes passar al cercle lila (aliances positives)? Hi ha maneres de fer alguna cosa sense sentir-se exposat o exposada a un "perill" a l'hora d'ajudar a algú? Quina petita passa podríes fer a partir d'ara?

Fragments de veus silenciades

Objectiu: Fer que l'alumnat prengui consciència del pes i la responsabilitat de ser espectador/a passiu/va en situacions d'assetjament, i entendre que no intervenir també és una forma de participar.

"Van agafar la meua veu amb una aplicació, i hi van posar una lletra falsa. La cançó deia coses íntimes sobre mi, que suposadament jo cantava: que m'agrada algú, que faig coses rares, que ploro sola... Però el que feia més mal no era la cançó. Era veure com se l'ensenyaven entre ells i reien. Quan vaig entrar a classe, dos ja la tenien als auriculars. I quan em vaig asseure, un va cantar fluixet una de les frases. Jo només vaig voler desaparèixer. I ells? Només escoltaven... Només reien... Només miraven."

"Un dia, un noi va fer una foto meua d'amagat, a l'hora del pati. Jo estava parlant amb una companya i, sense saber-ho, em va fer un primer pla de la cara. Després, algú va fer-ne un sticker amb una frase: «Cara de porc». El van compartir a diversos grups. Jo ho vaig saber perquè una amiga meua me'l va enviar plorant. Quan vaig demanar que l'esborressin, només em van dir: «És humor, no exageris». I la resta? Només el feien servir. O reien. Només miraven... i l'enviaven."

"Cada dia hi ha una cosa nova. Si porto pantalons amples: «Sembla que portis un sac». Si porto els cabells recollits: «No tens front, tens pista d'aterratge». Si no parlo gaire: «Aquesta és muda o què?» Hi ha dies que prefereixo quedar-me a casa. Però fins i tot allà, al grup de WhatsApp de classe, segueixen. Un va enviar un meme d'un animal i va dir: «Us recorda a algú?» Tothom sabia que era jo. I ningú ho va aturar. Només van mirar. Només van riure."

"Algú va dir que m'agradaven les noies. No ho havia explicat a ningú. Ni tan sols ho tenia clar jo. Però després d'això, tot va canviar. Em miraven diferent. Feien comentaris. Em preguntaven coses com si fos un joc: —Ho confirmes o ho desmenteixes? — Jo callava. Em feia petita. Només volia que parés. I la resta? Miraven. Reien."

Propostes per treballar aquests fragments

- Connectar amb l'emoció interna que pot experimentar la persona que comparteix la seva vivència i expressar-la per qualche mitjà artístic (collage, cançó, poesia, teatre d'ombres).
- Fer un debat guiat a l'aula:

Sobre alternatives i possibles reaccions:

1. *Què hauria passat si algú hagués actuat?*
2. *Quines opcions té una persona quan veu una situació d'assetjament? (Intervenir? Avisar un adult? Donar suport en privat? Tallar la burla? Ignorar? Per què?)*
3. *És possible ajudar sense enfrontar-se directament? Com?*
4. *Quan no sabem què fer, què és millor: fer alguna cosa o esperar?*

Sobre la responsabilitat col·lectiva:

1. *Quan riem o gravem amb el mòbil... estem sent espectadors o participants?*
2. *Fer "like" a una burla o un meme ofensiu, encara que no el comparteixis... és participar-hi?*
3. *Qui té més poder: l'agressor o el grup que ho veu?*
4. *Què passaria si tothom decidís no riure ni escoltar aquest tipus de comentaris?*

Sobre els límits i les "bromes"

1. *On acaba la broma i comença la humiliació?*
2. *Es pot fer humor amb qualsevol cosa? Qui decideix si una broma fa mal o no?*
3. *Què vol dir "no t'ho agafis així"? És una excusa per no fer-se responsable?*
4. *Quan és el moment de dir "això no fa gràcia"? Ho has fet alguna vegada?*

Propostes per treballar aquests fragments

Sobre el paper del grup i la cultura del silenci:

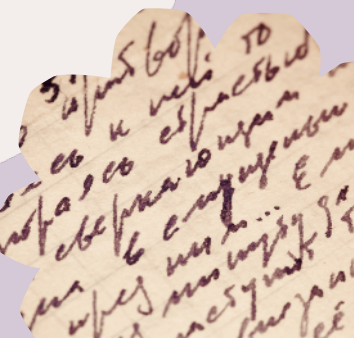
1. *Quin ambient hi ha al nostre grup/classe? Ens cuidem? Ens fem mal?*
2. *Creus que a la teva classe hi ha gent que se sent invisible?*
3. *Es pot construir una classe on ningú es quedi sol/a davant de situacions injustes? Com?*
4. *Què vol dir ser aliat/aliada d'una víctima? Ho som realment o només ho diem?*

Sobre les emocions i les conseqüències:

1. *Com creus que se sent la persona que rep els insults?*
2. *Com et sentiries tu si et passés això?*
3. *Quines emocions sentim quan veiem que ningú ajuda? I quan ho fem nosaltres?*
4. *Alguna vegada t'has penedit de no haver actuat?*
5. *Per què de vegades tenim por d'intervenir? És legítim sentir por? Com la podem gestionar?*
6. *Com pot afectar tot això a l'autoestima d'una persona?*

Indicació per al docent:

És important tenir present que als adolescents no els resulten efectius els sermons o discursos morals directes. Quan perceben que se'ls parla des d'una posició d'autoritat amb un to alligador, sovint es tanquen i generen resistència, fet que dificulta qualsevol intent de reflexió o canvi d'actitud. Per això, és molt més útil adoptar un estil comunicatiu que convidi a la participació activa i a la reflexió personal, que deixi espai perquè ells mateixos expressin les seves opinions, dubtes i experiències. Fer preguntes obertes, escoltar sense jutjar i facilitar que l'alumnat trobi les seves pròpies conclusions ajuda a crear un clima de confiança i compromís real. Recorda que el teu paper no és imposar un discurs, sinó guiar-los perquè ells mateixos prenguin consciència i siguin protagonistes del seu aprenentatge i creixement.



Les millors excuses per no fer res i com desmuntar-les

Objectiu: Posar sobre la taula les excuses o justificacions més habituals que utilitzen els espectadors per no intervenir en situacions d'assetjament, i treballar conjuntament per trencar aquests arguments.

Indicacions per al docents: Anima l'alumnat a dir en veu alta totes les excuses que s'han sentit o han pensat alguna vegada. Escriu les excuses que vagin apareixent a la pissarra o en post-its visibles i després divideix la classe en petits grups i obre un debat en ells, amb preguntes com:

- *Què hi ha de cert en aquesta excusa?*
- *Quins problemes té aquesta justificació?*
- *Com podríem canviar aquesta actitud o pensar diferent?*

Finalment, cada grup exposa la seva reflexió i la classe proposa alternatives positives o maneres de superar aquesta excusa.

"No vull ficar-me en embolics."

"No sé com ajudar, així que millor no fer res."

"Potser no és tan greu."

"Si faig alguna cosa, pot empitjorar la situació."

"No sóc jo qui ha de solucionar-ho."

"Si intervinc, la gent em voldrà menys."

"Si no em toca a mi, no és problema meu."

"Els altres ja s'hi fixaran i ho arreglaran."

"Si jo parlo, em faran a mi el mateix."