

GUIA PEL PROFESSORAT SOBRE LA PREVENCIÓ I RESPOSTA A LES CIBERVIOLENCIES SEXUALS I DE GÈNERE



Aquesta publicació ha estat finançada pel Programa de Drets, Igualtat i Ciutadania de la Unió Europea (2014-2020). El contingut d'aquesta publicació representa únicament les opinions de les autores i és de la seva exclusiva responsabilitat. La Comissió Europea no accepta cap responsabilitat per l'ús que pugui fer-se de la informació que conté.

Aquesta guia ha sigut elaborada per les organitzacions participants en el projecte REC "Jo dic NO. Empoderant a la joventut, especialment a les noies, perquè s'alcin contra la ciberviolència sexual i de gènere en les relacions de parella, 2019 - 2021".

Coordinació del projecte:

AUTONOMOUS WOMEN'S CENTER (AWC), Beograd, Serbia

Organitzacions col·laboradores:

FUNDACION PRIVADA INDERA, Barcelona, Espanya

CESI – CENTAR ZA EDUKACIJU SAVJETOVANJE I ISTRAZIVANJE CESI, Zagreb, Croàcia

NOK A NOKERT EGYÜTT AZ EROSZAK ELLEN EGYESÜLET – NANE, Budapest, Hongria

Edició:

Sanja Cesar

Autoria: Éva Horváth, Lilla Kallós, Rachel Andras, Eulàlia Pedrola Vives, Marina Ileš, Tanja Ignjatović, Sanja Cesar, Nataša Bijelić

Traducció:

Marthe Johanna Tanghe T'hooft, Fundación INDERA

Disseny:

Beatriz Pousa Batista, Fundación INDERA

Per a més informació, posis en contacte amb:

Email: fundacion@fundacion-indera.org

Web: www.fundacion-indera.org

© 2021, Fundació Privada INDERA, tots els drets reservats



FUNDACIÓN INDERA

El Bien-estar es nuestra Fundación

NANE
NŐK A NŐKÉRT EGYÜTT
AZ ERŐSZAK ELLEN EGYESÜLET



autonomni
ženski
centar
Beograd

CONTINGUT

| | |
|---|-----------|
| Introducció | 03 |
| 1. Violència sexual i de gènere en relacions íntimes | 05 |
| 1.1 Comprendre i abordant la violència de gènere en relacions íntimes | 05 |
| 1.2. Ciberviolència sexual i de gènere | 14 |
| 2. Fomentant la prevenció i resposta a la violència sexual y de gènere a les escoles | 19 |
| 2.1 Com adonar-se si l'alumnat està sent exposat a violència, específicament a violència de gènere i (ciber)violència sexual (en una relació de parella)? | 19 |
| 2.2 Com respondre a la sospita o revelació de violència sexual i de gènere | 21 |
| 3. Prevenció de ciberviolència sexual i de gènere en un ambient escolar | 26 |
| 3.1 Creant un ambient escolar segur i no violent | 26 |
| 3.2 Incorporant el perill de l'abús en les relacions online en el pla d'estudis vigent | 28 |
| 3.3 Incorporant la perspectiva del gènere en l'educació i prevenció | 29 |
| 3.4 Instrucció pel professorat | 30 |
| 3.5 Implicar als nens i als joves en la prevenció de la violència de gènere | 30 |
| 3.6 La participació dels/les joves: L'educació i els grups de suport entre companys/es | 31 |
| 3.7 Activitats destinades a empoderar a les noies i donar-les suport perquè puguin enfrontar-se a la violència | 32 |

CONTINGUT

| | |
|---|----|
| 3.8 Tractant amb espectadors | 32 |
| 3.9 Involucrant als progenitors en la prevenció, i per què és vital | 33 |
| 3.10 Col·laborant amb la comunitat local i altres agents importants | 35 |
| <hr/> | |
| 4. Col·laborant amb la comunitat local i altres agents importants | 36 |
| <hr/> | |
| 5. Referències | 43 |
| <hr/> | |

INTRODUCCIÓ

Encara que la tecnologia digital hagi permès millor accés a informació i comunicació, també ha creat un espai apte per a reproduir el desequilibri de les relacions de poder de gènere i diversos mètodes de discriminació que sustenten la violència contra dones i nenes.

La normalització de la violència en les relacions de parella s'està convertint cada vegada en més rutinari. Les recerques i les dades mostren clarament que Internet facilita els actes de violència, els delictes sexuals i d'altres tipus, tant en línia com fora d'ella, i que perpetua els estereotips negatius i perjudicials de les nenes i les dones, així com les nocions negatives de la masculinitat.

Les estratègies de prevenció destacades en la recerca sobre la violència contra les dones i les nenes inclouen accions dirigides a fer més visible la ciberviolència i a augmentar la consciència pública perquè aquesta violència no es trivialitzi ni s'ignori. A més d'això, cal incorporar a un major nombre d'agents rellevants, entre els quals es troben el professorat.

Comprentent que per a un canvi essencial no n'hi ha prou amb establir normes legals i protocols d'actuació, aquesta guia pretén sensibilitzar sobre la ciberviolència sexual i de gènere en les relacions de parella de la joventut i proporcionar a les persones professionals amb eines de protecció i suport eficaços i eficients per a les i els joves dins del sistema educatiu.

Aquesta guia, elaborada en el marc del projecte europeu titulat "Jo dic NO. Empoderant a la joventut, especialment a les noies, perquè s'oposin a la ciberviolència sexual i de gènere en les relacions de parella", consta de quatre parts:

- La primera part està dissenyada per ajudar al professorat a millorar els seus coneixements sobre el fenomen de la ciberviolència sexual i les violències basades en gènere, les seves formes, causes i conseqüències, centrant-se especialment en la violència en les relacions de parella en l'adolescència.
- La segona part ofereix als i a les professionals informació sobre què fer quan l'alumnat està exposat a la violència, concretament a la violència (cibernètica) sexual i de gènere (en una relació de parella).
- La tercera part ofereix idees sobre com prevenir i protegir l'alumnat de la ciberviolència sexual i de la violència de gènere, especialment en l'escola, així com sobre els procediments institucionals que garanteixen una resposta eficient i eficaç, sensible a les necessitats particulars de la joventut.
- La quarta part pretén oferir als i a les professionals de l'educació un suport pràctic per millorar la prevenció, la intervenció i la construcció d'un clima escolar menys permissiu amb qualsevol forma de discriminació i violència

Per acabar, aquesta publicació pretén recordar-nos que el que perseguim és una societat que digui no a la violència i que podem, fins i tot amb els passos més petits, ser participants actius per a que això sigui una realitat.



Sobre el projecte “Jo dic NO. Empoderant a la joventut, especialment a les noies, perquè s’alcin contra la ciberviolència sexual i de gènere en les relacions de parella”

L’objectiu del projecte, que es durà a terme entre agost de 2019 i juliol de 2021, és aconseguir l’erradicació i prevenció de la ciberviolència sexual i de gènere en les relacions de parella adolescents (entre 15 i 19 anys). A través de la cooperació amb els centres d’ensenyament secundari, el projecte desitja garantir una major conscienciació de la joventut i les i els professionals de l’educació sobre la ciberviolència sexual i de gènere en les relacions de parella, els estereotips de gènere i les normes que contribueixen a la tolerància de la violència. El projecte busca especialment capacitar a les noies perquè s’oposin a la violència i no acceptin la violència en les seves relacions de parella.

1. Violència sexual i de gènere en relacions íntimes

1.1 Comprenent i abordant la violència de gènere en relacions íntimes

Relacions íntimes en l'adolescència

L'adolescència és una època d'exploració i desenvolupament de les competències emocionals i socials. Les i els adolescents estan aprenent a reconèixer i gestionar les seves pròpies emocions i estan immersos en el desenvolupament de la seva capacitat per a ser sensibles i eficaces en les seves relacions amb els altres: família, amistats, xicotes i xicots. En l'adolescència, les relacions romàntiques tenen la capacitat de ser experiències saludables que augmenten la confiança i ensenyen a les i els joves a donar i rebre en la intimitat. Quan les relacions es caracteritzen pel respecte mutu, la intimitat, la confiança, el compromís i la bona comunicació, les i els joves són més feliços amb si mateixos.

No obstant això, per a algunes persones les relacions romàntiques poden estar associades a un malestar addicional, i a conseqüències com la violència de gènere. Els comportaments tòxics i poc saludables poden partir d'una cosa aparentment "innocent" i desembocar en la violència i l'abús. Les i els adolescents poden fins i tot malinterpretar-ho com una cosa romàntica. Per exemple, alguna cosa pot començar com a gelosia per passar temps amb uns altres, però pot donar lloc al fet que s'aïllin dels amics i la família a mesura que avancen les relacions.

Per a desenvolupar relacions positives i sanes, la joventut ha de ser capaç de reconèixer quan una relació és nociva i destructiva. Necessiten comprendre i reconèixer com els equilibris de poder desiguals i els estereotips de gènere poden afectar el seu desenvolupament i a les relacions que els envolten.

El rol dels estereotips i les normes de gènere en el manteniment de la violència de gènere

Des que naixem, la societat tracta a les nenes i als nens de manera diferent en funció del seu sexe biològic assignat. Ens envolten de missatges, instruccions i regles sobre com hem d'actuar, parlar, pensar, arreglar-nos com a nen/nena/ dona/home, què és femení i què és masculí.

Els estereotips de gènere són judicis i generalitzacions àmpliament acceptats sobre una persona d'un gènere, que poden referir-se als trets de la personalitat, el rol en la relació/família, l'ocupació i l'aspecte físic, i es deriven dels rols de gènere tradicionals que històricament han creat una jerarquia entre els gèneres en la societat.

Les normes i els estereotips de gènere reforcen la jerarquia entre gèneres perquè formen la socialització dels nens i les nenes en adults de manera diferent.

Les dones i els homes tenen diferents conductes que són considerades aptes o acceptables. Els mandats tradicionals de gènere solen dir que les nenes i les dones han de ser complaents, tímides, sensibles, afectuoses i solidàries amb el seu entorn. Mentre que els nens i els homes han de ser revoltosos, confiats, exploradors, dominants i agressius.

Mandats de gènere i relacions

La nostra societat reforça les relacions heterosexuales com a estàndard, on els trets masculins i femenins es complementen segons els rols de gènere tradicionals. La disparitat en el que la societat espera del comportament de nens i nenes i homes i dones pot portar al fet que els nens/homes dominin a les nenes/dones i al fet que aquestes siguin submises i vulnerables, menys independents i assertives. Si algun dels esmentats/as es desvia de l'anterior, és probable que la societat la penalitzi per no ser normativa (per exemple, "ella és massa masculina i espantarà els homes", "ell és un "figaflor o un nen de mamà o no és un home de veritat" per deixar que ella li digui el que ha de fer"), la qual cosa probablement els condicionarà encara més.

La socialització entorn de la sexualitat també mostra disparitat. A les nenes se'ls ensenya des de petites que una de les seves principals qualitats és el seu aspecte físic. Veuen els cossos femenins en els anuncis, pel·lícules i altres mitjans de comunicació a través d'una perspectiva masculina, sempre segons els estàndards de bellesa imperants. Aprenen a observar el seu cos des d'una perspectiva externa, per la qual cosa perden la connexió amb ell, la qual cosa té conseqüències en la seva autoestima, en els límits físics percebuts i en la manera de relacionar-se amb la seva pròpia sexualitat, que pot convertir-se fàcilment en un objecte per a les necessitats d'una altra persona.

Els missatges sobre la sexualitat dirigits als nois, també accelerats pel porno, solen tractar de conquistar, de demostrar la seva masculinitat utilitzant el cos d'algú; com si es tractés d'una necessitat indiscutible i instintiva que han de satisfer. Les noies, no obstant això, amb els seus límits físics desdibuixats i les seves necessitats relegades a un segon pla per la socialització, sovint són incapaces de dir o no són escoltades quan diuen que no a les insinuacions sexuals, sobre la base d'una concepció cultural centrada en el plaer masculí.

També existeix un clar doble estàndard en la forma en què la societat veu a les nenes/dones i als nens/homes a la llum de la seva vida i expressió sexual. Si les noies i les dones adopten un paper més actiu en la seva vida sexual, sovint les hi estigmatitza, mentre que en el cas dels nois i els homes és una cosa que s'aprecia (Kardos i Sudár, 2019).

La violència de gènere està profundament relacionada amb els mandats i els estereotips de gènere, perquè castiga l'expressió de gènere no estàndard en diversos àmbits de la vida.

Sana, nociva o abusiva?

Cada relació és diferent i el que funciona bé en una pot no fer-ho en una altra. No obstant això, la norma que pot establir-se en qualsevol relació és el fet que aquesta es basi en la igualtat o no. La igualtat en una relació podria utilitzar-se com a marcador per a definir si és sana, nociva o fins i tot abusiva.

Heus aquí una breu llista amb algunes indicacions que ajuden a determinar si una relació és sana, nociva o abusiva, extreta d'un fullet informatiu de l'Associació NANE¹

El més probable és que la seva relació sigui sana si:

- Els membres de la parella actuen amb decència, respecte i amor cap a l'altre.
- Els problemes poden discutir-se, i les discussions donaran lloc a canvis.
- Lú's de la comunicació no violenta dona resultats positius en la relació.
- Ambdues parts inverteixen la mateixa quantitat d'energia en resoldre els problemes comuns.
- Un/a pot expressar lliurement els seus sentiments.
- Ambdues parts integrants de la parella estan contentes i es donen suport mútuament en l'èxit i el creixement personal.
- Ambdós tenen l'oportunitat de canviar i millorar.
- Ambdós s'animen mútuament a millorar i senten que la seva vida és més completa.
- Ambdós se senten més forts
- Permetrien marxar l'un a l'altre si volguessin deixar-ho.

La relació no és saludable si:

- Els integrants de la parella no poden discutir els seus problemes.
- Els membres de la parella poden parlar dels problemes però res canvia.
- Lú's de la comunicació no violenta en la relació no dona resultat

¹ Relació saludable, NANE. Disponible a: https://nane.hu/en/wp-content/uploads/healthy_relationship_print.pdf

La relació és abusiva si, a més dels aspectes mencionats anteriorment, també es compleix algun dels següents:

- La parella respón als èxits de l'altre amb culpa, subestimació o ràbia.
- El comportament de la parella és groller o dur amb l'altres si estan a soles o en públic.
- La parella tracta a l'altre com si fós invisible, no li diu ni una paraula, no li respón.
- Només un dels dos pot canviar, desenvolupar-se i millorar, l'altre mai podrà fer-ho.
- El món de la parella es fa cada cop més petit (les amistats i familiars, les antigues aficions, els objectius i els desitjos van desapareixent).
- Una persona es sent cada cop més dèbil i impotent.
- El membre de la parella no deixaria anar a l'altre si volgués trencar: fa xantatge a l'altre amb els seus sentiments, malaltia, fills, etc. o amenaça amb l'assassinat o el suïcidi en cas que l'altre es vagi.
- La parella amenaça a l'altre amb violència física.
- La parella (a vegades) pega a l'altre o li a participar en activitats sexuals que a l'altre ni li agraden ni les vol.

El que és sa, nociu o abusiu en una relació depèn de les normes anteriorment establertes. Per tant, una relació no sana o que no funciona pot ser acceptable per uns i abusiu per altre.

Posant ordre als termes: violència de gènere/violència masclista

Segons UN Women² la **violència de gènere** (gender-based violence) es refereix als actes nocius dirigits a una persona o un grup de persones en raó del seu gènere. Té el seu origen en la desigualtat de gènere, l'abús de poder i l'existència de normes nocives. El terme s'utilitza principalment per a subratllar el fet que les diferències estructurals de poder basades en el gènere col·loquen a les dones i nenes en situació de risc enfront de múltiples formes de violència. Si bé les dones i nenes sofreixen violència de gènere de manera desproporcionada, els homes i els nens també poden ser blanc d'ella. A vegades s'empra aquest terme per a descriure la violència dirigida contra les poblacions LGBTQI+, en referir-se a la violència relacionada amb les normes de masculinitat/feminitat o a les normes de gènere.

Aquesta violència pot ser física, sexual i/o psicològica, i inclou:

- Violència en relacions íntimes
- Violència sexual (inclosa la violació, l'agressió sexual i l'assetjament o la fustigació)
- Esclavitud (explotació sexual, tràfic de dones, mantenir-les en captiveri i explotar-les físicament).

² <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>

- Pràctiques culturals nocives, com els matrimonis forçats, la mutilació genital femenina (MGF) i els dits "delits d'honor"
- Ciberviolència i assetjament a través de les noves tecnologies

Segons les Nacions Unides, la violència de gènere afecta més a les dones a causa del desequilibri de poder històricament establert entre homes i dones, que fa que els homes dominin a les dones en la societat i impedeixen que aquestes desenvolupin tot el seu potencial.

A Espanya l'ús del concepte Violència de Gènere té una altra definició³.

Segons la Llei orgànica 1/2004 Article 1, de Protecció Integral contra la Violència de Gènere es refereix a "tot acte de violència (...) que, com a manifestació de la discriminació, la situació de desigualtat i les relacions de poder dels homes sobre les dones, s'exerceix sobre aquestes per part dels qui siguin o hagin estat els seus cònjuges o dels qui estiguin o hagin estat lligats a elles per relacions similars d'afectivitat, fins i tot sense convivència. (...) que tingui o pugui tenir com a resultat un mal o sofriment físic, sexual o psicològic per a la dona, així com les amenaces de tals actes, la coacció o la privació arbitrària de la llibertat, tant si es produeixen en la vida pública com en la vida privada".

És a dir que, a Espanya, quan parlem de violència de gènere parlem d'aquella violència que s'exerceix sobre la dona per part de qui és o ha estat la seva parella. A causa d'aquesta restricció de significat del terme en espanyol, en els últims temps s'ha anat encunyant una nova expressió, "violències masclistes", per a definir a Espanya el que es recull internacionalment com a violència de gènere o violència contra les dones: totes aquelles violències que sofreixen les dones i nenes pel fet de ser-ho, i que englobaria totes aquelles violències descrites anteriorment en aquest text com "gender-based violence".

D'altra banda, el que a Espanya es coneix com a violència de gènere es defineix segons UN Women com a **Violència contra les dones i nenes en l'àmbit privat, violència en la parella** la (intimate partner violence en anglès) o violència domèstica (domestic violence, encara que és un terme poc recomanat actualment).

En la següent llista hem recopilat els exemples més comuns:

Abús emocional

Menysprear i insultar a la parella, o a les persones i coses que mestressa/li agraden, ridiculitzar-la (el seu aspecte, religió, origen ètnic, etc.). Amenaces de fer-li mal a ella, o a les coses i persones més preuades per a ella, amenaces de suïcidi. La persona abusadora l'aparta dels seus pensaments o emocions, però la manté sota control; sovint actuant amb gelosia extrema; arruïnant la seva confiança en si mateixa; i qüestionant o ignorant les seves decisions independents. Controlar el que vesteix, amb qui es reuneix, què fa en el seu temps lliure (també utilitzant la tecnologia). Culpar a la parella de tot, fins i tot dels seus propis arravataments emocionals. Qüestionar les emocions i/o experiències de la parella (incloent-hi la gravetat del maltractament).

Negar-se a parlar dels problemes, o fins i tot negar la seva mera existència. Comportar-se de manera amenaçadora: destruir coses, danyar objectes, terroritzar-la amb armes, utilitzar un to o una mirada amenaçadora, interrogar-la de manera ofensiva o conduir de manera perillosa. Assetjar a les antigues parelles.

³ https://www.inmujer.gob.es/servRecursos/formacion/Pymes/docs/Introduccion/02_Definicion_de_violencia_de_genero.pdf

Abús físic

Empènyer, colpejar, asfixiar a la parella, agarrar-la pels braços, les espatlles, estrènyer-li els dits, tirar-li del pèl, colpejar-la, trepitjar-la, mossegar-la, sacsejar-la, cremar-la, amenaçar-la o ferir-la amb armes. Negar els drets de llibertat de moviment i independència de la parella. Tancar a l'altra, o deixar-la fora, lligant-la a alguna cosa, impedit-li dormir, rentar-se, menjar, beure o atendre les seves altres necessitats fisiològiques.

Abús sexual

Forçar o manipular a l'altra persona perquè participi en activitats sexuals que no desitja, ignorar si diu que no, ignorar els senyals que l'altra persona no està gaudint de l'activitat, pregar per coses a les quals ja ha dit que no, ferir-la o humiliar-la durant el sexe, violar-la, ferir els seus genitals o obligar-la a tenir relacions sexuals amb altres persones. Negar-se a utilitzar preservatius, impedir-li prendre anticonceptius, obligar-la a avortar o a no fer-ho. Compartir en línia imatges/vídeos privats de nus o sexuals sense consentiment, fer-la xantatge amb la publicació d'imatges sexuals privades i exigir-li favors sexuals a canvi.

Abús social i econòmic

Aïllar a l'altra de recursos socials i econòmics; aïllar-la de la seva família i amics, impedit-li estudiar, tenir un treball (complet o parcial) o guanyar diners (per exemple, dient-li que estar junts és més important), sovint de manera manipuladora i encoberta. Qüestionar les seves decisions econòmiques, controlar el que pot o no pot fer, amb qui pot quedar, amb qui pot parlar, a on pot anar, què pot posar-se. Impedir-li fer nous amics, parlar amb la seva família. Mirar el telèfon de la parella, llegir els seus correus electrònics, registrar les seves butxaques i bosses, acompanyar-la a totes parts i mantenir-la vigilada a temps complet en el treball o a l'escola.

Aquesta llista no està completa: hi ha moltes formes de violència i solen donar-se juntes. L'objectiu és el mateix: l'efecte emocional en la víctima. La violència física o sexual sempre té conseqüències emocionals també, i l'objectiu sol ser aquest efecte emocional en la víctima (perquè se senti menys, que senti que s'ho mereix, que és la seva culpa, que no té sentit intentar canviar les coses, que no té cap poder), no els blaus o les cicatrius físiques.

Mites i realitats sobre la violència de gènere i les violències masclistes

En les nostres societats existeixen conceptes erronis i mites comuns sobre la violència de gènere que tenen un gran potencial per a traumatitzar encara més, silenciar a les víctimes, donar permís a la mentalitat dels agressors i evitar que els qui poguessin ajudar facin costat a les víctimes.

Els mites, que són presents tant a escala individual com institucional i social, són una de les formes en què la violència de gènere s'ha mantingut i justificat al llarg de la història.

Aquí hi ha alguns exemples:

- Mite: La violència de gènere és un problema d'ira. Els homes no poden controlar la seva ira.

Realitat: Sentir-se enfadat no implica automàticament ser violent. El comportament violent és una elecció. Els homes que són violents amb les dones trien la violència com una manera d'exercir poder i control sobre les seves parelles. Això és possible gràcies a les normes de masculinitat, que permeten i fins i tot animen als homes a ser agressius. Creuen que tenen dret a controlar, dominar i ferir a les seves parelles. La majoria dels homes que són violents amb les seves parelles poden controlar perfectament la seva ira cap a altres persones, especialment el seu cap o altres figures d'autoritat.

- Mite: La gelosia és un senyal d'amor.

La realitat: La gelosia no té res a veure amb l'amor; són més aviat un signe de possessivitat, falta de confiança i inseguretat. També és un dels signes més comuns d'alerta primerenca d'abús.

- Mite: Les dones maltractades han d'haver fet alguna cosa per a provocar a l'agressor. ("s'ho mereix"; li ho ha "buscat")

Realitat: Mai és culpa de la víctima. Aquest tipus de declaracions que culpen a la víctima suggereixen que, perquè el maltractament cessi, la víctima ha de buscar les raons per les quals és maltractada i que ha de fer alguna cosa per a canviar el seu comportament. No obstant això, la responsabilitat de la violència sempre correspon a la persona que es comporta de manera violenta.

- Mite: La violència sexual és més probable que la cometi un desconegut.

La realitat: Tot el contrari. De fet, dos terços de les agressions sexuals són cometes per algú conegut per la víctima. Segons alguns estudis, només el 2% dels agressors són complets desconeguts.

- Mite: L'abús en línia està impulsat per la passió, no per la violència.

Realitat: L'abusador pot fingir que mestressa tant a una persona que no pot evitar-ho. Però aquestes accions excessives no provenen d'un lloc d'amor. L'abús és un acte de control i violència. L'agressor crea por mitjançant missatges intimidatoris o amenaçadors, aïlla a la víctima limitant la seva capacitat de comunicació amb amics i familiars o la humilia publicant imatges íntimes en Internet.

Cicle de la violència

El cicle de la violència és un model desenvolupat per a explicar la complexitat i la coexistència del maltractament amb els comportaments amorosos. És necessari entendre que trencar el cicle de la violència és molt més complicat que només deixar a l'agressor.

Al principi de la relació, la persona que exerceix el maltractament sol actuar de tal manera que fa que la parella **se senti important**: amb molta atenció, promeses, vincles, planificació mútua del futur, regals. Sovint es percep com un conte de fades. Les representacions de la societat (literatura, pel·lícules, socialització, etc.) sobre l'amor romàntic ens proporcionen imatges poc saludables de com haurien de funcionar les relacions, de com hauria de comportar-se cada persona en la relació i de com és ser estimat, per exemple, sovint es pensa que la gelosia són una prova que s'estima a algú, mentre que sovint són el signe que la parella vol posseir i controlar a l'altre; l'amor inclou sofriment i sacrifici, però malgrat les ferides i els conflictes, l'amor prevaldrà, i s'ha de fer el que sigui necessari perquè funcioni.

Després del començament romàntic, , **la tensió comença a acumular-se** i la relació s'omple de petites baralles i conflictes. És important assenyalar que aquests conflictes es formen entorn de casos en els quals l'agressor intenta controlar a la víctima i llevar-li la seva llibertat. Per exemple, dient-li que no ha d'anar a una festa en la qual sigui present el seu ex. O que no es posi un determinat vestit o es maquilli. La persona agressora pot justificar les seves accions dient que cuida i mestressa a la parella, i aquests senyals poden a vegades malinterpretar-se com a cura en una relació, quan en realitat són intents de control.

Després sol haver-hi un **esclat violent** que és, des del punt de vista de la víctima, una cosa greu en aquest moment. Pot ser verbal, o físic, o sexual, l'important és que sigui una cosa impactant o molt feridor per a la víctima.

Les bones estones tornen quan la persona agressora percep que la relació està en perill i que la víctima podria voler trencar. En general, comença a mostrar de nou la seva bona cara, actua amb amabilitat, fa promeses que mai tornarà a comportar-se així, dóna molta atenció i amor, amb la finalitat de mantenir a l'altre en la relació. Aquesta fase també es coneix com a "**lluna de mel**". Els canvis són només temporals i les promeses que fa no duren molt: quan sent que la relació torna a ser segura, deixa de ser amable i la tensió comença a acumular-se a poc a poc. Si ja ha aconseguit que la víctima depengui de la persona agressora, és possible que no hagi d'esforçar-se a evitar que es vagi, perquè no podria anar-se'n fàcilment.

També és important saber que la violència i el maltractament en la relació solen agreujar-se amb el temps.

Els senyals d'alerta primerenca inclouen:

- Gelosia constant o irracional, o enfadar-se quan la parella vol estar amb amistats o família
- Voler saber on es troba l'altra persona en tot moment
- Canvis d'humor impredecibles
- Amenatjat d'anar-se'n si l'altra persona no fa el que desitja
- Insistència en els rols de gènere tradicionals
- Forçant actes sexuals no desitjats o no consentits
- Intentar fer que la parella se senti culpable en cas de no actuar com la persona abusadora li instrueix o desitja
- Amenatçant de fer-se mal a si mateixos o a la parella si aquesta desitja deixar la relació
- Antecedents de violència en relacions prèvies

Més tard, discutirem com reconèixer els signes a l'escola com a professorat.



Violència en les relacions LGTBIQ+

A vegades pensem que la violència només pot donar-se en les relacions heterosexuales, perquè són la majoria. Hi ha molts estereotips entorn del gènere que fan que la violència en les relacions LGTBIQ+ sigui molt difícil de reconèixer, fins i tot per a les víctimes mateixes. Aquests conceptes erronis inclouen:

1. La violència sexual no és possible entre dues dones
2. Si hi ha violència en una relació lèsbica, segurament no és física (és a dir, no és perillosa).
3. Els homes són forts (o no tenen emocions) pel que realment no és possible danyar-los (emocionalment)
4. No hi ha desequilibri de poder en les relacions entre persones del mateix sexe.

És important saber que una relació LGTBIQ+ pot ser tan violenta com una heterosexual, però és més difícil demanar ajuda, a causa de les actituds homòfobes i a la falta de serveis especials. Per això, és encara més important fer costat a aquests/as alumnes/as com a professorat.

Entre les formes especials de violència de parella LGTBIQ+ es troben el control de la sortida de l'armari (amençar de treure a la persona de l'armari), els comentaris bifòbics, el fet de confondre el gènere a propòsit, etc⁴

Efectes emocionals de la violència de gènere

Els efectes emocionals de la violència de gènere poden ser greus i duradors. La violència sexual és una de les violacions dels drets humans més traumatitzants des del punt de vista emocional.

Segons l'enquesta⁵ de l'Agència de Drets Fonamentals sobre la violència contra les dones, les conseqüències a llarg termini de sofrir violència física o sexual són les següents:

- Pèrdua de confiança en si mateix/a 36%
- Ansietat 35%
- Sentir-se vulnerable 34%
- Dificultats en relacions 29%
- Dificultats per a dormir 28%
- Depressió 24%
- Atacs de pànic 14%
- Dificultats per a concentrar-se 14%
- Altres 3%

La rehabilitació només pot començar si l'abús es deté. No és possible recuperar-se'n mentre es pateix l'abús.

L'entorn social, en el qual és culpa a la víctima, la hi relativitza, dificulta molt el procés de curació, i un entorn de suport en el qual es crea i protegeixi la víctima pot ajudar al procés de recuperació

^{4,5} Més informació disponible a Bleeding Love: <https://www.bleedinglove.eu/project/>.

Violència en les relacions entre adolescents

Segons un estudi⁶ realitzat en EE. UU., la violència en les relacions entre adolescents és diferent de la violència entre persones adultes. Les diferències inclouen:

- La violència és més mútua. Segons l'observació de les parelles físicament violentes, la violència és mútua en el 58% dels casos.
- El desequilibri de poder entre les parelles no és tan gran, ser dependent econòmicament de l'altre és inusual.
- Falta d'experiència i habilitats per a gestionar les relacions.
- La relació es produeix més de cara als altres (a l'escola) i no en privat, cosa que significa que els/les companys/as i la pressió del grup tenen molta més influència en la manera de comportar-se de la parella.

Segons una altra enquesta⁷, tant els nois com les noies intenten controlar a la seva parella, però els nois tenen més "èxit". *"Les noies amb experiències violentes s'enfronten a forts sentiments de por, inutilitat, vergonya i culpabilitat, mentre que els nois solen desestimar les seves experiències de víctimes com una cosa insignificant. [...] L'ús de la violència per part de la núvia afecta menys als adolescents homes o es percep més com una molèstia i una nosa, que normalment s'ignora, però al qual a vegades responen amb un acte de violència molt més forta."*

1.2. Ciberviolència sexual i de gènere

El Comitè del Conveni sobre la Ciberdelinqüència del Consell d'Europa va crear una definició integrant en el context cibernètic la definició sobre la violència contra les dones del Conveni d'Istanbul:

*"La ciberviolència és l'ús dels sistemes informàtics per a causar, facilitar o amenaçar amb la violència contra les persones que té com a resultat o pot tenir com a resultat un mal o sofriment físic, sexual, psicològic o econòmic i pot incloure l'explotació de les circumstàncies, característiques o vulnerabilitats de la persona."*⁸

La raó per la qual hem de parlar de la ciberviolència com una categoria separada resideix en el fet que el ciberespai té moltes característiques que poden potenciar, perpetuar i diversificar els actes violents contra les dones i les nenes i els grups vulnerables. La naturalesa i les causes de la violència no són diferents de la violència de gènere fora de línia, però les eines poden ser diferents, la visibilitat de la violència pot ser diferent (les proves s'oculten més o es difonen ràpidament en Internet), així com les lleis que regulen els espais en línia. Una cosa ha de quedar clara, la ciberviolència comesa a través de les xarxes digitals i en relació amb les dades personals és igualment nociva i impacta greument en la vida de la víctima.

^{6,7,8} Més informació disponible a Bleeding Love: <https://www.bleedinglove.eu/project/>.

Quines són les característiques dels espais en línia que influeixen en la naturalesa i l'impacte de la violència?

L'anonimat pot amplificar la violència. La falta de mitjans d'identificació pot animar a la persona agressora amb la percepció que no ha d'assumir responsabilitats, o que no ha de complir les normes.

L'ús generalitzat d'Internet i les xarxes socials fa que l'intercanvi d'informació sigui més ràpid i ampli. Les imatges, els comentaris i les dades ofensives, violents o reveladors que es publiquen en línia poden difondre's ràpidament i a gran distància, deixant a les víctimes vulnerables i sense control sobre la seva privacitat personal.

Culpabilització de la víctima, revictimització i traumatitzar-la més. Aquestes respostes dels iguals i de les persones alienes a la societat també poden experimentar-se en el cas de la violència sexual i de gènere fora de la xarxa, a causa de les normes i mites tòxics de la societat. La major publicitat i els "costums" dels espais en línia poden donar lloc a llargs fils de comentaris i a la formació d'una opinió pública que traumatitza encara més a les víctimes.

La ciberseguretat és fràgil. Les contrasenyes, els codis d'accés i la informació completa d'inici de sessió poden obtenir-se amb uns certs programes de pirateria informàtica fàcilment accessibles en Internet. Els llocs i aplicacions que guarden la informació d'accés també poden fer que els comptes personals siguin més accessibles i els seus propietaris més vulnerables.

Les polítiques de moderació i denúncia continuen posant-se al dia. Gràcies al gran renou de l'opinió pública, han sorgit més funcions en les xarxes socials per a denunciar els missatges violents o l'assetjament en línia, però encara no sembla que les polítiques de les xarxes socials puguin protegir les víctimes d'actes violents en línia o posar fi a un procés una vegada que es produeix.

Internet no oblida. Les imatges pujades, les dades, els resultats de les cerques continuen sent accessibles de diverses maneres. Fins i tot quan les persones a les quals pertanyen la informació o les imatges ja no volen que siguin visibles.⁹ Això pot contribuir al fet que l'acte violent sigui més permanent i persegueixi les seves víctimes.

La tecnologia dona noves eines de violència de parella. En una relació abusiva es poden utilitzar moltes característiques en línia i tecnològiques per a exercir un major control sobre la parella, com el rastreig, el programari de hacking, les plataformes en línia, la informació d'accés guardada, etc. L'assetjament en línia és moltes vegades l'extensió de l'abús en la vida real.

Com conclou l'informe publicat per GenPol (2019), les conseqüències de ser víctima de la ciberviolència poden ser tan greus com les de la violència offline, però a causa d'aquests factors esmentats, la ciberviolència té el potencial de tenir conseqüències importants en la vida social i professional i la víctima pot arribar a retirar-se dels espais en línia o abandonar els seus llocs públics o la carrera professional desitjada.

⁹ Més informació disponible a Bleeding Love: <https://www.bleedinglove.eu/project/>.

Formes de ciberviolència sexual i de gènere

Les següents categories no són l'única classificació de les formes de violència en línia, les categories també poden superposar-se entre si, igual que les formes de violència de gènere fora en el món físic. Les formes enumerades procedeixen de l'extens paquet de recursos sobre ciberviolència titulat *#HerNetHerRights* publicat pel Lobby Europeu de Dones¹⁰.

El Consell d'Europa defineix el **discurs d'odi sexista** com "les expressions que difonen inciten, promouen o justifiquen l'odi per raó de sexe". Normalment, es tracta de les amenaces de violació, mort i tortura que poden rebre les dones i les nenes.

El **ciberbullying** consisteix en comportaments repetits com l'enviament de missatges de text malintencionats, l'inici de rumors o la publicació d'imatges amb l'objectiu d'atemorir i socavar l'autoestima o la reputació d'algú, la qual cosa a vegades empeny a les persones vulnerables a la depressió i al suïcidi.

El **ciberassetjament** és l'ús de mitjans digitals per a comunicar-se o interactuar amb una persona no consentida. L'assetjament sexual en línia pot adoptar la forma de condicions d'humiliació i sexualització pel fet de ser dona. Poden utilitzar-se paraules ofensives, sexistes i insultants com a "meuca", "puta", "zorra", així com comentaris sobre l'aspecte físic de les dones.

El **doxing** es refereix a la cerca i publicació en línia d'informació privada en Internet per a exposar públicament i avergonyir a la persona a la qual es dirigeix.

Els **creepshots** també es denominen voyeurisme digital. Els creepshots consisteixen en el fet que els agressors prenen d'amagat fotos o vídeos de les zones privades de les dones per a la seva gratificació sexual. En alguns casos, l'acte de prendre la imatge sense el coneixement de la víctima, i la subsegüent violació de la seva intimitat i agència, és el que proporciona el gaudi sexual

La **"pornovenjança"** és el fet d'utilitzar fotos i vídeos privats de caràcter sexual, cedits o intercanviats, i publicar-los en línia per a avergonyir i humiliar a la víctima. Pot ser l'extensió de la violència de parella als espais en línia. Les imatges també poden obtenir-se piratejant l'ordinador, els comptes de les xarxes socials o el telèfon de la víctima, i poden tenir com a objectiu infligir un mal real en la vida del "món real" de la víctima (com aconseguir que l'acomiadin del seu treball). Actualment es debat l'ús de la paraula venjança, perquè posa el focus en algun comportament que hagi fet la víctima i que mereixi venjança per part de la persona agressora, i s'opta per usar el terme sexpreading, que fa referència a l'acte de divulgar les imatges

El **hacking**, l'acte d'interceptar comunicacions i dades privades pot tenir com a objectiu a les dones i les nenes, especialment en forma de piratejos de càmeres web.

La **suplantació d'identitat en línia** és el fet d'utilitzar el nom o la identitat d'una altra persona amb la intenció de perjudicar, defraudar, intimidar o amenaçar a qualsevol persona, la suplantació d'identitat en línia pot utilitzar-se per a desacreditar a les dones víctimes davant els seus companys socials i professionals o amb finalitats delictives similars a la suplantació d'identitat fora de línia.

La **distribució maliciosa** és l'ús d'eines tecnològiques per a distribuir material difamatori relacionat amb la víctima i/o organitzacions; per exemple, utilitzant les noves tecnologies com a eina de propaganda per a promoure la violència contra les dones, cridar a la violència contra els serveis d'avortament, etc.

¹⁰ Més informació disponible a Bleeding Love: <https://www.bleedinglove.eu/project/>.

Atacs en massa i cibermobs: les hordes hostils inclouen centenars, a vegades milers de persones, que assetgen sistemàticament a una persona.

Sexting abusiu: El sexting és l'intercanvi electrònic consentit de fotografies de nus o sexuals. No obstant això, és diferent de l'intercanvi no consentit de les mateixes imatges. Encara que els nois i les noies adolescents envien missatges sexuals en la mateixa proporció, els nois tenen entre dues i tres vegades més probabilitats de compartir les imatges que els han enviat a tercer

Tràfic facilitat digitalment: El tràfic de dones utilitzant mitjans tecnològics com la captació, incitant a les dones a la prostitució ajudada per l'ampli abast i l'anonimat d'Internet i sovint amb l'ús de perfils falsos. És important ser conscient de com les eines digitals els faciliten als traficants sexuals ampliar el seu abast a les dones/nenes vulnerables.

La violència en línia es dirigeix amb més freqüència a les dones i les nenes i a les persones que mostren una expressió sexual o de gènere no conforme, de manera similar als espais fora de línia. Altres circumstàncies com l'ètnia o la discapacitat fan que es corri més risc de ser víctima de la violència en línia (i fora d'ella).

Com podem observar, molts dels actes violents esmentats anteriorment tenen un aspecte sexual, la qual cosa ha contribuït als debats actuals que unes certes formes de ciberviolència haurien de classificar-se com a formes de violència sexual.¹¹

Dades sobre la ciberviolència sexual i de gènere en les relacions íntimes

Si bé la tecnologia exerceix un paper important en l'apoderament de les nenes i les dones, les característiques dels espais en línia esmentades anteriorment comporten també la falta de seguretat per als grups vulnerables.

Segons un informe de l'Organització Mundial de la Salut de 2013¹² **1 de cada 3 dones haurà estat víctima d'abusos físics o sexuals** al llarg de la seva vida. L'Agència dels Drets Fonamentals de la Unió Europea (FRA) va descobrir en 2014 que el **20% de les dones joves d'entre 18 i 29 anys de la UE han sofert assetjament sexual en línia**, i que almenys 1 de cada 10, cosa que significa que aproximadament **9 milions de noies europees han estat víctimes d'una forma de violència de gènere digital abans de complir els 15 anys**. Segons un informe de les Nacions Unides de 2015, **mundialment el 73% de les dones i les nenes han sofert alguna forma de violència en línia**.

Un estudi del 2009 en el Regne Unit¹³ ofereix un panorama important sobre la prevalença de la violència en les relacions de parella dels adolescents, però també destaca les diferències entre nois i noies en la percepció de la violència i l'impacte percebut per les víctimes. Els resultats van ser els següents:

- Gairebé el **75% de les noies i el 50% dels nois van declarar haver tingut experiències d'abús emocional. El 33% de les noies, però només el 6% dels nois, pensaven que això tindria efectes negatius en el seu benestar.** Les formes de violència emocional més nomenades van ser "ser objecte de burla" i "ser controlat constantment"

¹¹European Institute for Gender Equality (EIGE) (2017). Ciberviolència contra nenes i dones. Disponible a: <https://bit.ly/3f0u8af>

¹²World Health Organization (2013). Estimacions mundials i regionals de la violència contra les dones. Disponible a: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241564625>

¹³Barter C., McCarry M., Berridge D., Evans K. (2009). Explotació i violència de parella en les relacions íntimes dels/les adolescents. Disponible a: http://www.womenssupportproject.co.uk/userfiles/file/partner_exploitation_and_violence_report_wdf70129.pdf

- Al voltant del **33% de les noies i el 16% dels nois van declarar haver sofert algun tipus de violència sexual. El 70% de les noies i el 13% dels nois van declarar que havia repercutit negativament en el seu benestar.**
- Aproximadament el **25% de les noies i el 18% dels nois van declarar haver sofert violència física per part de la seva parella. L'11% de les noies i el 4% dels nois van declarar haver sofert violència greu. De nou, un nombre considerablement major de noies (75%) que de nois (14%) van sofrir un impacte negatiu en el seu benestar**

Com es va esmentar anteriorment, la ciberviolència no es presenta sola com una nova forma de violència, sinó que està **connectada** amb la violència de parella. L'enquesta de Women's Aid de 2017¹⁴ declara que:

- El 45% de les víctimes de la violència domèstica van declarar haver sofert algun tipus d'abús en línia durant la seva relació
- El 48% va declarar haver patit assetjament o abús en línia per part de la seva exparella una vegada que havia deixat la relació
- El 38% va denunciar l'aguit en línia una vegada que havia deixat la relació
- El 75% de les víctimes d'assetjament i abús en línia es queixen que la policia no sap quina és la millor manera de respondre als abusos o l'assetjament en línia. Això inclou al 12% que ha denunciat els abusos a la policia i no ha rebut ajuda

Quant a la plataforma en la qual es produeix específicament l'assetjament en línia, l'informe del Pew Research Center de 2014¹⁵ sobre la població estatunidenca ens va donar la informació:

- El 66% dels usuaris d'Internet va dir que el seu incident més recent es va produir en una xarxa social o aplicació
- El 22% en la secció de comentaris d'un lloc web, el 16% a través dels jocs en línia
- 16% en un compte de correu electrònic personal
- 10% en fòrums de discussió (com Reddit)
- 6% en un lloc web o aplicació de cites en línia

Segons la recerca, les dones són més propenses a ser assetjades en les xarxes socials, mentre que els homes, especialment els més joves, són més propensos a ser assetjats en els llocs de jocs en línia.

Quant a la identitat dels agressors, la recerca de PEW va descobrir que el 38% de les enquestades van ser assetjades en línia per un desconegut i el 29% no va poder determinar la identitat del seu assetjador.

Cada vegada hi ha més estudis sobre les causes que l'espai en línia sigui tan arriscat per a les nenes i les dones.

Les legislacions encara s'estan posant al dia amb aquest vast i creixent àmbit i els crítics subratllen que el canvi de polítiques en el sector tecnològic és necessari. El sector de les tecnologies de la informació, dirigit i dominat per l'home, crea polítiques i eines que no es tenen en compte sota l'aspecte dels riscos per a la seguretat de les nenes, les dones i altres grups vulnerables.¹⁶

¹⁴ Women's Aid Federation of England (2014) Mundo Virtual, Miedo Real. Disponible a: https://www.womensaid.org.uk/wp-content/uploads/2015/11/Women_s_Aid_Virtual_World_Real_Fear_Feb_2014-3.pdf

¹⁵ Pew Center Research (2014) Acoso en línea. Disponible a: <http://www.pewinternet.org/2014/10/22/online-harassment/>

¹⁶ UN Broadband Commission for Digital Development (2015) Ciberviolència contra dones i nenes: un crit d'atenció mundial. Disponible a: https://www.unwomen.org/-/media/headquarters/attachments/sections/library/publications/2015/cyber-violence_gender%20report.pdf?v=1&d=20150924T154259

2. Fomentant la prevenció i resposta a la violència sexual y de gènere a les escoles

2.1 Com adonar-se si l'alumnat està sent exposat a violència, específicament a violència de gènere i (ciber)violència sexual (en una relació de parella)?

És més fàcil obtenir informació sobre un cas de violència si els actes **es produeixen** directament i poden **observar-se** en un context escolar (durant un esbarjo, en classe, durant activitats extraescolars, etc).

No obstant això, a vegades, el professorat i personal escolar **no reconeixen** uns certs comportaments o declaracions com a violència (més sovint quan es tracta de violència psicològica). Com la resta de la societat, a vegades, els/les professors/as poden creure **que no** és un problema "greu" que requereixi una reacció (que és una "cosa menor"). A vegades, fins i tot el personal professional de suport (pedagogs, psicòlegs), creu que es tracta d'una relació "privada" en la qual **no s'ha d'interferir**. Això últim és habitual en el cas de la violència que es produeix en les relacions de parella (dels/les joves).



Important: La violència **no pot** ser un "assumpte privat". La violència és inacceptable, és un delictes, cal posar-li fi i evitar que es repeteixi, així com proporcionar ajuda i suport a la persona exposada a la violència. Tot el personal de l'escola té l'**obligació** de reconèixer i respondre en conseqüència a tota la violència que afecti els alumnes de l'escola o sigui perpetrada per ells.

Quan el professorat o un altre personal de suport professional sospiten, reben informació o observen que l'alumnat està exposat a la violència, poden **comprovar** les inquietuds per la seguretat, la protecció i el benestar dels alumnes de diferents maneres:

- **Directament** – preguntant/parlant amb el/a alumne/al fet que mostra canvis de comportament i reaccions (sempre en privat, en un entorn segur)
- **Indirectament** – parlant amb les seves amistats del col·legi o amb els seus pares (també en confiança i en un espai segur), o a través d'activitats amb tot l'alumnat, centrades en diversos temes, des del reconeixement de la violència fins a la diferenciació de les relacions de parella sanes i no sanes, passant pel reconeixement dels senyals d'alarma de la (ciber)violència sexual i de gènere en les relacions de parella d'ells/les joves (a través de les quals el/la professor/a es mostra obert a escoltar els problemes relacionats amb aquest àmbit i a ajudar en la seva solució)

La violència no sempre es produeix en les instal·lacions de l'escola o d'una forma fàcilment perceptible i recognoscible. **No hi ha senyals directes** (segures) en el comportament, les emocions, les relacions socials, les activitats escolars i els assoliments que indiquin definitivament (de manera inequívoca) que un/a alumne/a està exposat a alguna forma de violència.

No obstant això, els canvis en el comportament, en l'expressió de les emocions, en les relacions socials, en les activitats escolars i en el rendiment, podrien ser un **senyal d'alerta** que l'estudiant té un problema. La literatura rellevant discuteix alguns dels senyals que indiquen que els/les estudiants estan exposats a la violència i que com a professorat o personal professional poden **reconèixer**, com ara:

- **Canvis en el comportament**, que impliquen una àmplia gamma de reaccions, com la pèrdua d'interès o l'abandó d'activitats que abans eren importants per als/les alumnes/as, però també tensió, confusió, "secretisme", evitació del contacte visual, dificultats psicofísiques (com a maldecaps, mal de panxa, insomni, fatiga, pèrdua d'apetit), presència de lesions (blaus, cicatrius)
- **Canvis en l'estat d'ànim i en l'expressió de les emocions**, també inclou una àmplia gamma de reaccions que van des de la pèrdua de l'alegria fins a una actitud ombrívola, nerviosisme, aïllament, apatia, por, precaució, culpa, vergonya, sentiments ambivalents, impotència, desconfiança, ansietat, depressió, pensaments suïcides, irritabilitat i esclats de reaccions emocionals (esclat d'ira sobtat i inapropiat, plor)
- **Canvis en les relacions socials**, pèrdua d'interès per socialitzar amb la resta dels i les estudiants, augment del distanciament, evitació d'activitats escolars comunes, retraïment i distanciament fins i tot de les amistats més pròximes, fins al cessament total de les relacions amb les amistats i l'(auto)aïllament
- **Canvis en els interessos i assoliments escolar**, pèrdua d'interès i abandó de les activitats escolars, retirada de la participació en les activitats escolars, absència de classes, problemes de concentració, problemes d'aprenentatge, descens dels resultats escolars (els resultats escolars poden fins i tot millorar, com a resultat dels esforços afegits invertits, especialment quan la violència prové d'algú aliè a l'escola, sovint de la família)
- **Canvis en l'ús d'ordinadors i telèfons mòbils**, com la disminució o el cessament total del seu ús, fins a l'augment del seu ús (seguiment obsessiu de continguts o missatges, tancament de pàgines/xats quan algú s'acosta), evitar respondre a preguntes relacionades amb el temps d'ús dels dispositius, amb la persona amb la qual es comuniquen, la qual cosa continuen en línia, l'eliminació de comptes i l'obertura d'altres (completament) noves
- **Comportament gelós i possessiu de la parella**, fent l'efecte que no se separa mai de la seva parella, que intenta controlar (totes les seves) relacions, moviments, comportaments, controlant constantment, exigint a la parella que informi de les seves activitats, contactes i moviments (que li envii "proves" d'amb qui està i què fa), no es poden prendre decisions sense l'acord de la parella (un decideix en nom de l'altre), canvis de decisions si la parella no està d'acord amb elles
- **Mala imatge de si mateix/a** (que és diferent d'un període anterior), baixa autoestima, independència emocional i/o econòmica de la seva parella, ser fet xantatge/a, forçat a actes als quals no estaria d'acord abans



Important: La presència d'un dels comportaments enumerats no indica necessàriament la presència de maltractaments en una relació de parella, però si s'observa un nombre major de signes, ha de comprovar-se què està ocorrent. A vegades, la presència d'un sol signe és un indicador (segur) d'alt risc, és a dir, de la possibilitat que la violència s'intensifiqui (aquest signe és, per exemple, l'existència de **gelosia** en una relació de parella).

No totes les persones reaccionen de la mateixa manera en una situació de violència i abús en les relacions de parella, o no reaccionen amb la mateixa intensitat, i alguns canvis en el comportament de la víctima no són necessàriament negatius. Per tant, **no hi ha signes típics ni víctimes típiques**.

Les conseqüències de la violència digital són similars a les de l'assetjament o la fustigació en la vida real que es produeixen fora d'Internet i poden suposar un greu risc per a la seguretat a causa de la ràpida i incontrolable difusió de les dades personals, la falta de protecció i la possibilitat que la violència es transmeti en directe.

2.2 Com respondre a la sospita o revelació de violència sexual i de gènere?

Alguns principis claus:

- La **seguretat** de la víctima és una prioritat en l'actuació de tots en el centre escolar i en totes les institucions al marge del col·legi
- L'**autor** és l'únic responsable del comportament violent
- Totes les intervencions han de tenir en compte la **desigualtat de poder** entre la víctima/supervivent i l'autor de la violència
- És necessari **respectar** les necessitats, els drets i la dignitat de la víctima de la violència
- La **urgència** dels procediments a prendre ha d'ajustar-se a l'avaluació de la gravetat de la situació i la possible posada en perill de la víctima/supervivent
- L'escola i totes les institucions pertinents són responsables de **posar fi a la violència, i de prendre les mesures necessàries** per a la protecció i el suport al/la supervivent de la violència

Normes generals de comunicació amb una persona que sofreix violència¹⁷

Respectar i lloar la decisió de revelar la violència: No és fàcil admetre/revelar l'existència de la violència, es necessita molt valor que ha de ser respectat. Cal elogiar al/l'alumne/per la seva decisió de confiar-li a algú que té un problema. La revelació de la violència ha de prendre's sempre de debò: la compassió, la comprensió i la disposició a ajudar són fonamentals en aquest moment.

¹⁷ Master Package "GEAR against IPV". Libro III: Manual del profesor. (Rev. ed.). 2015. Athens: European Anti-Violence Network. Ignjatović, T. 2018. Rodno zasnovano nasilje u partnerskim vezama mladih: uloga obrazovno-vaspitnih ustanova

Parlar amb l'alumne/a que va estar (se sospita que va estar o hi ha informació que va estar) exposat a la violència -sempre **primer** amb la víctima de la violència i mai en presència de l'**agressor- immediatament** després de rebre informació sobre la violència

Garantir la seguretat de la persona que ha sofert la violència: si la violència s'ha produït en aquest moment i l'agressor és present, **separar immediatament a l'agressor de la víctima** fins que es completin tots els procediments escolars previstos i els procediments davant altres institucions, així com evitar el contacte (independentment que aquest contacte no sigui necessàriament negatiu, p. ex., l'agressor pot enviar missatges d'amor o intentar disculpar-se) i la possible influència sobre la víctima (en forma de pressió perquè s'abstingui de denunciar la violència o de participar en els procediments, amenaces, intimidació, xantatge, publicació de la denúncia)

Creure a la persona i proporcionar suport: Preparar-se per a escoltar i acceptar el que sents. Assegura't que l'estudiant que revela la violència té un entorn de suport. No pressionis perquè es revelin més detalls (anima a la persona que t'ha confiat al fet que torni i continuï la conversa, quan estigui preparada; digues-li que pot ser present una persona de confiança, si això li facilita les coses; assegura't que la persona de confiança no parli en lloc de l'alumne exposat a la violència).

No jutjar ni culpar: No hi ha justificació per a la violència. Digui clarament a la persona que revela la violència que no ha fet gens dolent o incorrecte, que no té la culpa de la violència. La violència és sempre una elecció i una responsabilitat de la persona que l'exerceix. Repeteix aquest missatge a la víctima/supervivent de la violència. Vés amb compte: algunes preguntes poden sonar (involuntàriament) com si estiguéssim culpant a la supervivent. No s'han d'utilitzar preguntes que comencen amb "PER QUÈ...", perquè les víctimes poden percebre-les com si estiguessin jutjant o culpant ("Per què vas enviar les teves fotos... o Per què no...").

Assegurar-se que hi ha un espai segur i confidencial: Troba un temps i un espai on puguis escoltar la persona que revela la violència en un entorn segur i confidencial (mai parlis en presència d'altres persones, tret que es tracti d'una persona de confiança triada per la víctima/supervivent), o en espais comuns (on passen o romanen altres persones).

No fer massa preguntes: El professorat i el personal de l'escola no determinen ni necessiten provar el succeït (no investiguen el cas). Això significa que, si la conversa és confidencial, no comprovaran amb (parlaran amb) la persona identificada com a autora de la violència el que ha succeït i les declaracions de la víctima/supervivent de la violència: creuen en l'experiència de la persona que els confia i són aquí per a ajudar. No obstant això, tingues en compte l'obligació d'informar sobre qualsevol sospita i/o informació de violència als responsables de l'escola (servei de suport professional, equip escolar de protecció contra la violència), per la qual cosa, si la conversa no pot ser confidencial, **has** d'informar la víctima sobre això.

Escoltar activament: escolta atentament, intenta comprendre el que li diu l'alumne, fixa't en la comunicació no verbal, en les emocions, comprova que t'ha entès correctament.

No donar consells: El professorat no té coneixements i habilitats (específiques) per a l'assessorament i el treball terapèutic. Han de respectar l'experiència de la víctima i proporcionar suport als/les alumnes/as que confien en ells. No hi ha solucions "prefabricades", així que no intentis pensar per endavant el que diràs, per a aconsellar. No facis comentaris generals sobre la situació de la persona afectada, ni bons ni dolents.

Controlar les teves reaccions. És important mantenir la calma, no mostrar disgust, ira o por. Reaccionar de manera exagerada pot espantar els/les alumnes/as (i fer que decideixin no parlar de la seva experiència). D'altra banda, l'absència de reacció pot fer l'efecte que no creus que sigui important el que la persona afectada et confii, que el que està dient no és important. Sé conscient de la teva comunicació no verbal (expressió facial, ulls, gestos, moviments, to de veu)

No parlar amb uns altres sobre el tema de la teva conversa. Tret que estiguis obligat a comunicar qualsevol sospita i/o informació sobre violència, no parlis amb companys/es, altres alumnes/as, pares, etc. sobre el que t'han dit. Les converses de consulta han de mantenir-se només amb experts de l'escola (servei de suport professional, pedagogs, psicòlegs). Fins i tot llavors, és bo comptar amb el consentiment informat del/l'alumne/a. En les converses consultives amb els experts no és necessari facilitar les dades personals dels/les alumnes/as.

Proporcionar informació adequada: Els professors han de proporcionar informació adequada, senzilla i correcta sobre el que poden i no poden fer, per a informar clarament sobre la seva obligació de respectar les possibles restriccions en la confidencialitat de les converses amb els professors. L'escola ha de respectar els procediments prescrits, i cada professor ha de saber a qui dirigir-se a l'escola en cas de rebre informació sobre l'ocurrència de violència.

No prometre el que no es pot complir. És útil que l'escola disposi d'una llista actualitzada d'adreces, números de telèfon, correus electrònics i adreces de llocs web de totes les institucions, organitzacions i persones pertinents per a consultes, suport i ajuda.

Posar-se en contacte amb les institucions adequades. Quan es tracta de violència, estàs obligat a informar els òrgans competents del centre escolar o a les institucions responsables fora del centre, s'ha d'informar l'alumne que ha revelat la violència i s'ha de garantir el suport d'una "persona de confiança".

Respectar les necessitats i els drets de la víctima - juntament amb la qüestió de la seguretat, això pot ser el dret a ser informat, el dret al suport psicològic i a l'apoderament, la remissió al suport legal, la protecció sanitària si es requereix, etc. L'escola no pot satisfer totes les necessitats, però està obligada a proporcionar informació adequada, completa i correcta i a informar o remetre l'alumne/a a altres serveis disponibles en la comunitat.

Altres mesures a prendre

Parlar amb l'alumne/a que ha perpetrat (se sospita o hi ha informació sobre aquest tema) la violència -**mai** en presència de la persona que ha sobreviscut a la violència- **immediatament** després de rebre informació sobre aquesta.

Parlar amb els/les estudiants que tenen (o poden tenir) informació sobre la violència que està ocorrent (espectadors i testimonis de la violència) - **immediatament** després de rebre informació sobre la violència.

Parlar amb els pares dels/les alumnes/a que han participat en l'esdeveniment (o que tenen informació sobre aquest tema) en reunions individuals, d'acord amb les normes i procediments pertinents, **el més aviat possible** (segons la llei).

Desenvolupar un pla de suport individual per a la persona que ha estat exposada/sobreviscut a la violència, que inclogui activitats clares i concretes per a la recuperació i l'apoderament de la víctima/supervivent, els responsables de l'aplicació concreta, els terminis, el mètode de seguiment i avaluació dels efectes i el termini per a la revisió del pla; la persona que ha sobreviscut a la violència **participarà activament** (en totes les fases), **al més aviat possible**.

Elaborar un pla d'acció individual per a/cap a l'alumne/al que exerceix la violència, que inclogui mesures clares i concretes, responsables de l'execució concreta de les activitats, terminis, mètode de seguiment i avaluació dels efectes i termini per a l'examen i la revisió del pla; l'organització d'un treball especialitzat amb l'agressor a l'escola o la remissió a institucions que apliquin un tractament psicosocial per als agressors no pot en cap cas substituir a les mesures que representin sancions per l'acte comès, **el més aviat possible**.

Aplicar mesures, seguiment dels efectes, revisió de les mesures i activitats planificades, en cas que les mesures planificades no produeixin els efectes previstos o es produeixin canvis en les circumstàncies, **de manera contínua** (segons els terminis del pla individual)

Informar el professorat i als grups professionals de l'escola sobre les mesures adoptades i els seus efectes, l'**anàlisi** de les causes i les conseqüències, l'anàlisi de la idoneïtat de la resposta de l'escola, la recomanació d'un pla per a reduir els factors de risc i reforçar els factors de protecció, la posada en marxa d'activitats de **prevenció** obligatòries per a evitar que la violència es produeixi i/o es repeteixi, la millora del nivell de conscienciació, els coneixements i les habilitats de totes les parts interessades en tots els temes i qüestions importants, **de manera contínua**

Mantenir registres adequats sobre l'esdeveniment i totes les mesures planificades i aplicades, **de manera contínua**.



Formes específiques de protecció contra la ciberviolència sexual i de gènere

A continuació, s'ofereixen diverses informacions importants sobre el que s'ha de fer en cas de coneixement de la ciberviolència sexual i de gènere, independentment que es produeixi en una relació de parella o en una altra mena de relació¹⁸:

- **Abstenir-se de suggerir** a la víctima que "apagui" Internet i les xarxes socials, ja que això no deté la violència, mentre que la víctima pot quedar encara més aïllada
- **Ignorar** els missatges que no són importants, que no posen en perill i que no afecten la reputació d'un mateix (la majoria dels agressors esperen una reacció i estan disposats a continuar i incrementar el seu assetjament i violència una vegada que veuen que ho han aconseguit) - en comptes d'això
- Usar l'opció de **bloquejar** als qui envien missatges violents (en diferents plataformes, com Facebook, Instagram i Twitter)
- Deixar de **seguir, desetiquetar-se** de la publicació (Facebook) o de la fotografia (Facebook i Instagram), deixar de ser amic/a de les persones amb les quals no s'assegui seguretat i comoditat a l'hora de compartir continguts
- **Denunciar continguts** (Facebook i Instagram) que infringeixin les normes/directrius de la comunitat (proporciona una descripció clara d'on es va trobar aquest contingut)
- Recol·lectar **evidència** a través de captures de pantalla i guardar missatges (l'evidència d'abús és important per a emprendre mesures legals)
- Acudir a les **organitzacions especialitzades** que s'ocupen dels drets digitals i a les organitzacions de protecció dels drets dels/les nens/es i les dones per a obtenir informació i suport
- **Informar** les institucions responsables - organismes de lluita contra la delinqüència d'alta tecnologia en la policia o departaments especialitzats de la fiscalia
- **Recordar** als/les nens/es i adolescents que han de mantenir les seves contrasenyes a resguard de tothom, i que és important buscar ajuda: si no es pot evitar que es produeixi la violència, és important detenir-la **el més aviat possible**.

¹⁸ #HerNetHerRights – Mapa de la situació de la violència en línia contra les dones i les nenes en Europa. 2017. Ileš, M. 2018. Digitalno nasilje protiv žena i devojčica, u: Ignjatović, T., Ileš, M. Ignjatović, T., Ileš, M. (ur.): Odgovor obrazovno-vaspitnih institucija na rodno zasnovano nasilje i nasilje u porodici. Autonomni ženski centra. Disponible a: https://www.womenngo.org.rs/images/publikacije-dp/2018/Odgovor_obrazovno_vaspitnih_institucija.pdf STOP Cyber Violence – Toolkit for Trainers. 2017. Stowarzyszenie Instytut Nowych Technologii (Poland), Crystal Clear Soft (Greece), CSP - Innovazione nelle ict S.C.A.R.L. (Italy), Asociatia Direct (Romania).

3. Prevenció de ciberviolència sexual i de gènere en un ambient escolar

La prevenció eficaç i sistemàtica de la violència entre parelles íntimes entre adolescents representa l'estratègia clau per a reduir els índexs de violència de gènere. Hem de treballar per a iniciar el canvi a escala individual, en les relacions, en la comunitat i en la societat en el seu conjunt. Atès que gairebé tots els/les nens/es i adolescents assisteixen a l'escola, el sistema educatiu és l'escenari ideal per a l'aplicació de programes de prevenció de la violència de gènere, inclosos els que aborden la ciberviolència en les relacions de parella.

Les accions han de centrar-se en el canvi de les normes culturals i socials que envolten al gènere, alhora que es traslladen aquests esforços a l'era digital: és necessari educar a la pròxima generació d'usuaris/as de les TIC en matèria d'informació i alfabetització mediàtica, així com en la seva percepció de la seguretat. Al mateix temps, les iniciatives de prevenció que aborden les relacions saludables podrien exercir un paper fonamental en el canvi de les actituds estereotipades que alimenten i reforcen la desigualtat de gènere, però també en la conscienciació dels adolescents sobre qüestions relatives a la seva pròpia seguretat en les seves relacions i/o en altres contextos. La creació d'expectatives de relacions sanes i no violentes i el desenvolupament d'habilitats que són parts importants en aquest sentit, com la construcció d'una relació amorosa i respectuosa amb si mateixos/as i amb el seu cos, l'aprenentatge de la comunicació des de la comprensió i no des de la reacció, el suport mutu i el respecte, poden ajudar a reduir els riscos d'experimentar i perpetrar la violència de parella.

3.1 Creant un ambient escolar segur i no violent

Un clima que se senti segur i no violent a l'escola és crucial per a la prevenció i intervenció en la violència, en particular la violència cibernètica sexual i de gènere en les relacions de parella. Per a crear un entorn escolar segur cal centrar-se en els valors i principis que es defensen a l'escola, i en **la forma en què es posen en pràctica**. Per a això, les escoles han de ser un lloc de connexió i suport afectiu entre estudiants, professorat i altres membres del personal. Això requereix l'esforç de tots els que participen en l'entorn escolar.

Per a això és important comptar amb polítiques i procediments escolars que estableixin el respecte a la diversitat, facin de l'escola un espai segur i lliure de discriminació, i facilitin la denúncia d'incidents donant suport als i les estudiants que experimentin qualsevol forma d'abús i violència. Les polítiques escolars han de fer costat als/les estudiants perquè demanin ajuda i denunciïn la violència o qualsevol ús inapropiat de la tecnologia per a controlar, intimidar o assetjar a altres persones, que presenciïn o coneguin. És important compartir la política àmpliament i mostrar-la públicament per a assegurar-se que tota la comunitat escolar la coneix i per a aplicar de manera coherent les mesures i accions en els centres educatius.

Sovint s'assenyala que la **relació** entre professorat i alumnat és clau i que defineix totes les altres relacions a l'escola. Es diu que els/les docents no sols guien als alumnes i alumnes en el procés d'aprenentatge, sinó que són **models de comportament** i actuen com a suport en el desenvolupament de la personalitat dels/les estudiants.

Per tant, el suport adequat al professorat, i a la resta del personal escolar, pot tenir importants efectes positius en el desenvolupament dels/les estudiants, especialment si estan exposats a circumstàncies i experiències negatives. No obstant això, també s'assenyala que l'escola és el lloc dels **desacords/malentesos** entre tres actors principals: alumnat, professorat i famílies. Les crítiques més freqüents dels/les alumnes/as als/les professors/es es refereixen a la seva *falta d'interès pels/les nens/es* i a *l'insuficient contacte humà* entre professors/as i alumnes/as.¹⁹

Perquè l'escola sigui un lloc segur i encoratjador per al desenvolupament dels/les nens/es i els/les joves, és necessari garantir un entorn de confiança en el qual els/les alumnes/as puguin parlar *obertament* i *honestament* sobre els diferents problemes i els diferents aspectes de la seva seguretat, així com assumir la *responsabilitat* del seu comportament. Això inclou fomentar la seva *participació* en l'aportació de suggeriments i en la creació de diferents activitats, la disposició del professorat, del personal de suport professional i de la direcció del centre a *escoltar* i *respectar* les propostes dels i les estudiants, així com a *integrar-les* en els plans d'estudi i en les activitats.

El paper dels i les docents com a **models** de comportament no discriminatori i no violent és especialment important en l'adolescència. El professorat ha de mostrar clarament, amb el que diu i fa, que respecta la diversitat i promou la igualtat i l'equitat a l'escola, perquè els i les estudiants tinguin la sensació que la seva personalitat és respectada i puguin construir un sentiment de pertinença a un grup i al context escolar. En mostrar interès pels alumnes i alumnes, els/les professors/es construeixen una relació de confiança amb ells/as i mostren la seva disposició a secundar i ajudar als seus alumnes/as.

En totes les escoles hi ha professors/es en els quals els/les alumnes/as (pares i mares, companys/es) **confien** més. Sovint els diem "persones de confiança", i els descrivim com a persones que tenen capacitat d'escolta activa i no jutgen:

- Saber escoltar (sentir i reconèixer els signes no verbals del seu interlocutor) transmetent: "*escolto el teu problema*"
- Que tracten d'entendre el que l'altra persona està tractant de dir o com se sent, "*entenc com et sents*"
- Mostren clarament que estan disposats a ajudar a trobar una solució al problema: "*t'ajudaré a pensar sobre el problema, intentarem trobar una solució*"

No tots els professors i professores tenen aquesta capacitat, però és important que hi hagi persones a l'escola que tinguin aquesta funció i també persones que tinguin un bon coneixement de les normes i procediments escolars, consultes amb experts a l'escola, informació sobre les institucions responsables, contactes de professionals en els serveis pertinents, números de telèfon d'organitzacions especialitzades que donen suport a les víctimes/supervivents de la violència. Aquestes persones representen un suport no sols per al professorat i la direcció del centre, sinó també per als pares i els/les alumnes/as quan es produeix o se sospita de violència.

¹⁹Polovina, N., 2014. Vršnjačko nasilje u školi: porodični faktori uticaja u ekosistemskoj perspektivi. *Nastava i vaspitanje*, 63(4), 717-732; Zotović-Kostić, M., Beara, M. 2016. Mentalno zdravlje mladih u AP Vojvodini – stanje i perspektive. Centra za proizvodnju znanja i veština, Novi Sad. Disponible en: http://cpzv.org/cpzv_uploads/Mentalno-zdravlje-mladih-u-APV.pdf

No obstant això, és fonamental que tots els/les professors/es i el personal escolar mantinguin una comunicació constant amb els/les alumnes/as i els animin a buscar suport i a expressar el que observen, asseguin i experimenten.

Sigues clar: Digues als teus estudiants que l'abús és inacceptable i que ho consideres un assumpte molt seriós.

Parla amb els teus alumnes: Pregunta als teus alumnes què pensen sobre la violència en les relacions de parella i anima'ls a reflexionar de manera crítica sobre les repercussions negatives d'aquestes relacions afectives.

Escolta: Presta atenció, escolta el que et diuen els i les estudiants, fes-los saber que t'interessa, que ets aquí per a ells.

Anima, dona suport, ajuda: Vés amb compte de no minimitzar la importància dels seus problemes per la seva edat, la seva falta d'experiència o la durada de les seves relacions afectives. Sé el seu suport i assenyala que estàs del costat de l'estudiant que ha estat exposat a la violència. Tingues en compte que són els mateixos estudiants els que han de decidir si acaben o abandonen la relació insana. No jutgis. Secunda i ajuda.

Prepara't: Familiaritza't amb aquests temes, amb les maneres de donar suport, amb els passos i amb els procediments. Proporciona informació sense prejudicis ni judicis. Sé conscient del risc d'escalada de violència en el moment de deixar/acabar una relació de parella insana i violenta. Sé conscient de la responsabilitat de denunciar la violència a la qual han estat exposats els/les alumnes/as.

El professorat (tant com els pares) han de transmetre als seus alumnes missatges de suport, interès, confiança i respecte, i alguns exemples són²⁰:

- **Suport:** *M'agradaria que sabessis que pots comptar amb mi. M'alegro que hagi acudit a mi a la recerca d'ajuda, treballarem conjuntament per a trobar una solució*
- **Mostrant interès:** *El que vaig escoltar ahir sobre els missatges insultants que esteu intercanviant en Facebook em preocupa molt, t'agradaria parlar d'això? Has aconseguit prendre una decisió? Estàs segur/a? Com et sents?*
- **Confiança:** *Gràcies per compartir aquesta experiència amb mi. Sempre pots dir-me si alguna cosa et preocupa. El que parlem queda entre nosaltres/as*
- **Respecte:** *M'agradaria parlar de noves aplicacions, significa molt per a mi aprendre de tu. Estic orgullós/a de les teves habilitats i que puguis trobar tanta informació útil en Internet*

3.2 Incorporant el perill de l'abús en les relacions online en el pla d'estudis vigent

Una part central de la prevenció de la violència sexual i de gènere a l'escola implica treballar directament amb els estudiants per a examinar algunes de les causes fonamentals del comportament violent i ajudar-los a comprendre el panorama general de la violència i de com afecta el nostre benestar, per a ser menys vulnerables a la violència. Les mesures educatives destinades a abordar la discriminació i prevenir la violència han de considerar-se part d'un procés continu que no pot limitar-se a una activitat educativa puntual en una sola classe.

²⁰Kuzmanović, D. i sar. 2016. Digitalno nasilje – prevencija i reaganje (pg. 40).

Si una escola té la **capacitat de revisar els plans d'estudi** i les rutines existents pot identificar on es poden integrar les possibles activitats en lloc d'haver de crear-les com a programes independents. Per exemple, podrien incorporar-se a l'educació sobre salut i sexualitat, a l'educació sobre habilitats per a la vida, a l'educació sobre les TIC i a l'educació cívica, on el professorat pot estar ja tractant temes com el desenvolupament de relacions saludables i/o habilitats de comunicació, la resistència a la pressió dels companys i companyes, la gestió de les emocions, la seguretat en línia, la promoció de la igualtat de gènere i els drets humans.

Si es recorre a grups clau com els/les professors/ess, els/les estudiants i un altre personal que ja participa en la impartició de les classes, es contribuirà a garantir que se seleccionin els punts d'entrada més apropiats i acceptables per a les lliçons sobre prevenció de la violència sexual i de gènere. Com reconèixer i respondre adequadament a la violència sexual i de gènere -la violència de parella en particular-també és la pedra angular dels **plans d'estudi d'educació sexual integral**. Quan sigui possible, l'ensenyament d'aquest pla d'estudis ha d'organitzar-se com a part d'una educació sexual integral, perquè l'alumnat tingui clar quins són els comportaments segurs i saludables en les cites. L'educació sexual ha de fomentar el respecte pels altres, independentment del seu gènere o sexualitat, i ajudar a alliberar el potencial de les escoles com a llocs d'apoderament tant per a les nenes com per als nens, així com per a la prevenció de la violència de gènere. Les Orientacions Tècniques Internacionals sobre Educació Sexual²¹ es van elaborar per a ajudar als organismes educatius i a altres autoritats pertinents a desenvolupar i aplicar programes i materials d'educació sexual integral a les escoles i fora d'elles.

Una manera d'empoderar a la joventut perquè es mantingui segura en línia és en les classes, **impulsant les seves habilitats d'alfabetització mediàtica digital**. La sensibilització i el tractament de les estructures subjacents de la disparitat de gènere i la cultura del sexisme que facilita la perpetuació de la violència sexual en línia poden contribuir a crear un entorn més segur en línia. Les escoles han de conscienciar sobre el gènere i proporcionar educació sobre **l'ús segur de la tecnologia i la ciutadania digital** com a part de **l'educació cívica**. A més de les qüestions de privacitat i ciutadania digital, els estudiants han d'aprendre a crear continguts amb sensibilitat de gènere i a tenir un impacte significatiu en Internet.

3.3 Incorporant la perspectiva del gènere en l'educació i prevenció

Un enfocament sistemàtic de la prevenció de la (ciber)violència de gènere ha de reconèixer el paper de les normes socials de gènere i que les relacions de gènere són relacions de poder, incloent-hi intervencions que exigeixin el canvi d'actituds i comportaments que perpetuen la violència sexual i de gènere. L'educació sensible al gènere millora la qualitat de l'ensenyament i facilita una comprensió més profunda de les necessitats, el comportament i les actituds de la població, millorant la capacitat de pensament crític de les i els estudiants en proporcionar-los noves eines per a identificar els estereotips, les normes i els rols socials relacionats amb el gènere.

Per a això necessitaràs suport extern, així que posa't en contacte amb una organització experta i desenvolupa un projecte per al teu centre educatiu amb l'objectiu d'analitzar els plans d'estudi de la teva institució educativa (gramàtica i formació professional) per a identificar punts d'entrada per a aquests temes.

²¹ Orientacions tècniques internacionals sobre educació sexual. Un enfocament basat en l'evidència. (2018) UNFPA Disponible a: www.unfpa.org/publications/international-technical-guidance-sexuality-education

Demana exemples concrets de com els temes de la igualtat de gènere i la violència de gènere podrien integrar-se en les lliçons de diverses assignatures dins del pla d'estudis existent i ofereix al professorat directrius sobre com incloure aquests temes en el seu treball habitual. El projecte podria incloure el desenvolupament d'un conjunt de plans de lliçons en cooperació amb els/les professors/es de l'escola i el personal de suport amb formació, demostrant l'àmplia gamma de possibilitats d'informar als/les estudiants i animar-los a discutir els temes esmentats.

3.4 Instrucció pel professorat

El professorat és crucial per a l'aplicació dels programes de prevenció de la violència. Uns professors ben formats, secundats i motivats són la clau per a impartir programes de prevenció d'alta qualitat, inclosos els destinats a abordar la ciberviolència sexual i de gènere en les relacions de parella. Les nostres dades²² mostren que la majoria dels i les docents creuen que la seva funció ha d'incloure l'abordatge del problema de la violència cibersexual en les relacions de parella en el seu treball amb els i les estudiants. Posen l'accent en la necessitat de formació professional i de materials educatius útils, així com en la necessitat de millorar la cooperació multisectorial.

Els i les docents no sols segueixen el **currículum formal** a les escoles, sinó que també contribueixen al "**currículum ocult**". El comportament i les pràctiques del professorat, que sovint es duen a terme de manera inconscient, transmeten poderosos missatges als seus estudiants, que poden contribuir, i de fet contribueixen, a perpetuar els estereotips de gènere i l'autopercepció de gènere.

Una formació organitzada específicament per al professorat podria ajudar-los a comprendre millor la naturalesa de la violència de gènere i els seus efectes, com respondre si observen violència i com treballar amb uns altres a l'escola per a ajudar a prevenir la violència de gènere. Per a aplicar el pla d'estudis amb eficàcia, els professors i les professores han de tenir confiança, estar compromesos i disposar de recursos suficients; han de sentir-se recolzats pel marc jurídic, la direcció del centre i totes les institucions i autoritats pertinents; també han de tenir accés a la formació i als recursos. El/la director/a del centre educatiu ha d'animar, orientar i fer costat als i les docents que participen en la formació.

3.5 Implicar als nens i als joves en la prevenció de la violència de gènere

Atès que en moltes cultures la violència forma part de ser un home, és important involucrar als nens i als joves en els programes de prevenció i secundar-los perquè compreguin com poden seguir patrons normalitzats d'abús i violència i com aquests són perjudicials no sols per als altres, sinó també per a ells mateixos. Començar a parlar amb els nens i els nois joves sobre el que significa ser un home i com la imatge dominant de la masculinitat està suprimint la seva sensibilitat i tendresa, i que ser un home significa ser afectuós i atent els ajuda a entendre que ser violent és per a la majoria una reacció deguda a no poder expressar els seus sentiments i que és un mecanisme per a bregar amb la pressió que experimenten, els dona suport perquè es converteixin en models de conducta, agents de canvi i defensors de la igualtat i el respecte mutu entre dones i homes i també entre homes.

²² La conscienciació del professorat de secundària sobre la ciber-violència sexual i de gènere en les relacions de parella adolescents, informe transnacional per a Hongria, Espanya, Sèrbia i Croàcia realitzat en el marc del projecte "NO SGBV: Jo dic NO. Empoderant a la joventut, especialment a les noies, perquè s'oposin a la violència cibernètica sexual i de gènere en les relacions de parella", https://6d72e450-e7fb-42e5-8510-549d0254e8bd.filesusr.com/ugd/69226b_8ce691ec4078402fb97cdf3e8bb7ad06.pdf

3.6 La participació dels/les joves: L'educació i els grups de suport entre companys/es

Els enfocaments d'educació entre iguals són eficaces perquè utilitzen la influència dels companys i companyes de manera positiva. A diferència dels facilitadors adults, els educadors d'iguals poden guanyar-se més confiança i credibilitat, ja que és menys probable que se'ls vegi com a figures d'autoritat que ensenyen com han de comportar-se els joves. Per tant, els educadors i educadores d'iguals poden crear un entorn en el qual els i les joves participants se sentin còmodes per a explorar temes delicats com la desigualtat de gènere o la violència (cibernètica) sexual i de gènere. Els i les joves obtenen una gran quantitat d'informació dels seus companys i companyes, especialment sobre temes delicats o que no solen ser tractats dins del sistema educatiu general, és a dir, el currículum escolar. Els/les adolescents que experimenten l'abús en el festeig són més propensos altra persona. Per tant, els grups d'educació entre iguals poden ser una gran font de suport, al mateix temps que creen una influència positiva i poderosa.

En formar-se com a **educadors entre iguals**, els i les joves s'empoderen perquè poden veure en si mateixos el potencial per a convertir-se en models de conducta; tenen més confiança quan senten que s'escolten les seves necessitats, punts de vista i opinions i que formen part d'alguna cosa. Això pot inspirar-los una gran sensació d'assoliment, animant-los a desenvolupar valuoses habilitats per a la vida, com la presentació, la facilitació, la comunicació i l'empatia

En fomentar una cultura d'obertura en els grups d'iguals, és probable que els/les adolescents se sentin segurs/as per a revelar experiències personals d'abús. És possible que els educadors d'iguals no sàpiguen si els joves amb els quals treballen tenen una experiència personal de violència de gènere, però



qualsevol revelació ha de prendre's molt de debò. No obstant això, no és el paper dels educadors d'iguals proporcionar assessorament o consell o tractar de "rescatar" als i les supervivents de l'abús. En canvi, poden escoltar-les i animar a les/els supervivents a parlar amb persones que puguin proporcionar-los ajuda i orientació. La idea general d'aquestes activitats és donar suport a la participació i la veu dels/les estudiants en la lluita contra la desigualtat, la violència (cibernètica) sexual i de gènere i la discriminació, al mateix temps que es promou la igualtat de gènere entre els seus companys i companyes.

3.7 Activitats destinades a empoderar a les noies i donar-les suport perquè puguin enfrontar-se a la violència

Els grups i tallers per a noies poden ser una forma estupenda que les adolescents rebin suport per a **afrontar els problemes d'autoestima i d'imatge corporal, per a treballar la seva assertivitat, per a saber que no estan soles i per a aprendre habilitats que els ajudin a guanyar confiança**. A vegades poden sentir-se més còmodes en un entorn només per a dones.

Treballar en grups o tallers amb nenes pot animar a les participants a **compartir les seves experiències, expressar els seus sentiments i idees i treballar els temes que sorgeixin, com els relacionats amb l'autoestima, l'assertivitat i els límits**. Les i els facilitadors han de garantir sempre un entorn segur i de suport, alhora que estimulen un debat constructiu i interactiu entre les participants, garantint sempre el secret del grup explicant i respectant els drets de les participants a la privacitat.

A través de la interacció social i la participació en el propi procés del grup, les persones del grup tenen l'oportunitat de treballar en la seva independència, autoestima i confiança pròpia; també s'enforteixen i s'empoderen. Han de saber on poden denunciar la violència i buscar ajuda i suport quan ho necessitin. Les noies han d'aprendre, com a part del seu treball en grup, que no han de ser culpades o estigmatitzades per la violència que puguin sofrir, i que se sentin confiades quan parlin de la violència i secundades quan prenguin les seves pròpies decisions.



3.8 Tractant amb espectadors

La violència sol tenir lloc en presència d'altres persones. La ciberviolència sexual i de gènere sol ocórrer també en els espais en línia, amb la presència -a més de l'agressor i els/les supervivents- de moltes altres persones, com a espectadors. No obstant això, és molt poc probable que la majoria d'elles intervingui. L'explicació de per què la gent tendeix a abstenir-se d'ajudar és perquè creuen que una altra persona acabarà intervenint i fent alguna cosa. A vegades no s'adonen de l'agressió, no creuen que sigui la seva responsabilitat o no tenen els coneixements necessaris per a intervenir.

En la seva majoria, els i les joves recorrerien primer als seus companys/as si es trobessin en una situació de violència digital. Tenint això en compte, és clar que els/les joves són, de fet, de gran ajuda entre ells/as i representen una baula important en la resposta als comportaments violents en l'esfera digital. Si se'ls dota de les habilitats necessàries per a actuar contra la violència, podrien ajudar-los a prevenir la violència en el festeig i assegurar-se que la víctima rebí ajuda i suport.

D'aquí ve que un gran enfocament sigui **ensenyar als/les espectadors/es a intervenir en situacions que impliquin violència sexual i de gènere**. El paper d'un espectador inclou la interrupció de situacions que podrien portar a una agressió abans que ocorri o durant un incident, parlar en contra de les normes socials que donen suport a la violència sexual i de gènere (cibernètica), i tenir habilitats per a ser un aliat eficaç i de suport als i les supervivents. Les accions efectives per als espectadors inclouen: prestar menys atenció a l'agressor; redirigir a l'agressor a una activitat diferent; mostrar suport a la víctima, fins i tot en una situació segura després de l'incident; ajudar la víctima a allunyar-se; denunciar l'incident i obtenir suport d'una persona de confiança; i donar un bon exemple.

Les escoles poden oferir programes educatius per a espectadors/as que proporcionin als/les participants les habilitats que els ajudin a actuar quan vegin comportaments que posin a uns altres en risc de violència, victimització o perpetració. Entre elles s'inclouen la denúncia dels mites sobre la violació i el llenguatge sexista, el suport a les víctimes/supervivents i la intervenció en situacions potencialment violentes.

3.9 Involucrant als progenitors en la prevenció, i per què és vital

Les famílies tenen un paper inqüestionable en el desenvolupament de la comprensió dels seus fills/as sobre el gènere, els rols de gènere, la igualtat de gènere, així com el seu aprenentatge sobre el comportament responsable en les relacions de parella, inclòs el comportament responsable en línia. Per tant, la cooperació entre els representants de l'escola i els pares és essencial per a la prevenció de la violència. Si bé els pares ja estan involucrats en els assumptes escolars de diferents maneres i existeix un clar enteniment que la cooperació entre professors i pares és necessària en benefici de l'educació i la criança dels estudiants, si es tracta d'abordar la ciberviolència, la violència de gènere, en el context de les relacions de parella dels i les joves, això requereix competències i coneixements addicionals de totes dues parts.

²³ Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., and Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Resultados de la encuesta en 19 países. EU Kids Online. Doi: 10.21953/lse.47fdeqj01ofo, pps. 8 and 125.

²⁴ D. Kuzmanović, et al. (2016). Digitalno nasilje-prevenjica i reagovanje, Ministarstvo prosvete, nauke i tehnološkog razvoja Republike Srbije i Pedagoško društvo Srbije, Beograd, p 26.

Una investigació a escala europea²³ ha demostrat que, en la majoria dels països, la major part dels nens i nenes afirma que els seus pares exerceixen una mediació activa almenys de tant en tant (parlen amb ells, els animen, els ajuden i els suggereixen maneres d'utilitzar Internet de manera segura). Segons la mateixa recerca, els pares són la principal font d'ajuda quan als seus fills i filles els ocorre una cosa desagradable en Internet.

Parlar regular i obertament amb el/la fill/a sobre les seves relacions i el que fa en Internet ajudarà a crear confiança i pot disminuir el desig dels pares de controlar als seus fills/as sense que ells/as ho sàpiguen. Els i les joves poden beneficiar-se de l'oportunitat de parlar amb persones adultes de confiança, com els seus pares, sobre salut sexual i relacions saludables.

La insuficient participació i atenció dels pares, la falta de límits clars i d'informació sobre els possibles perills presents en Internet, el comportament violent dels pares... tot això contribueix al comportament violent dels joves²⁴. A més, un clima escolar desfavorable -incloent la mala comunicació i les relacions negatives entre els/les participants de la vida escolar (professorat, altres professionals i pares)-conduïx a un augment de totes les formes de violència, inclosa l'esfera digital.

A més de treballar en el seu propi nivell de competència digital, el professorat també té un paper important en l'apoderament dels pares, especialment pel que fa a una millor comprensió dels seus fills i filles i el seu desenvolupament i el seu paper com a pares, animant-los a treballar en les seves capacitats i competències parentals dins de la criança familiar. En implicar els pares en el debat sobre la violència (cibernètica) sexual i de gènere, hi haurà més oportunitats d'abordar directament temes delicats, com l'assetjament sexual, la sexualitat i les relacions dels i les adolescents, la violència de parella, etc. Aquestes converses poden ser un repte, però donar l'oportunitat als pares de parlar d'aquests temes pot portar a una major conscienciació i comprensió mútua entre pares, alumnes/as i professors/es. Comptar amb la presència de representants de grups de dones pot enriquir aquestes converses i millorar la col·laboració amb les fonts de referència formals o informals de la comunitat.



Què pots fer com a docent per a fomentar la participació dels pares? ²⁵

- Informar els pares sobre les seves activitats: Implica els pares en la creació d'un entorn segur per a l'alumnat i en la creació de bones relacions amb tots. Això pot aconseguir-se en les reunions de pares i professors/as, o mitjançant missatges o converses telefòniques amb els pares
- Fomentar les bones relacions: Cooperar amb altres professors/as en l'organització d'obres de teatre i reunions amb alumnes/as i pares/mares, portar a oradors/es convidats/as perquè parlin de temes d'interès per als pares/mares, demanar als/les alumnes que assisteixin a les reunions de pares/mares, escriure o parlar amb els/les pares/mares de manera periòdica, donar deures que requereixin comunicació amb els/les pares/mares, implicar els/les pares/mares en les activitats de classe

²³ Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., and Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Resultats de l'enquesta en 19 països. EU Kids Online. Doi: 10.21953/lse.47fdeqj01ofo, pps. 8 and 125.

²⁴ D. Kuzmanović, et al. (2016)., Digitalno nasilje-prevenција i reagovanje, Ministarstvo prosvete, nauke i tehnološkog razvoja Republike Srbije i Pedagoško društvo Srbije, Beograd, p 26.

²⁵ Ibid. pg.98-99.



- Demanar informació i establir contacte amb els pares. Si un/a alumne/a mostra signes d'avertiment d'estar exposat/da a la violència o de ser violent/a amb els altres, posa't en contacte amb els seus pares. Assegura't que la reunió se celebri a l'escola i demana al pedagog/a o al psicòleg/a de l'escola que assisteixi.
- Documentar i supervisar: Fer informes de les reunions, anotar totes les dades importants, les conclusions, els acords presos. És important mantenir-se en contacte amb els pares per a controlar si l'acord es manté, és a dir, per a supervisar el comportament del/l'estudiant i portar un registre dels canvis. És bo tenir més comentaris positius que negatius sobre el comportament de l'alumne/a, perquè així tindran l'oportunitat de veure un costat positiu del seu fill/a.
- Organitzar reunions entre pares i docents en les quals els pares puguin dir com conceben la seva cooperació amb l'escola i què poden oferir en aquest sentit.
- Formar equips composts per dos professors/as-coordinadors/as i un grup de pares. Això pot fer-se en funció de les preferències personals i els interessos dels pares: per exemple, un equip per a organitzar visites, un equip per a organitzar tallers...
- Proporcionar als pares materials i recursos apropiats per a aprendre més sobre la seguretat en línia, perquè puguin discutir temes com les pressions en les xarxes socials, la qüestió del consentiment i el fet de compartir fotos, l'ús de la contrasenya d'un company/a sense el seu permís; ser emocionalment agressiu i expressar amenaces verbals a través de mitjans digitals, mantenir els comptes en línia segurs.
- Iniciar diferents activitats planificades i executades amb l'ajuda dels pares: Organitzar reunions en les quals l'alumnat present temes específics als pares, assenyalar dates significatives, fer visites a institucions rellevants, iniciar debats educatius sobre seguretat i protecció enfront de la violència (amb la participació de representants de l'escola i experts externs -inclosos pares-experts-); organitzar grups de discussió sobre diferents temes, actes promocionals, presentacions de les normes de l'escola o de la classe per als pares; organitzar un dia d'intercanvi de papers (els pares i els alumnes i alumnes assumeixen el paper del professorat) o un club de pares i professors/as; informar i participar en activitats locals, per exemple, en consells de pares a escala municipal o en associacions nacionals de pares i docents; organitzar tallers interactius per a estudiants sobre temes rellevants.
- Organitzar assessorament pedagògic-psicològic per als pares o tallers destinats a reforçar les competències parentals. Aquests poden centrar-se en temes d'actualitat i poden incloure debats amb especialistes en els camps pertinents.

3.10 Col·laborant amb la comunitat local i altres agents importants

Donada la gravetat de la violència en el festeig i en la parella, així com la complexitat d'aquest problema, una resposta eficaç requereix un compromís i una col·laboració contínua de les escoles, les famílies i les comunitats, així com dels responsables polítics. Moltes comunitats locals participen en esforços coordinats per a prevenir la **violència contra les dones**, reunint sectors clau com la salut, la policia, l'educació i els serveis de suport psicosocial. Les escoles poden participar en els comitès de coordinació comunitaris existents que s'ocupen de la prevenció de la violència.

Quan es tracta d'intervencions, sigui a l'escola o en altres institucions, **les escoles poden beneficiar-se de les consultes amb professionals d'altres institucions i d'una major cooperació amb persones en llocs especialitzats.**

Alguns exemples serien:

- Convidar a la policia local i permetre'ls que comparteixin el treball que estan fent per a prevenir la violència de gènere.
- Convidar a experts que expliquin com es duu a terme el grooming en línia i com es coacciona als i les joves perquè participin en activitats d'abús, explotació i tràfic sexual.
- Convidar a especialistes en el tema de la seguretat en línia.

4. Col·laborant amb la comunitat local i altres agents importants

La **prevenció** de qualsevol mena de violència, inclosa la (ciber)violència sexual i de gènere cap als/les menors/joves ha de ser una tasca bàsica de les institucions educatives, així com de la societat en el seu conjunt, i és també una obligació formal (legal) dels/les professors/es i de l'escola. Això implica **informar i ensenyar** als/les nens/es sobre aquests temes dins del sistema educatiu - en tots els nivells, en els plans d'estudi i en els programes de les assignatures obligatòries i optatives, en les activitats lliures i en les activitats acomplides en cooperació amb la comunitat. La prevenció també implica **capacitar** a l'alumnat perquè reconegui els riscos, busqui ajuda i denunciï qualsevol mena d'assetjament i violència.



Important: Les activitats de prevenció dutes a terme pel centre educatiu han de ser **sistemàtiques i contínues** i incloure a totes les parts interessades del centre, principalment al seu alumnat, així com als pares, als representants de les institucions i organitzacions pertinents i a la comunitat en el seu conjunt.

Els i les joves poden ser objecte de moltes formes diferents de violència (cibernètica) sexual i de gènere mentre creixen, i és possible que els i les monitores no sempre puguin saber si els i les joves amb els quals treballen han tingut alguna experiència personal d'abús. No hi ha "senyals" específics que permetin identificar fàcilment si els/les adolescents estan sofrint violència de gènere, però és crucial tenir en compte que totes les formes de violència de gènere poden tenir efectes devastadors en el benestar dels i les joves. Fomentar una cultura d'obertura en relació amb aquestes qüestions pot fer que els i les joves se sentin més segurs/as i confiats/as per a parlar de les seves preocupacions i experiències.

Les metodologies experièncials i interactives permetran a les persones participants aprendre "a través de la pràctica" i, al mateix temps, els donaran l'oportunitat de cooperar entre si i prendre el control del procés d'aprenentatge.

Existeixen nombroses maneres d'organitzar activitats escolars relacionades amb la prevenció de la (ciber)violència sexual i de gènere cap als/les estudiants, fins i tot en les seves relacions de parella, a continuació, enumerem algunes:

"Situation mapping": Al principi, seria bo saber quina és la situació - què pensen i saben els i les joves sobre el tema, que estesos estan els diferents tipus de violència - com a part de la seva experiència de víctimes/supervivents o agressors o com a espectadors/testimonis - quines necessitats hi ha en termes d'informació i coneixement. La recopilació d'aquesta informació, és a dir, el "mapa de situació", sol realitzar-se en forma d'enquesta anònima al nombre més gran possible d'estudiants de tots els cursos, o en altres formes que permetin als/les estudiants expressar lliurement els seus punts de vista, actituds, preguntes i expressar les seves experiències. També poden utilitzar-se els resultats d'altres recerques (com la nostra) com a base per a la planificació d'activitats de prevenció, o com a ajuda per a elaborar una llista de preguntes rellevants.



Important: És de crucial importància que els i les estudiants participin activament en aquestes activitats, en totes les fases, en cooperació amb un major nombre de docents (amb diferents camps d'especialització - sociologia, psicologia, matemàtiques, informàtica, art...) i podria representar un model de cooperació inter-subjectes que contribueixi a un major nombre d'objectius i resultats de l'educació, així com a les competències necessàries per a la solució de diferents tasques de desenvolupament i de la vida i la resolució de problemes.

Planificació conjunta: Les dades recollides han de presentar-se a tot l'alumnat, però també a altres parts interessades en el centre educatiu com el professorat, els pares i la direcció del centre, amb la finalitat de fomentar el debat sobre les necessitats i les possibles activitats, així com per a recomanar i desenvolupar un programa d'activitats de prevenció que s'ajusti a la situació específica del centre i a les necessitats del seu alumnat.

Pla d'activitats: Conté una llista d'activitats i mesures que l'escola ha d'aplicar per a prevenir qualsevol mena de violència, crear un entorn segur i encoratjador per al desenvolupament dels i les joves, fomentar el respecte i la confiança entre els i les estudiants i els/les emprats/es de l'escola i la tolerància de les diferències, qüestionar els estereotips i els prejudicis, adquirir coneixements i habilitats per a establir relacions de parella sanes, reconèixer els riscos de la violència, augmentar el coneixement de les normes i els procediments, desenvolupar la preparació per a reaccionar abans de res tipus de violència, així com augmentar la preparació per a fer costat a les persones que estan exposades a la violència o que l'han sofert.

Implementació de les activitats i seguiment dels efectes: L'existència d'un pla d'activitats de prevenció és necessària, però és important que les activitats dels plans escolars es duguin a terme. A més, és important planificar amb antelació una manera de recollir informació sobre els efectes de les activitats acomplertes, així com les reaccions de les persones participants. Les dades processades poden ajudar en la planificació de futures activitats, en l'orientació cap a la selecció d'aquelles millor avaluades, que fomentin els canvis més positius, arribant al major nombre de persones...

Informar a tots: L'escola està obligada a organitzar la informació de tots els emprats/as, docents i pares/mares sobre la prohibició de tota mena de violència, sobre les solucions legals, els passos obligatoris i els procediments per a denunciar la sospita o el coneixement d'actes de violència. La informació ha de ser clara, accessible i **per escrit**, cosa que significa que ha de trobar-se en cartells, taulers d'anuncis, periòdics escolars, pàgines web i espais similars. És bo que la informació es col·loqui en llocs als quals l'alumnat pugui accedir fàcilment i llegir-los de manera confidencial (per exemple, a l'interior de la porta del lavabo de l'escola). És important que la informació es discuteixi en classe, en la classe del director/a, en els tallers, en les reunions professionals, en les reunions de l'associació de pedagogs, en les taules rodones, en les reunions del parlament estudiantil, etc.

Paper dels companys i companyes: L'alumnat de secundària confia amb major freqüència als seus companys i companyes la seva experiència de violència, inclosa la (ciber)violència sexual i de gènere en les seves relacions de parella. Per això, la informació i el coneixement dels/les estudiants sobre la violència (cibersexual i de gènere), però també sobre altres formes de violència i tots els temes aquí esmentats són d'importància clau per a la prevenció, però també per al suport a les persones que han sobreviscut a la violència.

Idees útils per activitats de prevenció en l'escola

Hi ha una llista pràcticament interminable d'idees per les activitats de prevenció en les escoles, a continuació, s'enumeren algunes (la llista no és definitiva)²⁶:

- Pàgines especials en el lloc web de l'escola dedicades a la seguretat en línia i a la violència digital, inclosa la violència sexual i de gènere
- Cerca de continguts adequats (vegeu: www.true2you.eu; <https://es.fundacion-ndera.org/icansayno>), anàlisi i debat sobre els continguts, elaboració de diferents presentacions (taulers d'anuncis escolars, cartells, periòdic escolar, gràfics...),
- Trobar i/o preparar continguts interactius per a l'aprenentatge (qüestionaris, proves, resolució de situacions problemàtiques...) (vegeu: www.true2you.eu; <https://es.fundacion-ndera.org/icansayno>),
- Veure videoclips i pel·lícules sobre els temes tractats i organitzar debats,
- Elaboració i difusió de materials educatius, especialment en línia (amb respecte obligatori a la privacitat de les dades i les fotos),
- Preparació d'escenaris i realització d'obres de teatre, amb debats amb els espectadors i espectadores sobre els diferents aspectes de la situació, les conseqüències i les possibles solucions,
- Organitzar diferents cursos de formació entre iguals (vegeu: www.true2you.eu; <https://es.fundacion-ndera.org/icansayno>), organitzar formació per als i les estudiants més joves (per exemple, a les escoles primàries),
- Participació dels estudiants que han assistit als cursos per a proporcionar suport directe als seus companys i companyes (germans, germanes) en l'ajust de la seva configuració de seguretat en els dispositius utilitzats,
- Convidar a representants d'institucions i organitzacions rellevants a l'escola perquè parlin sobre diferents aspectes de temes rellevants,
- Organitzar qüestionaris de coneixements sobre temes rellevants en els quals poden participar tant l'alumnat com el professorat o els pares (els equips mixtos poden estar formats per joves i adults),
- Organitzar debats sobre llibres o pel·lícules sobre temes rellevants, en els quals puguin participar tant els/les estudiants com els/les professors/es, però també el personal de suport professional i els/les pares/mares,
- Implementar accions a l'escola o la comunitat local, marcant el dia internacional i nacional de diferents temes (per exemple, seguretat, aprenentatge digital, protecció dels nens contra la violència, 16 dies d'activisme contra la violència de gènere ...),
- Augmentar la visibilitat de les plataformes d'ajuda al professorat, en què es pot difondre informació, així com experiències, dilemes, fòrums en què els professors i professores poden comunicar-se amb els seus col·legues, tenir accés a especialistes que responguin a les seves preguntes i referir als professors i professores perquè els utilitzin.

²⁶Kuzmanović, D. i sar. 2016. Digitalno nasilje – prevencija i reagovanje (pp. 42-43)

Què ha de saber el professorat sobre la prevenció de la violència digital?

Directrius per a els/les docents (també per a els/les pares/mares)²⁷ en general assenyalen que no és necessari que coneguin tots els avanços en el camp de les tecnologies digitals, però que és molt **important** que mostrin interès per què fan els alumnes en línia i en les xarxes socials (l'experiència de la pandèmia del virus SARS-cov 2 ha orientat a molts adults, inclosos els/les professors/es a traslladar la comunicació a l'espai digital, la qual cosa pot ajudar al fet que aquest tipus de comunicació -els seus avantatges i riscos- es comprengui millor i s'utilitzi més)

És important **parlar** amb els alumnes i les alumnes sobre els avantatges de les tecnologies digitals, però també sobre els riscos. Parlar d'aquest tema transmet el missatge que els i les estudiants són importants, que els i les professores els accepten i respecten, que estan disposats a intercanviar informació i coneixements amb ells/as i a cooperar en la millora dels seus coneixements i els del mateix professorat. Per tant:

- **Demandar ajuda** a l'alumnat sobre les noves tecnologies: és una forma segura d'establir i reforçar un contacte basat en el respecte i la confiança
- **Parlar** amb els/les alumnes/as sobre els **riscos potencials** en internet i les xarxes socials: escoltar el que han de dir sobre aquest tema, animar-los a explorar estratègies de protecció, a preparar una presentació sobre les pautes de protecció enfront de la violència digital per als seus companys/as, professors/as i pares; animar-los a definir regles d'ús segur d'internet i les xarxes socials (la participació en l'establiment de les regles millora la probabilitat que es respectin). Probablement ja saps que les prohibicions, ordres, intimidacions, amenaces o càstigs no són solucions satisfactòries
- **Parlar** amb els/les estudiants sobre els efectes de la **pressió de grup** en el seu comportament, sobre les formes i estratègies de fer front a la pressió social per a acceptar els estereotips de gènere i els prejudicis, el llenguatge i els acudits sexistes, no sols en la vida real sinó també en la realitat en línia; animar-los a no compartir ni donar-li a m'agrada a aquests comentaris, a reconèixer-los com a violència contra les nenes/dones, com una forma de la seva deshonra, de la seva degradació; parlar-los de la importància de la **solidaritat, el suport i l'apoderament** d'una persona exposada a violència, així com de la importància d'expressar una actitud i un comportament clars que no justifiquin la violència perpetrada
- **Controla** la teva por o la teva ira, ja que aquestes emocions obstrueixen el pensament constructiu i la resolució de problemes; **sigues constant**: volem ensenyar als joves a ser responsables comportant-se de manera responsable; recorda: **la qualitat de les relacions** que s'estableixen amb els professors és de crucial importància per a la confiança i la decisió dels alumnes que sofreixen violència de confiar en nosaltres i buscar ajuda

Aprendre a través de l'experiència i l'ús de mètodes creatius i formats artístics

Els programes educatius de prevenció han de posar-se en marxa a través de l'educació primària i secundària formal i han d'adaptar-se a les necessitats de comunicació dels i les joves i aplicar un enfocament interactiu que tingui en compte el gènere i l'edat. L'organització de tallers de prevenció de la violència sexual i de gènere en les relacions dels adolescents a les **escoles** transmet el missatge que la violència no és acceptable.

Treballar directament amb la gent jove en forma d'**activitats extracurriculars** utilitzant mètodes creatius i mitjans artístics pot ser una eina útil per a canviar les actituds i els comportaments individuals, ajudant la gent a aprendre sobre formes més sanes de relacionar-se entre si, i animant-los a denunciar la violència i a proporcionar suport a qualsevol víctima. El treball continu i a llarg termini en un entorn escolar ajudarà a canviar les normes socials existents en una escola determinada, fent-la menys tolerant amb els abusos i més compromesa amb l'establiment de normes saludables.

En un entorn escolar, **els i les docents amb una formació idònia i adequada** poden ser fonamentals no sols per a oferir activitats educatives als i les joves, sinó també per a dissenyar diferents activitats extraescolars, organitzar campanyes i activitats de sensibilització i facilitar el procés de creació de produccions artístiques. Aquestes activitats han de centrar-se en la creació d'una **cooperació amb tots els participants**, fomentant el seu entusiasme i motivació, i ajudant-los a desenvolupar la confiança per a establir normes no abusives i no violentes en el seu entorn escolar.

Els tipus d'obres d'art que els i les estudiants poden crear inclouen: animacions o curtmetratges, còmics, exposicions fotogràfiques, eslògans, cartells, dibuixos; lletres o cançons; relats breus o articles per a pàgines web, campanyes en mitjans socials; obres de teatre; fullets informatius i pamflets; concerts i entrevistes per als mitjans de comunicació.

La gent jove se sent empoderada quan se'ls dóna espai i se secunda i escolta la seva veu. En explorar la forma en què l'abús i la violència es manifesten en les seves vides, la gent jove comença a adonar-se que tenen el poder -tant a nivell individual com col·lectiu- d'evitar que la violència i l'abús formin part de les seves interaccions quotidianes. La col·laboració del professorat i l'alumnat també millora la relació entre els dos col·lectius, augmenta els nivells de confiança i permet conèixer la manera de pensar de la gent jove. Això, al seu torn, condueix a una comprensió mútua molt millor.

Exemples:

Classes de música:

Les classes de música són un gran espai per a conscienciar sobre el contingut abusiu, violent i sexista de les cançons musicals actuals que formen part de la dieta visual i auditiva diària de la gent jove. Per això, analitzar les lletres de les cançons més destacades i també el contingut dels vídeos que les acompanyen els ajuda a prendre consciència de la constant "educació" en l'abús i la violència a la qual estem exposats. També se'ls pot animar que escriguin les seves pròpies cançons i lletres que reforcin les relacions amoroses i respectuoses i desafiiin els mites de l'amor romàntic.

Obres de teatre:

Li vindria de gust una tassa de te!²⁸ – és un exemple d'obra de teatre sobre el consentiment sexual, seguida d'un debat interactiu amb el públic. L'obra aprofita la situació de prendre una tassa de te per a explicar el consentiment sexual. Es mostra la coerció, l'assetjament sexual i les "zones grises" de l'abús sexual i, després de veure l'obra, l'alumnat té l'oportunitat de parlar sobre els diferents escenaris i els seus sentiments i pensaments sobre aquest tema i comunicar-los entre ells i amb les persones expertes

Murals escolars:

Es poden desenvolupar murals escolars de manera col·lectiva per a transmetre missatges i aconseguir que l'alumnat col·labori i es conscienciï sobre la violència de gènere i la normalització del maltractament i la violència en les seves interaccions quotidianes.



²⁸ L'obra de teatre va ser desenvolupada per NANE (Hongria), amb la participació d'actors/actrius i experts en el tema de la violència domèstica i està basada en el següent vídeo 'Consent – it's as simple as tea' <https://www.youtube.com/watch?v=QDhKM8qWWBM>

5. Referències

- Against Violence and Abuse: A teacher's guide to violence and abuse. Disponible a: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/506524/teen-abuse-teachers-guide.pdf
- Banyard, V.L., Moynihan, M.M., Plante, E. (2007). Sexual violence prevention through bystander education: an experimental evaluation. *Journal of community psychology*, Vol. 35, No. 4, 463–481
- Barter, C., McCarry M., Berridge D., Evans K. (2009). Partner exploitation and violence in teenage intimate relationships. Disponible a: http://www.womenssupportproject.co.uk/userfiles/file/partner_exploitation_and_violence_report_wdf70129.pdf
- Council of Europe Convention on preventing and combating violence against women and domestic violence. Disponible a: <https://rm.coe.int/CoERMPublicCommonSearchServices/DisplayDCTMContent?documentId=090000168046031c>
- Council of Europe Cybercrime Convention Committee (2018) Mapping study on cyberviolence. Disponible a: <https://rm.coe.int/t-cy-2017-10-cbg-study-provisional/16808c4914>
- Cyber violence and hate speech online against women. (2018). European Parliament's Policy Department for Citizens' Rights and Constitutional Affairs. Disponible a: [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2018/604979/IPOL_STU\(2018\)604979_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2018/604979/IPOL_STU(2018)604979_EN.pdf)
- European Institute for Gender Equality (EIGE) (2017). Cyber violence against women and girls. Vilnius: European Institute for Gender Equality, Disponible en anglès a: <https://bit.ly/3f0u8af>
- European Institute for Gender Equality (EIGE). Gender Equality Glossary and Thesaurus. Disponible a <http://eige.europa.eu/thesaurus/terms/1153>
- European Union Agency for Fundamental Rights – FRA (2014): Violence against women: an EU - wide survey. Main results. Luxemburg: Publication Office of the European Union. Disponible a: https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2014-vaw-survey-main-results-apr14_en.pdf
- European Women's Lobby (EWL) - Observatory on violence against women (2017). #HerNetHerRights – Mapping the state of online violence against women & girls in Europe. Brussels: European Women's Lobby. Disponible a: <https://bit.ly/3eYbYpv>
- Fancy, K. and McAslan Fraser, E. (2014). DFID Guidance Note on Addressing Violence Against Women and Girls (VAWG) in Education Programmes – Part A, London: VAWG Helpdesk. Disponible a: https://www.oecd.org/dac/gender-development/DFID-Addressing%20Violence%20Against%20Women-GuidanceNote_PartA.pdf
- Generations Against Bullying (2019.) What is an Upstander vs Bystander? Disponible a: <https://gabnow.org/wordpress/wp-content/uploads/2019/03/Be-An-Upstander.pdf>
- GenPol (2019). When technology meets misogyny. Disponible a: <https://genpol.org/wp-content/uploads/2019/11/When-technology-meets-misogyny-1.pdf>

- Global Guidance on Addressing School-related Gender-based Violence (2016). Social Development Direct (SDD). UNESCO and UN Women. Disponible a: <https://www.unwomen.org/en/digital-library/publications/2016/12/global-guidance-on-addressing-school-related-gender-based-violence>
- Handbook for youth workers, trainers and teachers working with youth about cyber violence. (2018). Project Stop cyber violence. Disponible a: http://www.cyberviolence.eu/wp-content/uploads/2019/01/HANDBOOK_EN.pdf.pdf
- Ignjatović, T. (2018). Rodno zasnovano nasilje u partnerskim vezama mladih: uloga obrazovno-vaspitnih ustanova, in: Ignjatović, T and Ileš, M. (ed.): Odgovor obrazovno-vaspitnih institucija na rodno zasnovano nasilje i nasilje u porodici, Autonomni ženski centar, Beograd.
- Internet Governance Forum (IGF) (2015). Best Practice Forum (BPF) on Online Abuse and Gender-Based Violence Against Women. Disponible a: <http://intgovforum.org/cms/documents/best-practice-forums/623-bpf-online-abuse-and-gbv-against-women/file>
- Kardos B., Sudár O. (2019.) Turn Me On. Patriarchátust Ellenzók Társasága. Disponible a: <http://turnmeon.hu/wp-content/uploads/2019/06/Kapcsolodj-be-Tordelt-WEB-FINAL-L-1.pdf>
- Köberlein, I. at all. Heartbeat. Relationship without violence (2010). PARITÄTISCHE Baden Württemberg. Disponible a: http://nane.hu/wp-content/uploads/2016/03/Manual_heartbeat_relationships_without_violence.pdf
- Kuzmanović, D., Pavlović, Z., Popadić, D. and Milošević, T. 2019. Korišćenje interneta i digitalne tehnologije kod dece i mladih u Srbiji: rezultati istraživanja Deca Evrope na internetu. Beograd: Institut za psihologiju Filozofskog fakulteta u Beogradu. Disponible a: shorturl.at/nyWX4
- Laxton, C., (2014). Women's Aid, Virtual World, Real Fear, Women's Aid report into online abuse, harassment and stalking. Disponible a: <http://bit.ly/2h0W4OX>
- Lenhart, A., Madden, M. (2007). Social Networking Websites and Teens: An Overview, Pew Internet „American Life Project, Disponible a: <http://www.pewinternet.org/2007/01/07/social-networking-websites-and-teens/>
- OSCE-led Survey on Violence against Women: Well-being and safety of women (2019). Disponible a: shorturl.at/lmvK5
- Pana, A., Lesta, S. (2012). Youth4Youth. A manual for empowering young people in preventing gender - based violence through peer education. MIGS. Disponible a: https://medinstgenderstudies.org/wp-content/uploads/Y4Y-Manual_digital_v12.pdf
- PDST. Creating a Positive School Culture and Climate. PDST Disponible a: <https://pdst.ie/positive-school-culture-and-climate>
- Pew Research Center (2017). Men and women experience and view online harassment differently. Disponible a: <https://www.pewresearch.org/fact-tank/2017/07/14/men-women-experience-and-view-online-harassment-differently/>
- Pew Research Center (2014). Online Harassment. Disponible a: <https://www.pewresearch.org/internet/2014/10/23/12113/>
- Popadić, D. and Kuzmanović, D. (2013). Korišćenje digitalne tehnologije, rizici i zastupljenost digitalnog nasilja među učenicima u Srbiji (Utilization of digital technologies, risks and incidence of digital violence among students in Serbia). Beograd: Institut za psihologiju Filozofskog fakulteta Univerziteta u Beogradu. Disponible a: <https://bit.ly/3bNLxB4>

- School-based violence prevention: a practical handbook. (2019) World Health Organization. Geneva. Disponible a: www.who.int/publications/i/item/school-based-violence-prevention-a-practical-handbook
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., and Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. EU Kids Online. Disponible a: [10.21953/lse.47fd-qj01ofo](https://doi.org/10.21953/lse.47fd-qj01ofo)
- StopBullying.gov. Best Practices in Bullying Prevention and Intervention. Disponible a: www.stopbullyingnow.hrsa.gov
- Tsigoti, A., Petroulaki, K. & Ntinapogias, A. (2015). Master Package "GEAR against IPV". Booklet III: Teacher's Manual. (Rev. ed.). Athens: European Anti-Violence Network.
- Tsigoti, A., Petroulaki, K., & Ntinapogias, A. (2015). Master Package "GEAR against IPV". Booklet IV: Students' Activities Book (Rev. ed.). Athens: European Anti-Violence Network.
- UN Broadband Commission for Digital Development Working Group (2015). Cyber Violence Against Women and Girls: A WorldWide Wake-Up Call. Disponible a: https://www.unwomen.org/~media/headquarters/attachments/sections/library/publications/2015/cyber_violence_gender%20report.pdf?d=20150924T154259&v=1.
- Vranješević, J. et al (2020). Ka sigurnom i podsticajnom školskom okruženju – Vodič za škole. Ministarstvo prosvete, nauke i tehnološkog razvoja, Belgrade
- World Health Organization (2007). Engaging men and boys in changing gender-based inequity in health: Evidence from programme interventions. Disponible a: https://www.who.int/gender/documents/Engaging_men_boys.pdf
- World Health Organization, Department of Reproductive Health and Research, London School of Hygiene and Tropical Medicine, South African Medical Research Council. (2013). Global and regional estimates of violence against women: prevalence and health effects of intimate partner violence and non-partner sexual violence, p. 2. Disponible a: <http://www.who.int/reproductivehealth/publications/violence/9789241564625/en/>



Jo dic PROU!
L'AMOR NO ES VIOLENCIA



Per a més informació, posis en contacte amb:

Email: fundacion@fundacion-indera.org

Web: www.fundacion-indera.org

© 2021, Fundació Privada INDERA, tots els drets reservats