

TRATÉMONOS BIEN

Guía para alumnos y alumnas de Primària



© Jordi Collell y Carme Escudé (2004)

<http://www.xtec.net/~jcollell>





¿Qué es maltratar?

Esta guía os quiere ayudar a pensar en el daño que nos podemos hacer los unos a los otros, queriendo o sin querer.

Cuando nos peleamos y nos pegamos nos hacemos daño, pero también hacemos daño cuando insultamos a una persona o nos burlamos de ella, y también cuando no la dejamos jugar, cuando la echamos del grupo y nadie quiere estar con ella y siempre se queda sola. También hacemos daño cuando hablamos mal de alguien a sus espaldas para que los demás no sean sus amigos. Todo esto es maltratar.

Quizá en algún momento habéis sufrido o habéis hecho cosas de estas. A veces se empieza jugando, pero se trata de darse cuenta de que esto hace daño y de que no debe hacerse, y de que entre todos podemos evitarlo. Así conseguiremos que se respeten nuestros derechos y los de todos. Así conseguiremos convivir todos mejor y ser más felices.

***Para ello hay que tener claro cuáles son
nuestros derechos y nuestras
responsabilidades***



Nuestros derechos ...

Todas las personas tenemos **DERECHO** a ser bien tratadas.

En esta escuela y en todas partes tengo DERECHO a ser bien tratado/tratada.

Esto significa que...

- NADIE debe pegarme, ni donar empujones, ni hacerme daño físicamente.
- NADIE debe amenazarme, ni atemorizarme.
- NADIE debe quitarme ni estropear mis cosas.
- NADIE debe insultarme, burlarse ni reirse de mí
- NADIE debe difundir rumores sobre mí.
- NADIE debe excluirme del grupo, ni impedirme que juegue con mis compañeros/as.

Todos estos **DERECHOS** deben ser respetados **SIEMPRE**



... y nuestras responsabilidades

Todas las personas tenemos el **DEBER** de tratar bien a los demás.

*En esta escuela y en todas partes tengo el **DEBER** de tratar bien a todas las personas.*

Esto significa que...

- YO no debo pegar, ni dar empujones, ni hacer daño físicamente a nadie.
- YO no debo amenazar, ni atemorizar a nadie.
- YO no debo quitar, ni estropear las cosas de los demás.
- YO no debo insultar, burlarme ni reirme de nadie.
- YO no debo difundir rumores sobre las demás personas.
- YO no debo excluir a nadie del grupo, ni impedir a nadie que juegue con los compañeros/as.

Todos estos **DEBERES** deben cumplirse
SIEMPRE



¿Qué pasa cuando se vulneran los derechos?

A veces hay personas que no cumplen con sus deberes y hacen daño a los demás. Entonces puede producirse una situación de maltrato.

Una forma de maltrato puede ser insultar a un compañero o compañera por sistema, romperle o quitarle sus cosas, nombrarlo con motes, molestarle continuamente, excluirlo del grupo, hablar mal de él o ella, difundir rumores a sus espaldas, etc.

Los que lo ven y no hacen nada para detener estas actuaciones de abuso también son cómplices del maltrato.

A veces puede parecer mejor callar, pero eso no detiene el maltrato. Sobretudo no lo dejes pasar. Díselo a tu maestro/a o a un adulto. Es importante.

Denunciar o quejarse de una situación de maltrato no es "chivarse", es defender un DERECHO FUNDAMENTAL y trabajar para mejorar la convivencia.



¿Qué pasa con los niños y niñas maltratados?

A menudo están tristes, se sienten mal, les da vergüenza no ser lo bastantes valientes, y a veces pueden pensar que tienen la culpa de lo que les pasa.

Nosotros sabemos que no la tienen; a veces son inteligentes, tienen alguna habilidad, o una familia que les quiere mucho, y despiertan la envidia de los demás.

Si conocéis algún niño o niña al que le pasan estas cosas, tenéis que estar a su lado y apoyarle.

¿Y con los niños/as que hacen daño a los demás?

No lo hacen porque sean malos; quizá quieren controlar a los demás porque no se sienten bien consigo mismos.

Cuando hacen daño a otra persona pueden sentirse valientes y fuertes, pero es muy probable que en el fondo tengan miedo y se sientan inseguros.

No se imaginan cómo se siente la persona a la que hacen daño. Si lo pensarán seguramente no lo harían.

Si conocéis algún niño o niña que hace estas cosas, no le sigáis ni le riáis las "gracias".



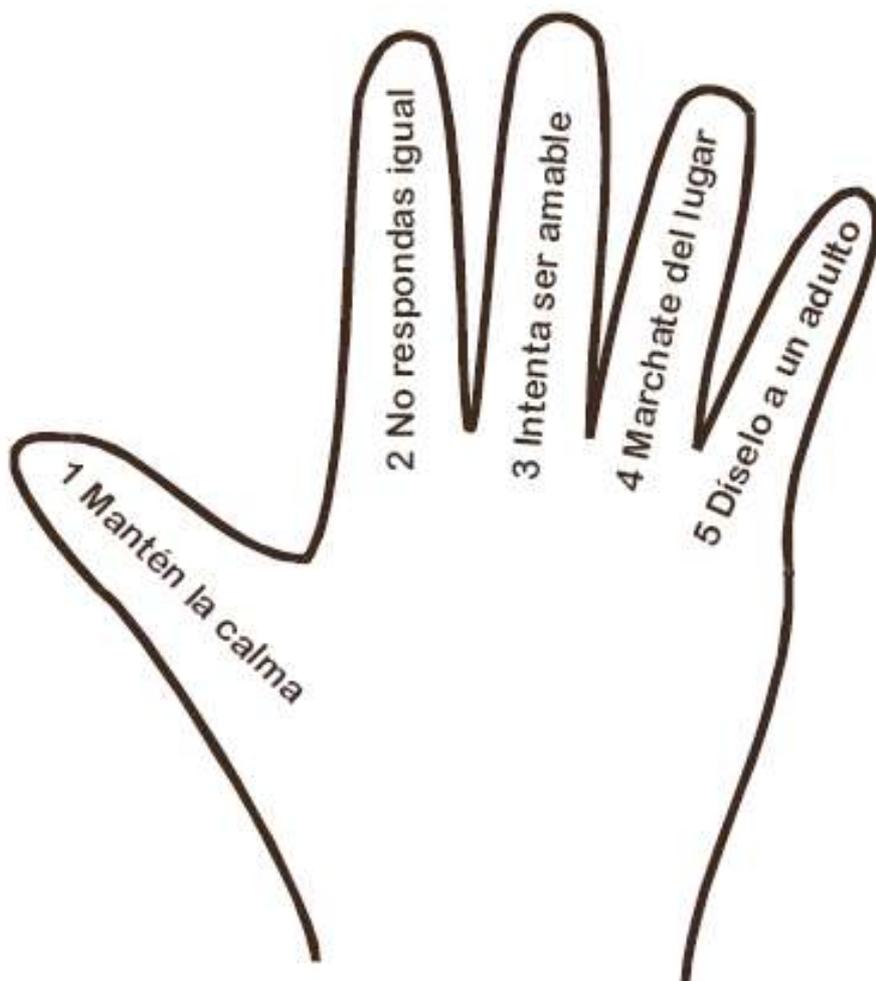
¿Qué puedes hacer si te encuentras en una situación de maltrato?

Hay 5 cosas que deberías hacer si te encuentras en una situación de maltrato:

1. **Intenta mantener la calma.** Si gritas o lloras puedes empeorar la situación. Si ven que te molestan lo pueden repetir para "divertirse".
2. **No respondas de la misma forma:** pegar o responder con insultos complica la situación. Di algo como "No me hables así", o pregunta: "¿No tienes nada mejor que hacer?". No respondas como él o ella espera. Utiliza la imaginación.
3. **Intenta hablar amistosamente,** utiliza las respuestas asertivas que hayas practicado en casa o en clase.
4. **Abandona el lugar.** A menudo la mejor solución es escapar de la situación y buscar la ayuda de un adulto. Esto no es una cobardía, es actuar con inteligencia.
5. **Háblalo con alguien.** Explícaselo a tu maestro/a o a un adulto. No tenemos que callar estas situaciones. Denunciar una situación de maltrato no es "chivarse". Es defender un derecho fundamental.



¡Recuerda!





I para terminar, 10 puntos para pensar

1. *El maltrato no es una broma.* El maltrato no es para reírse. En una broma se ríen todos/as. Cuando hay alguien que se molesta o asusta, ya no es una broma.
2. *Nadie merece ser maltratado.* Suele decirse que hay quien se lo busca, pero esto sólo es una excusa. Todos tenemos el derecho a ser tratados con respeto.
3. *Si te pegan o te insultan es mejor no responder de la misma forma.* Muchas veces devolver la agresión sólo empeora la situación. Hay que saber encontrar otras maneras de resolver conflictos.
4. *No sólo maltratan los chicos.* Se dice que las peleas son "cosas de chicos", pero dar de lado a una persona, difundir rumores para que los demás no la "ajunten", excluirla del grupo y cosas así, también es maltratar. Y esto también lo hacen las chicas.
5. *Los niños y las niñas que son maltratados no son "mocosos" que no saben defenderse.* Cuando un grupo intimida a una persona sola es muy difícil plantar cara. Los cobardes son los que necesitan ir en grupo para sentirse fuertes.

La violencia no resuelve los conflictos. Sólo
crea conflictos nuevos.



En la escuela aprendemos lengua,
matemáticas y otras cosas importantes,
pero sobretodo debemos aprender a vivir y
a trabajar juntos.

**¿Queremos un mundo
mejor?**

¡Hagámoslo!