



## **Manifest en defensa dels drets dels infants i adolescents de Catalunya**

Som el Consell Nacional dels Infants i els Adolescents de Catalunya (CNIAC) i cada any, pel dia 20 de novembre en motiu del Dia universal dels drets dels infants, redactem un manifest per donar a conèixer la nostra opinió. Aquest any hem volgut enfocar-nos en la salut mental, donat que és un tema del que no es parla i no es valora suficient. Amb l'ajuda dels consells territorials (que formen part del CNIAC) hem recollit diferents punts de vista d'infants i adolescents d'arreu de Catalunya, per tal de reflectir la realitat amb la major precisió possible.

Per a nosaltres, la salut mental és el benestar psicològic d'una persona depenent del seu entorn familiar i social. És molt important que tothom pugui gaudir d'un bon estat mental, en especial els infants i adolescents perquè estem en època de creixement i aprenentatge. Avui en dia, hi ha diferents situacions que impedeixen que tothom pugui tenir aquest benestar garantit; seguidament explicarem algunes d'aquestes circumstàncies que més ens afecten.

### **1. Vida familiar i Social.**

Des de la nostra perspectiva, hem arribat a la conclusió que es valora que la família t'accepti tal i com ets i poder passar més temps amb aquesta. En general, ens sentim còmodes dins del nostre entorn familiar, tot i que alguns de nosaltres voldríem tenir més intimitat, recolzament i millor comunicació. La majoria dels infants i adolescents de Catalunya valorem positivament les nostres amistats, però malauradament n'hi ha d'altres que es sentim ignorats o no rebem un bon tracte.

### **2. Escola/ Institut.**

A l'escola i l'institut molts ens sentim estressats, pressionats i preocupats per l'excés de deures i feina per aconseguir els millors resultats. Els centres educatius haurien d'enfocar l'ensenyament en la motivació de l'alumnat a través d'activitats diverses que siguin divertides i àgils, i no basar-se tant en un sistema de memoritzar. També, demanem més suport emocional per part del professorat i disposar d'un espai de resolució de conflictes, problemes personals i situacions relacionades amb l'aula. També, ens agradaria tenir veu per poder opinar i donar el nostre punt de vista sobre temes que ens afectin dins de l'escola.

### **3. Desigualtat Econòmica.**

Veiem la diferència econòmica com un tema que ens preocupa i que comporta pensaments negatius (frustració, inferioritat...). Les famílies que no arriben a cobrir les necessitats bàsiques poden ser víctimes de comentaris molestos i irrespectuosos. S'hauria de valorar a les persones pel que són i no pel que tenen. Demanem que es vetlli per un sistema públic d'atenció psicològica de qualitat i que arribi a tothom, no només a aquelles famílies que poden permetre's pagar el preu d'una atenció psicològica privada.

#### **4. Xarxes socials.**

La majoria dels infants i adolescents veiem les xarxes socials com una oportunitat per comunicar-nos i descobrir; però també com són responsables de crear unes falses expectatives que poden generar inseguretats. Aquestes eines són les causants del cyberbullying i; en ocasions, un impediment per potenciar les relacions personals directes.

#### **5. Discriminacions.**

Veiem com la discriminació és un fenomen social que cada dia està augmentant i que s'hauria d'aturar i no normalitzar. Només aporta conseqüències dolentes i afecta directament al benestar i la salut mental dels nens i nenes. Concretament, la violència de gènere sol repercutir en els fills i filles de les famílies que la pateixen, i la discriminació LGTBIfòbica afecta als infants, als adolescents i a les persones del seu entorn que formen part del col·lectiu.

Davant d'això, DEMANEM:

- Garantir les necessitats bàsiques, l'alimentació i l'habitatge de totes les famílies.
- Garantir l'atenció psicològica de forma gratuïta per a tots els infants i adolescents.
- Promoure en l'entorn escolar l'educació per a l'ús sa i responsable de les tecnologies de la comunicació, les xarxes socials, videojocs, etc.
- Desenvolupar i potenciar l'ensenyament en la diversitat (de gènere, cultural, etc.) i garantir espais lliures de discriminació envers cap infant o adolescent.
- Sentir-nos estimats i valorats per com som per part del professorat, les famílies i la resta de persones del nostre entorn.
- Assegurar que els infants i adolescents tinguin més estones de lleure.
- Promoure un sistema educatiu on es tinguin en compte els interessos de l'alumnat i es potenciï el suport emocional

Finalment, volem agrair la col·laboració dels infants i adolescents que han respost l'enquesta com també als consells locals que han ajudat a difondre-la.

El Consell dels Infants de Badalona afegim a aquest manifest que volem que els Drets dels Infants siguin una realitat avui, sempre, a Badalona i arreu del món.

Novembre de 2021