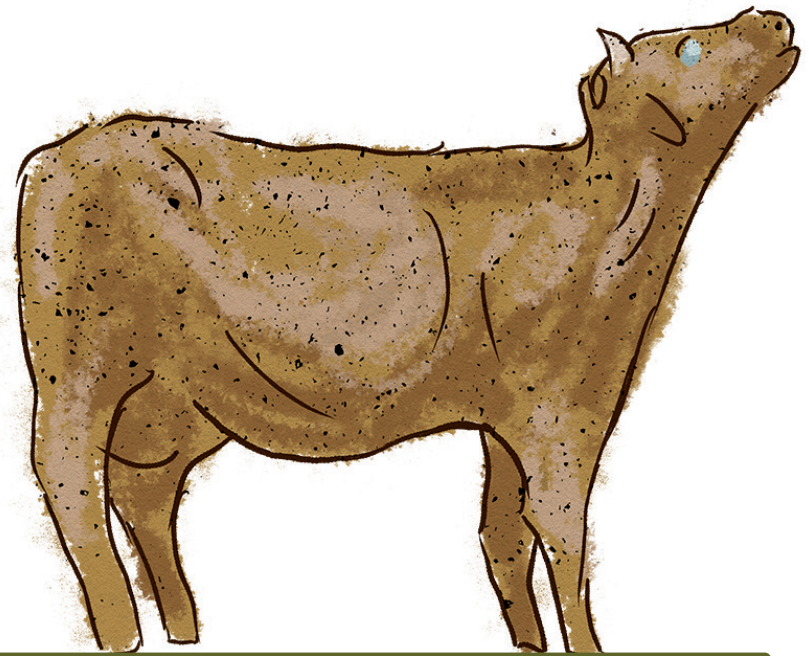
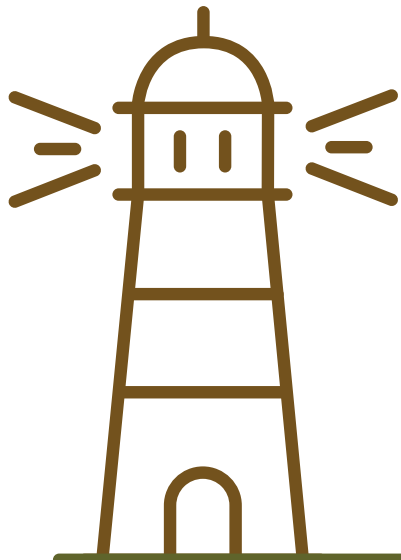


Dossier pedagògic

La vaca cega



M. Helena Tolosa Costa

mhelenatolosa.com



La vaca cega

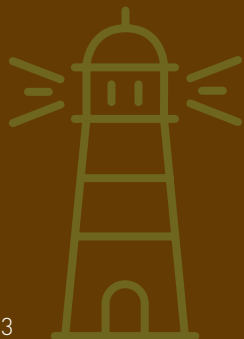
© dels textos:
M. Helena Tolosa

Júlia Cisa (videoclip)

Disseny i maquetació:
Setdedisseny

Il·lustració:
Júlia Cisa

Edició: Setembre del 2023



Contingut

1. Poema	3
2. Context	4
3. La vaca cega i la seva simbologia	5
4. Traduccions del poema “La Vaca Cega” (castellà i esperanto)	6
5. Biografia de Joan Maragall	7
6. Videoclip	8
7. Activitat: Cercle de paraula (metodologia pròpia de la pràctica restaurativa).	9
8. Idees Clau	13



1. Poema: La vaca cega de Joan Maragall

*Topant de cap en una i altra soca,
avançant d'esma pel camí de l'aigua,
se'n ve la vaca tota sola. És cega.
D'un cop de roc llançat amb massa traça,
el vailet va buidar-li un ull, i en l'altre
se li ha posat un tel. La vaca és cega.
Ve a abeurar-se a la font com ans solia;
mes no amb el ferm posat d'altres vegades
ni amb ses companyes, no: ve tota sola.
Ses companyes, pels cingles, per les comes,
pel silenci dels prats i en la ribera,
fan dringar l'esquellot mentre pasturen
l'herba fresca a l'atzar... Ella cauria.*

*Topa de morro en l'esmolada pica
i recula afrontada... Però torna
i abaixa el cap a l'aigua i beu calmosa.
Beu poc, sens gaire set... Després aixeca
al cel, enorme, l'embanyada testa
amb un gran gesto tràgic; parpelleja
damunt les mortes nines, i se'n torna
orfe de llum, sota del sol que crema,
vacil·lant pels camins inoblidables,
brandant lànguidament la llarga cua.*



2. Context

La vaca cega és una poesia escrita per Joan Maragall a principis del mes d'agost de 1893 al poble de Sant Joan de les Abadesses.

El poema respon a un fet real que va presenciar Joan Maragall.

Estant de vacances amb la seva família pels Pirineus a Sant Joan De les Abadesses una tarda del mes d'agost va sortir a passejar amb la seva família i es van arribar fins a la font del Covilar. Allí reposant va aparèixer una vaca tintinejant i la gent es va alçar espantada, menys Joan Maragall. Així ho va explicar la seva esposa Clara Noble: «Tothom va alçar-se i va fugir. El meu marit va quedar-se! Era la vaca cega !Anava a beure aigua i Maragall va parlar amb un vailet que li va explicar que d'un cop de roc llençat amb massa traça va desfer-li un ull. Arribant a casa, va entrar de dret al despatx, va tancar-s'hi, i en sortir-ne, duia la poesia a la mà. Pocs dies després, trametia aquesta còpia el seu bon amic Soler i Miquel.» (Alavedra, 1935; Alavedra, 1935) ¹

Aquest fet està documentat a la revista "El Mirador" del 5 de setembre de 1935 on es va publicar la transcripció de la conversa que Clara Noble, va tenir amb Joan Alavedra.

"La vaca cega" va ser publicat al llibre Poesies, editat per L'Avenç el 1895, dins del cicle Pirinenques.

La vaca cega va ser traduït al castellà per Miguel de Unamuno i també a l'Esperanto per Vicente Inglada Ors. També ha estat dibuixada per diversos autors. Va inspirar la versió musical per a cor i orgue d'en Frederic Mompou del 1978 i la composició de MHelena Tolosa (2020)

Joan Maragall és un dels escriptors més representatius de la poesia modernista. Si voleu ampliar sobre el modernisme i la relació amb el significat del poema podeu consultar el treball de Carlota Serra i Llorens <https://www.renaixença.cat/la-vaca-cega/>

¹ Revista «El Mirador» del 5 de setembre de 1935



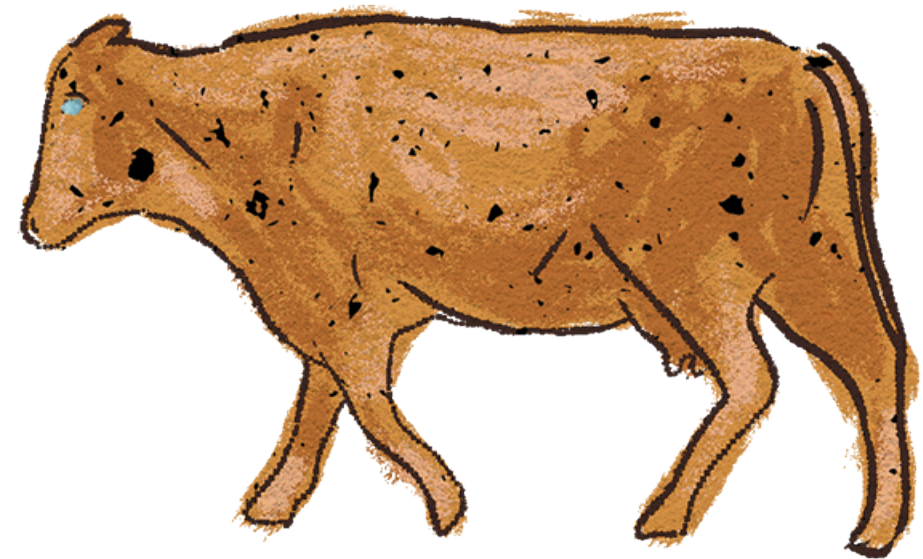
3. La vaca cega i la seva simbologia

La història de la vaca cega transmet un entramat d'emocions i sentiments vinculats a l'autor i motivat pel moviment del modernisme i les seves vivències.

Hi trobem aspectes clau com la natura, la solitud, el fet de ser diferent, el fet de no poder anar amb el grup, els sotracs de la vida, la perseverança. La vaca, malgrat tot, va a beure aigua a la font. L'aigua com a necessitat primària.

També com a persona creient, Joan Maragall incideix en la presència del cel on la vaca mira amb un gran gesto tràgic. Maragall es podria dir que personifica la vaca cega i hi mostra compassió.

Segons Glòria Casals el poema respon «al sentiment de l'amor ampliat als éssers humans més imperfectes» (Casals, Edició crítica de Joan Maragall, 1998).





4. Traduccions del poema

Esperanto - La blinda bovino

*Senvole per la kap' ektuŝegante
je unu kaj alia trunk', sencele,
iradas sur voj' al trinkoloko
bovino, kiu venas tute sola.
Ŝi blinda estas. Paŝtistet' per frapo
de ŝton' al ŝi tro lerte surĵetita
okulon unu ŝian difektigis,
l' alian membraneto nubekovras:
jen blinda estas la bovin'. Ŝi venas
al font' por trinki, kiel ŝi kutimis;
sed ne kun firma la sinten' tiama,
ne kun kolegoj siaj, ne, tutsola
alpaŝas ŝi. Fratinoj ŝiaj dume
ĉe krutegrokoj, sur plataltaĵoj,
en la silent' herbeja, ĉe l'akvbordoj,
sonigas pendtintilon, freŝan herbon
manĝante laŭ plezuro... Ŝi jam falus...
L' akvuĵon akrerandan ektuŝegas
ŝi per la buŝ' kaj honte sin retiras.*

*Sed ŝi revenas, sian kapon metas
en l' akvon kaj eltrinkas malrapide.
Ŝi trinkas sen soifo, nur malmulte.
Kun granda tragedia gesto, poste
ŝi levas al ĉiel', egan, la kapon
kornhavan: sur senvivaj la pupiloj
ŝi palpebrumas kaj denove venas,
je lumo orfa sub brulanta suno,
malfirme sur la voj' neforgesebla,
malvigle balancante la longvoston.*

[Tradukis Vicente Inglada Ors, 1910]

Castellano - La vaca ciega

*En los troncos topando de cabeza,
hacia el agua avanzando vagorosa,
del todo sola va la vaca. Es ciega.
De una pedrada harto certera un ojo
le ha deshecho el boyero, y en el otro
se le ha puesto una tela. La vaca es ciega.
Va a abrevarse a la fuente que solía,
mas no cual otras veces con firmeza,
ni con sus compañeras, sino sola.
Sus hermanas por lomas y cañadas,
por silencio de prados y riberas,
hacen sonar la esquila mientras pastan
hierba fresca al azar. Ella caería.
Topa de morro en la gastada pila,
afrentada se arredra, pero torna,
dobla la frente al agua y bebe en calma.*

*Poco y casi sin sed; después levanta
al cielo enorme la testuz cornuda
con gesto de tragedia; parpadea
sobre las muertas niñas, y se vuelve,
bajo el ardiente sol, de lumbre huérfana,
por sendas que no olvida, vacilando,
blandiendo en languidez la larga cola..*

[Traducción Miguel de Unamuno]



5. Biografia Joan Maragall i Gorina

Joan Maragall va néixer el 10 d'octubre de 1860 a Barcelona. Va créixer en una família benestant i va rebre una educació sòlida. Estudià dret a la Universitat de Barcelona. Va exercir de periodista al "Diario de Barcelona", "La Veu de Catalunya" entre altres diaris i revistes des d'on va donar a conèixer autors i corrents de gran importància a Europa.

Va aprendre alemany i això li va permetre traduir obres de Goethe, Novalis i altres poetes alemanys així com introduir de la figura de Nietzsche a Catalunya.

Maragall escrigué poesia, assaigs i articles, tot i que és conegut sobretot pel seu treball com a poeta. Els seus textos reflecteixen un profund amor per la terra natal i una profunda preocupació per les qüestions socials i polítiques de l'època.

En la seva obra es troba present una dimensió espiritual i transcendent, la seva passió per la cultura i el país i, una intensa relació amb la natura.

Va morir el 20 de desembre de 1911 a Barcelona.

Joan Maragall és recordat avui en dia com un dels grans noms de la cultura catalana i com una figura clau en la revitalització de la llengua i la cultura catalanes.



6. Videoclip

La proposta per l'animació del videoclip combina la imatge fotogràfica del paisatge natural amb l'animació. La tragèdia de la vaca que perd la vista, la converteix en un personatge aïllat, en certa manera, del seu entorn. Així doncs, la vaca es presenta gràficament amb un llenguatge que es distingeix del seu context físic i que a més a més ho fa per la seva artificialitat. Això atorga a la vaca la sensació de la no pertinença.

La Vaca Cega és un poema que ens narra la història com un conte, per això ens vam decidir per un estil que remet a les clàssiques il·lustracions a tinta, de línia i taca solta, desenfadada i de colors marronosos, ja que la nostra vaca protagonista és una vaca bruna. L'animació presenta els moviments de la vaca que narra el poema. El moviment és un moviment entrebancat i poc fluid, a uns 3 fotogrames per segon, tal com un conte en moviment més que una animació: la vaca és cega i, per tant, no es mou per l'entorn àgilment, sinó que ho fa amb cautela i poca traça.

El procés de l'animació és un procés tediós, lent i complicat (i malgrat això, molt bonic). Teníem clar des d'un inici què i com havia de ser, així que l'estructura del videoclip i les escenes estaven marcades des del primer moment. El primer pas va ser fer un recull de referències a partir de fotografies i vídeos per estudiar els moviments de la vaca des de diferents perspectives. La tècnica que s'utilitza és la de la roscòpia, una tècnica que consisteix a dibuixar sobre la imatge. Així doncs, un cop trobats els clips que més s'adequaven a les escenes, s'anima la vaca fotograma a fotograma per aconseguir les línies que marquen el moviment més realista del caminar i seguidament vaig es van passar a net i es completa l'animació emplenant-les amb color. La feina no s'acaba aquí, hi ha molts detalls per polir i refer posteriorment!

El resultat mostra la Vaca Cega de Joan Maragall com la vaca cega vulnerable, la vaca cega incompresa, la vaca cega que vol ser estimada, i és aquesta sensibilitat la que es pot trobar en el traç del dibuix.



7. Proposta pedagògica

Descripció

L'activitat se centra a parlar de temes relacionats amb els sentiments i emocions de solitud, de tristesa, de compassió. Parlar de les necessitats que se'n deriven com: la solidaritat, la inclusió, la cura del benestar de grup. Abordem conceptes com la diversitat, la inclusió i l'assetjament (escolar o no escolar).

Per treballar aquest poema utilitzarem la metodologia del Cercle de Paraula. En aquest [arxiu](#) podeu descarregar-vos la metodologia general per a fer cercles de paraula i temps de cercle per seguir l'estructura de l'activitat: benvinguda, ronda d'entrada, joc de mescla, ronda temàtica i ronda de tancament.

a) Preparació de l'ambient

Col·loquem les cadires (coixins o el que s'hagi triat que marqui la posició de cada persona) en cercle. La persona facilitadora dona la benvinguda i explica què és, com funciona i quina raó de ser té el Cercle de Paraula de manera ajustada a l'edat i tipus de grup.

b) Benvinguda.

Avui treballarem el poema de la vaca seva de Joan Maragall. Ho farem en un cercle de paraula. Recordem quins són els compromisos per a fer un cercle.

c) Ronda d'entrada.

- Un menjar, música, esport, lloc... que t'agrada
- Quelcom que faries si fossis invisible...
- Un somni que has tingut darrerament...
- Un llibre que llegeixes...
- Alguna cosa que t'agrada fer en el teu temps lliure...

d) Joc de mescla (opcional).

e) Rondes temàtiques.

Aquestes preguntes estan escrites per blocs temàtics i de manera general. Podeu triar les preguntes referides a una mateix bloc o seleccionar les preguntes de diferents blocs. Cal adaptar la



dinàmica i les preguntes en la seva formulació i vocabulari segons els participants i les seves necessitats.

El nombre de preguntes a realitzar dependrà dels participants i del temps destinat a cada resposta per cada pregunta i ronda completa. En tot cas no s'aconsella fer més de sis rondes de preguntes. La durada màxima d'un cercle d'aquest tipus no hauria de ser més de 45 minuts.

Podem fer diferents sessions de cercle de paraules del mateix poema si volem aprofundir en totes les temàtiques.

SOLITUD

- Quines emocions et desperta el poema de la vaca cega quan l'escoltes?
- Quina emoció creus que pot sentir la vaca cega en la seva condició?
- T'has sentit mai sol entre la gent? T'has sentit aïllat dels altres? Alguna vegada has vist alguna persona sola a l'escola? Com et sentiries si fossis aquesta persona? A qui li podries explicar?
- Quines poden ser les conseqüències emocionals i psicològiques per alguna persona que està exclosa "ningunejada" o apartada per la seves condicions físiques, psicològiques o mentals?

- No sempre la solitud pot ser desitjada. És desagradable estar sol? Saps estar sol? Creus que és bo estar sol?
- No totes les persones som iguals, ni podem fer les mateixes coses ni tenim les mateixes necessitats. Què creus que necessita una persona que, com la vaca, està sola perquè no pot fer el mateix que els altres?
- Creus que la resta de persones hem d'oferir situacions per incloure aquells que no poden fer el mateix que el altres per alguna diversitat funcional? S'han de conformar a ser exclosos? Ens hem d'adaptar nosaltres, ells o, tots dos?
- Has vist maltractar o menystenir companys pel fet de ser diferents? Com et sentiries tu en aquest cas? Què creus que necessiten les persones que pensen que estan menystingudes pel fet de tenir algun tret especial? Què has fet quan has vist menystenir algun company? Creus que és el que s'havia de fer? Com et sents quan veus persones maltractades per ser diferents?

DIVERSITAT

A. Què és una persona diferent.

- Creus que som iguals o diferents? En què ens assemblem tots i què som diferents? Què passaria si tots fóssim exactament iguals? Per quines coses la gent discrimina, prefereix o rebutja els altres?

- Quina és l'essència de ser persona? Què ens fa persona?
- Creus que és bo o dolent ser diferent dels altres? Què pot tenir de bo i què de dolent? Quines diferències hauríem de promoure o potenciar i quines hauríem de suprimir o limitar? Tenim dret a ser diferents? Fins a quin punt?
- Què vol dir ser una persona normal? La normalitat té relació amb el fet de ser acceptat? Si no ets acceptat pels altres és perquè no ets normal?

B. Experiències i emocions sobre sentir-se diferent

- Et sents diferent dels altres? Et molesta o t'agrada? En què vols ser diferent i en què vols ser igual que els altres?
- T'has sentit alguna vegada molest perquè t'han tractat com a estrany o especial? Has tingut alguna experiència desagradable per ser tractada com a diferent? Com et vas sentir? Què vas fer? Què hauries d'haver fet? Com et sents quan hi penses?
- T'has sentit mai sol entre la gent? T'has sentit aïllat dels altres? Alguna vegada has vist alguna persona sola a l'escola? Com et sentiries si fossis aquesta persona? A qui li podries explicar?
- Com et sentiries si fossis la única persona diferent a l'escola d'alguna forma? Què podries fer per connectar? Què necessaries que fessin per sentir-te a gust en el grup?
- Quan et sents inclòs en un grup, quines accions passen? Què

fan la resta de companys perquè et sentis inclòs en un grup? I tu, que fas?

- Com tractes a la gent que és diferent a tu? N'ets conscient?

C. Accions per a pal·liar els efectes negatius i per a promoure els positius.

- Què podríem fer per tal que es respecti el dret a la diferència? Com podem ajudar les persones discriminades? Què podem fer per defensar-nos del rebuig que alguns ens mostren? Creus que podríem acordar algunes coses que farem tots quan veiem o sapiguem que hi ha hagut abusos de companys?

COMPASSIÓ I RESILIÈNCIA

- El poema comença amb el vers "topant de cap en una i altra soca...". Alguna vegada has passat per una situació difícil o desafiant? Com et vas sentir i com ho vas superar?
- El poeta escriu "orfe de llum, sota del sol que crema". Quin sentit té per tu estar "orfe de llum"?
- Algun cop has tingut alguna experiència on hagis après d'un fracàs o un error?
- Què significa ser valent quan t'enfrontes a alguna cosa que t'espanta?

- Com pots consolar a un amic que està passant per un moment difícil?
- Quines coses et fan sentir agraït en la teva vida?
- Què significa ser compassiu?
- Pots donar un exemple de com podries ser cap a un amic o un membre de la família?
- Com et sents quan algú mostra compassió cap a tu?
- Per què és important ser amable i compassiu amb els altres?
- Com et sents quan mostres compassió cap algú?
- Què significa ser amable amb els teus amics a l'escola?
- Pots nomenar una persona que consideris un model a seguir en termes de compassió o resiliència? Per què?
- Com pots practicar l'autocompassió quan comets un error o enfrontes un desafiament?

f) Ronda de tancament.

En els cercles de diàleg sempre es fa una pregunta per tancar la sessió. Aquí teniu diferents opcions:

- No vull marxar d'aquí sense dir que...
- El que m'emporto d'aquest cercle és...
- Una cosa bonica que m'emporto del cercle és...
- Una cosa que he après avui és...



8. Idees Clau

Parlem de...

El sentiment de solitud.

La relació entre la “vaca cega” i la solitud de les persones pot ser una metàfora o una analogia que es fa servir per expressar el sentiment de solitud o aïllament que pot experimentar una persona en determinades circumstàncies:

- Algú separat de la resta de la comunitat, de manera similar a com una vaca que no pot veure està limitada en la seva capacitat de moure's i interactuar amb el món que l'envolta.
- Pot ser una manera de descriure la sensació de sentir-se aïllat, com si no pogués veure ni entendre totalment el món que l'envolta.
- Potser no té accés a la comunicació, la comprensió o el suport de la manera que desitjaria.

Quan les persones es senten soles com la vaca cega poden experimentar una sèrie d'efectes emocionals i psicològics com ara la tristesa, l'ansietat, la desesperació, el sentiment d'inadequació ...

És important destacar que la solitud no sempre es relaciona amb la manca de contacte físic amb altres persones. Potser algú es troba envoltat de gent, però encara se sent sol si no es pot relacionar amb elles a un nivell emocional o no es sent comprès o valorat. La solitud pot ser una experiència molt subjectiva i personal, i la seva intensitat i impacte poden variar d'una persona a una altra.

Si algú es sent sol com la vaca cega o coneix algú que estigui passant per aquesta situació, és important buscar ajuda i suport emocional.

Parlem de...

La diversitat i la diferència

Cadascú de nosaltres és alhora únic i divers. La diversitat ens enriqueix pel fet que ens complementa. Totes les persones som diferents. Allò que ens iguala és la condició humana. Les creences, les cultures, la societat ens condiciona constantment sobre acceptar o no la diversitat, definir la condició de normalitat. La reflexió, l'esperit crític, l'ètica i els valors són imprescindibles per a poder ser conscient des processos d'inclusió i exclusió que exercim contínuament amb les altres persones.



Parlem de...

La compassió

La **COMPASSIÓ** a Occident s'associa a la superioritat per a qui l'ofereix, a la debilitat per a qui la necessita. Des del punt de vista de la psicologia, la compassió definida per Goetz i col. al 2010 *és el sentiment que sorgeix al presenciar el patiment de l'altre i que comporta un desig d'ajudar*. Paul Gilbert (2015) parla de la compassió com la *profunda consciència del patiment d'un mateix i dels altres éssers juntament amb el desig d'ajudar a evitar-lo*.²

La compassió és una resposta emocional i cognitiva que implica sentir empatia i preocupació pel patiment dels altres i, al mateix temps, estar motivat a ajudar i alleujar aquest sofriment. És un sentiment de simpatia i solidaritat cap a les persones que estan experimentant dificultats, dolor o adversitat. No és una relació de superioritat sinó d'igualtat en tant que totes les persones vivim situacions que ens fan patir.

Això pot manifestar-se de moltes maneres, des d'oferir suport emocional i escoltar a algú que està passant per un moment difícil fins a brindar ajuda pràctica o actuar en benefici d'una causa que busca alleujar el sofriment d'un grup de persones. La **compassió** no sempre implica una conducta altruista, una acció física i activa de suport a una altra persona. No sempre implica "actuar".

Es valora en moltes cultures i tradicions religioses com un principi fonamental per a promoure la bondat i l'ajuda mútua. A més, la recerca en psicologia ha demostrat que la pràctica de la compassió pot tenir beneficis per a la salut mental i el benestar emocional tant de qui la mostra com de qui la rep perquè som éssers socials per naturalesa i estem programats per viure des del sentiment comunitari buscant el propi benestar i el dels altres.

L'element clau per desenvolupar la compassió és l'empatia: entendre els sentiments i les experiències de les persones que ens envolten. Entendre-les no vol dir estar-hi d'acord (simpatia). Vol dir reconèixer-les. Validar-les.

L'autocompassió també és molt necessària ja que sovint nosaltres mateixos som els més crítics amb la nostra persona.

² CAMPOS, D., HERRERA, P., MARTÍNEZ, L. NAVARRO, M., QUERO, S. I GARCÍA CAMPAYO, J.: Manual autoaplicado de la terapia de compasión basada en los estilos de apego para la promoción del bienestar. Ed.: Prensas de la Universidad de Zaragoza, 2020.

Parlem de...

La resiliència

La resiliència és un conjunt d'habilitats de la persona per a adaptar-se, recuperar-se i mantenir un bon funcionament psicològic i emocional malgrat enfrontar-se a situacions adverses, traumàtiques o estressants en la vida.

L'expressió "topant de cap en una i altra soca..." podria ser una metàfora dels cops que la vida ens dona o les topades que ens fem quan no estem prou atents o encertats..

Existeixen factors de protecció per a poder treballar la resiliència:

- Tenir unes relacions afectives sanes i una xarxa de suport social. Tenir una xarxa de persones en les quals confiar i amb qui compartir les dificultats pot proporcionar un amortidor emocional en temps difícils.
- Habilitats d'afrontament: Les persones resilients solen posseir habilitats d'afrontament efectives com la resolució de problemes, la comunicació assertiva i la gestió de l'estrès. Aquestes habilitats els permeten enfrontar els desafiaments de manera més adaptativa.
- Autoestima i autoeficàcia: tenir una autoestima saludable i una creença en la pròpia capacitat per a superar obstacles (autoeficàcia) són factors protectors clau. Les persones que confien en si mateixes tendeixen a enfrontar les adversitats amb major determinació.
- Suport de models a seguir: comptar amb models a seguir o persones que han superat situacions similars pot ser inspirador i motivador. Veure exemples de resiliència en els altres pot enfortir la creença que un també pot superar desafiaments.

Promoure aquests factors en un mateix i en els altres pot enfortir la capacitat de resiliència i el benestar emocional.

Parlem de...

L'assetjament (escolar i no escolar)

EL CONFLICTE FORMA PART DE LA VIDA HUMANA. No és quelcom excepcional. Les relacions humanes generen conflictes humans de manera continuada propis de la convivència. **EL CONFLICTE NO TÉ VIOLÈNCIA.** Quan gestionem un conflicte de manera violenta estem fent una agressió. L'assetjament és una forma de maltracte: un conjunt de violències continuades. L'assetjament supera la barrera del conflicte.

Un dels problemes principals és NORMALITZAR LA VIOLÈNCIA.

LA VIOLÈNCIA SOVINT TE RELACIÓ AMB LA DISCRIMINACIÓ. La discriminació té relació amb la diversitat. És una actitud que es basa en prejudicis, creences i opinions preconcebudes en relació a la pertinença grupal i no als trets específics de l'individu. Es dona per sentiments relacionats amb la por o l'afany de poder.

La societat i els mitjans de comunicació són els principals actors que transmeten la cultura de la violència, de la discriminació i de la manca de respecte.

Les persones excloses o que han patit assetjament (escolar o no), poden experimentar ansietat, tristesa, estrès, baixa autoestima, depressió entre d'altres i, aquests sentiments poden perdurar durant l'adulthood.

Parlem d'assetjament escolar quan aquest es dona entre persones en edat escolar. Es caracteritza per 3 punts clau:

1. Desequilibri de poder: En situacions d'assetjament escolar, sol existir un desequilibri de poder entre la persona en el rol d'agressor o agressors i la persona en el rol de víctima. Això significa que l'agressor té algun tipus d'avantatge o control sobre la víctima, ja sigui degut a la força física, la popularitat, l'edat o altres factors que fan que la víctima se senti vulnerable.

2. Repetició en el temps: l'assetjament escolar implica comportaments o accions reiterades. No és un incident aïllat o una discussió ocasional. Ara bé, en el cas del ciberassetjament pot ser que amb una sola publicació es consideri un assetjament pel seu efecte exponencial a les xarxes.
3. Intenció de causar mal: l'assetjament escolar implica una intenció de causar mal, por o incomoditat a la víctima. La persona en el rol d'agressor o agressors deliberadament es dirigeixen a la víctima amb la intenció de fer-li mal de forma física, emocional o psicològica.

L'assetjament, en termes generals, es refereix a un comportament persistent i negatiu dirigit cap a una altra persona amb la intenció de causar-li mal, por, incomoditat, ansietat... Pot manifestar-se de diverses formes i en diferents contextos, i la seva gravetat pot variar des de situacions lleus fins a formes extremadament perjudicials.

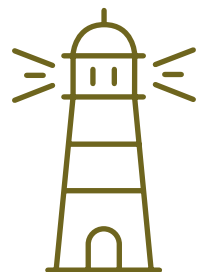
L'assetjament pot ocórrer no sols en l'entorn escolar. Pot manifestar-se en el lloc de treball (assetjament laboral), en línia (ciberassetjament), en la comunitat, en l'àmbit familiar o en qualsevol altre lloc on les persones interactuïn.

Les formes comunes d'assetjament inclouen l'assetjament verbal com els insults, les burles o els comentaris feridors; insults, burles o comentaris feridors; l'assetjament físic, que pot incloure agressions físiques o mal a la propietat d'algú; l'assetjament psicològic, que implica intimidació, manipulació emocional o difamació; l'assetjament cibernètic, que ocorre a través de mitjans electrònics, com les xarxes socials i els missatges de text.

L'assetjament pot tenir greus conseqüències per a la salut mental i emocional de les persones en el rol de víctimes. També té conseqüències en les persones que l'exerceixen i els espectadors que ho veuen.



La vaca cega



M. Helena Tolosa

mhelentolosa@gmail.com
671631415

mhelentolosa.com