

Open Acces



Revisió científica:

Grup de Salut Mental
de la CAMFiC

Revisió editorial:

Grup d'Educació
Sanitària del la CAMFiC

Il·lustracions:

Verònica Monterde

Bullying

J. Pradas Abad, Susana Agruñà, Isabel Solè, Antonieta Also i Carlota Albuin
i Raquel García Trigo

El bullying és assetjament, maltractar una persona, de forma repetida, per fer-li mal i fer-la sentir inferior. Els assetjadors es burlen de les persones a les que veuen diferents o també que els tenen enveja. Pel seu aspecte físic, pel seu comportament, per la seva raça o religió, pel seu estatus social, per si és o no popular, per la seva identitat sexual...

Es pot produir a l'escola, però també al barri, poble, família, amics...

Ningú no té dret a burlar-se o tractar malament els altres, per cap raó.

Com es manifesta?

Les agressions poden ser:

Verbals: escridassar, fer burla, difondre falsos rumors, etc.

De relació: tafanejar, excloure d'activitats, ignorar-lo, etc.

Físiques: Pegar, donar empentes, fer caure, trencar-li i/o robar roba o objectes.

Per Internet: enviar-li o difondre missatges malintencionats, penjar informació o imatges personals per fer mal. En aquest és particularment preocupant perquè també el reben a casa, que hauria de ser un entorn segur, i en qualsevol moment. És molt important que l'infant senti que rep suport.

Què poden fer els infants?

Parlar-ho amb pares, mestres o amics (qui ha de tenir vergonya és l'agressor).

Allunyar-se i ignorar els agressors, són persones que no es saben relacionar de forma sana amb els altres. Evitar respondre amb violència. Trobar amics que el/li donin suport. Demanar ajuda a entitats si li cal.

Com podem detectar-ho?

No vol anar a escola ni sortir amb els amics. Torna a casa regularment amb el vestit o el material esparracats o blaus o talls inexplicables.

Pot tenir vòmits, mal de cap, insomni, tristesa, amb baixa autoestima, mal humor, por, cansament, potser amb idees de fer-se mal.

Baixa el rendiment a l'escola.

Què poden fer els pares i mares?

Per prevenir-ho: cal que tractem els fills com voldríem ser tractats, amb respecte i amabilitat, resolent conflictes amb empatia, respectant les diferències...

Per detectar-ho aviat: Crear un ambient que afavoreixi parlar les coses, fer activitats junts, observar els fills i escoltar quan volen parlar.

Quan se n'assabenten: Reaccionar amb serenitat, sense violència ni fer-ne un escàndol, perquè l'infant se senti recolzat en un ambient tranquil i positiu.

L'escolar se sentirà més segur si viu en un ambient familiar positiu, ja que per trobar sortida al conflicte necessita la implicació de tot el seu entorn.

Si és a l'escola: parlar amb professor i director per exigir que ho aturin i es posin a terme les mesures necessàries.

Si no es resol o és en un altre àmbit o per Internet: cercar ajuda a entitats com, per exemple, ANAR (Ajuda a Nens i Adolescents a Risc: 900202010) o SOS Bullying.

A la [guia del protocol](#) d'actuació davant de qualsevol tipus de violència en l'àmbit educatiu també trobarem diferents recursos per a infants, famílies i per l'àmbit educatiu.

Com citar l'article:

Pradas Abad J, Agruñà S, Solè I, Also A, Albuin C, García Trigo R. Bullying. But At Prim 2025; 43: 24.

