

Manifest en defensa dels drets dels infants i adolescents de Catalunya

CONSELL NACIONAL DELS INFANTS I ELS 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 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 LGTBfòbica 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.

