

## ***BULLYING O ACOSO ESCOLAR ENTRE ALUMNOS.***

El **bullying** es un término anglosajón procedente de la palabra inglesa bully, traducida como matón o abusón y que viene a describir en su conjunto, una gran variedad de comportamientos existentes entre nuestros adolescentes, que van de desde:

- Gastar bromas pesadas a otros alumnos.
- Hacerles el vacío o fomentar que otros alumnos lo hagan.
- Poner notes.
- Esconder o tirar las cosas a otro compañero.
- Burlas por motivos como un defecto físico, color de la piel, tener un nombre no muy común, aparición de granos, cambio de voz, dificultades a la hora de hablar, uso de gafas, sacar buenas notas, ser muy alto o muy bajo, ser gordo, etc.
- Provocaciones continuas.
- Levantar rumores falsos sobre otro compañero.
- Extorsión a compañeros sacándoles el dinero.
- Quitar el desayuno.
- Maltratos físicos (collejas, patadas, puñetazos, empujones, etc..).

Por desgracia, muchas veces algunas de estas actitudes son catalogadas como, “cosas de críos”.

El bullying salvando las distancias, puede ser comparable al mobbing (acoso laboral) que sufren los adultos en su puesto de trabajo. Como se puede observar en este mismo portal, en el apartado que hay sobre mobbing, las consecuencias que produce dicho acoso, suponen problemas tanto físicos como psicológicos, con repercusión en la vida familiar, social y por supuesto laboral del acosado. Pues bien si estos son los efectos en una persona adulta que tiene más recursos para hacer frente al hostigamiento, no es muy complicado entender cuales serán las repercusiones que tienen el acoso en adolescentes.

Aunque el término bullying ha saltado últimamente a los medios de comunicación por hechos muy desgraciados, no es un fenómeno nuevo. Siempre han existido niños que ponían excusas para no ir al colegio, o que acudían al Centro atemorizados por las actitudes acosadoras de compañeros, si bien es cierto según los expertos, estas actitudes se están generalizando mucho más y con consecuencias más trágicas, o por lo menos con más repercusión mediática.

El tratar por separado el bullying de lo que es la conflictividad escolar en los Centros, quizás estemos viendo la parte de un todo. El origen de la violencia escolar entre la que encontramos el bullying es común en todos sus manifestaciones. El insulto o los pulsos continuos con los profesores por parte de los alumnos, tienen el mismo origen que el bullying, sin embargo en este apartado voy a tratar el acoso escolar entre alumnos de manera específica, ya que por desgracia no se han puesto en manos de los docentes pautas sobre como detectarlo y lo que es mas importante, una vez detectado como actuar frente a él.

Aunque es muy complicado generalizar, las causas del bullying y de la conflictividad escolar en general según los expertos son múltiples:

- Por una parte la situación familiar. Se ha demostrado que tanto un padre poco exigente como uno con actitudes hostiles que desaprueba constantemente al niño, fomentan el comportamiento agresivo en los niños. En este apartado, algunos expertos resaltan la desestructuración de la familia tradicional, que provoca la aparición de distintos sistemas familiares que suponen que los vínculos familiares se debilitan y donde los adolescentes echan en falta la atención de sus padres, por lo que tienden a querer llamar la atención de las personas que le rodean, mediante determinados actos llamativos.
- Otra situación y a veces relacionada con el apartado anterior, es la de numerosas familias donde los dos padres o la parte familiar con la que conviven los adolescentes, pasan muchas horas fuera de casa por motivos laborales, por lo que se hace muy difícil conciliar la vida familiar con la vida laboral. Esto conlleva que nuestros alumnos en el mejor de los casos pasen mucho tiempo con abuelos o con personas ajenas a la familia, y en el peor de los casos muchas horas abandonados o solos en casa, sin la tutela de un referente familiar.
- En algunas familias y ante la dificultad que conlleva educar a un adolescente (con todos los problemas que le rodean), hacen dejación de sus funciones y dejan la responsabilidad de este tema exclusivamente en los centros educativos.
- Otra cuestión a parte, es la sociedad que nos rodea. Los adolescentes son reflejo de la sociedad en la que viven y vivimos en una sociedad violenta. Así en muchos casos, el mensaje que reciben nuestros alumnos en los Centros docentes es claramente distorsionador con el mensaje que recibe de la sociedad que les rodea.
- Habría que añadir la entrada de numerosos alumnos con otras costumbres y hábitos distintos.
- Por último y no menos importante, la edad en la que se produce mayor grado de conflictividad es la etapa de la secundaria (12 – 16 años). Una etapa con fuertes cambios hormonales, de personalidad y de conducta.

Todas estas cuestiones sin entrar en enumerar situaciones familiares mas complicadas, crean un caldo de cultivo para la aparición de estas situaciones conflictivas.

## **Tipos de Bullying**

Los principales tipos de hostigamiento escolar se suelen clasificar en:

**Físico:** Como empujones, patadas, puñetazos, agresiones con objetos.

**Verbal:** Esta es la más habitual. Suelen manifestarse mediante insultos, motes, menosprecios en público o el estar resaltando y haciendo patente de forma constante un defecto físico.

**Psicológico:** son acciones encaminadas a minar la autoestima del individuo y fomentar su sensación de inseguridad y temor. El componente psicológico está en todas las formas de maltrato.

**Social:** Hacer el vacío a un alumno y fomentar entre los compañeros la misma medida. Estas acciones se consideran bullying “indirecto”.

En el bullying hay tres partes fundamentales:

- 1.) El **acosador (bully)**: Es la persona que realiza el acoso tanto verbal como emocional, físico contra alguno de sus compañeros.
- 2.) La **víctima** del acoso: Persona que sufre el hostigamiento por parte de otro compañero.
- 3.) El **grupo**: Generalmente formado por compañeros que actúan como simples espectadores (aunque a veces también actúan como acosadores) que con su silencio cómplice contribuyen al maltrato.

1.) El **acosador (bully)**: La vida familiar es la que marca la personalidad de los adolescentes. De ahí que muchos de estos “niños hostigadores” sean muchas veces víctimas de abusos y malos tratos. También suelen carecer de afecto y se educan en un entorno familiar problemático, en el que es habitual la falta de atención y control de los padres.

Normalmente tienen falta de sentimiento de culpabilidad. Suelen ser hostiles e interpretan sus relaciones con los otros como fuente de conflicto y agresión hacia su propia persona. Son alumnos belicosos con los compañeros y con los adultos. Son impulsivos y necesitan imperiosamente dominar a los otros. Suelen carecer de fuertes lazos familiares y están poco interesados por la escuela.

El bully pretende alcanzar un cierto protagonismo ante el grupo que contempla el hostigamiento de forma que siente mejor al ser aceptado por el mismo.

No resulta una tarea fácil identificarlo ya que cuando es sorprendido busca coartadas para justificar su actuación como pueden ser:

- Cambiar el rol, convirtiéndose de maltratador en víctima mediante la alegación de una supuesta agresión previa.
- Minimizar el acto que está realizando.
- Apelación a sus derechos.
- Intentar inculpar al grupo para así diluir su culpa.

2.) La **victima** del acoso: La victima puede ser cualquiera, aunque hay un perfil de alumno que suele tener más probabilidad de ser acosado como alumnos con un defecto físico, alumnos tímidos, inseguros, con bajo nivel de autoestima, con problemas de adaptación, alumnos que saquen buenas notas.

Los niños víctimas del acoso tienen miedo de ir al colegio y de encontrarse con sus agresores. Se sienten desprotegidos e indefensos ante ellos y observan cómo el resto de compañeros permanecen quietos, sin defenderles ni ayudarles ante esta situación, seguramente porque ellos también tienen miedo.

La victima por si sola carece de mecanismos para defenderse de la agresión, por lo que habitualmente sufren un proceso de culpabilización, ya que al observar que todo su entorno está contra él, le hará considerarse culpable y asumir que si sufre estas agresiones es por que realmente se las merece.

El efecto que el acoso puede causar en los niños es demoledor. Se convierten en niños temerosos y humillados, con una alta ansiedad y estrés, y afecta enormemente a su autoestima y equilibrio emocional.

Llegados a este punto el acosado, aunque sea duro, solo tiene tres salidas:

- Convertirse en agresor.
- Autodestruirse mediante conductas destructivas: Cuadros de anorexia nerviosa, bulimia, stress post-traumático.
- Suicidio por la propia destrucción de la autoestima, entendiendo el suicidio como la única salida a la situación.

3.) El **grupo**: El grupo maltrata, no es un mero espectador, ya que con su pasividad colabora a que dicho hostigamiento se produzca. La falta de apoyo de los compañeros hacia las víctimas, es el resultado de la influencia que los agresores ejercen sobre los demás, hecho muy frecuente en estos procesos. Así una persona que pertenece al grupo teme que si no participa en el acoso, sea el próximo acosado. Incluso a veces justifica su actuación impasible aludiendo a que se trata de asuntos personales en los que no debe meterse.

No hay que olvidar que el papel que ejerce el grupo como espectador, incita el afán de protagonismo del agresor (bully).

## SOLUCIONES

Los padres y los profesores e incluso la Administración educativa, debemos estar muy atentos a cualquier indicio que pueda llevar a sospechar que existe acoso escolar a un adolescente.

En el caso de los **padres**, si observan que su hijo está teniendo problemas con otro compañero, debe poner en conocimiento de los responsables del centro dicha situación.

El principal problema es que en la inmensa mayoría de los casos, los hijos no cuentan nada a los padres por temor a represalias del propio acosador, por lo que los padres deberán estar pendientes y ser observadores.

Si el niño repentinamente no desea ir al colegio, sus notas han bajado alarmantemente, parece angustiado, ausente, tiene pesadillas o llega a casa con los libros rotos o con heridas, tal vez esté siendo víctima de un acoso y necesita todo el apoyo que su familia pueda darle.

Por otro lado, para evitar que se produzca este comportamiento violento en algunos niños, es necesario que los padres sean conscientes de la necesidad de educar desde muy temprana edad, corrigiendo las malas formas y conductas de sus hijos. En toda familia debe haber unas reglas que cumplir y unos modos de actuar.

Los padres deben saber lo que hacen sus hijos y con quién van. Tener una comunicación cordial y fluida con los hijos facilita el control sobre los mismos y, por tanto, ayuda a prevenir que su hijo pueda convertirse en un hostigador.

En el caso de que su hijo este sufriendo hostigamiento puede ayudarle de la siguiente manera:

1. Si usted se ha enterado por terceras personas de que su hijo es víctima del acoso escolar, no le riña por no contarlo. Intente ser comprensivo, dado que en esos momentos necesita su comprensión. Si le riñe, puede que su hijo confíe menos en usted. Charle con el de una forma abierta, transmítale que cuenta con su apoyo e intente transmitirle que contar lo que le sucede no es malo ni de chivatos, al contrario, es lo que se debe hacer.
2. Nunca le diga a su hijo que se defienda con la violencia o que intente arreglar el sus problemas a solas, si el pudiese arreglárselas solo no le pediría ayuda a usted.
3. Cuando su hijo le esté contando lo que le hacen, manténgase entero/a, no es conveniente que su hijo le vea sufrir, ya sufre el por si solo, así que aunque usted también sufra por lo que su hijo le cuenta, intente mantenerse entero, si usted se echa a llorar o reacciona bruscamente cuando su hijo le cuente lo que le hacen, solo conseguirá cargarle a este con mas sufrimiento.
4. Vaya a hablar con el tutor o con la dirección del centro para poder solucionar el problema.

## Fichero descargado de la página [www.prevenciondocente.com](http://www.prevenciondocente.com)

5. Si el problema es grave, no mande a su hijo al colegio mientras este dure y se busca una solución, recuerde que el bienestar de su hijo es más importante que los estudios.
6. Nunca está de más consultar a un Psicólogo infantil, si el colegio dispone de uno llévelo, si no llévelo a uno de la seguridad social o de pago, eso ya a su elección. Siempre es bueno eliminar los traumas que esta experiencia le pueda crear.
7. Meta a su hijo en una actividad extraescolar, puede ser una buena forma para que este se sienta útil y de paso, levantarle la autoestima.
8. Si a pesar de todo, el problema persiste cambie a su hijo de colegio, seguro que en el nuevo el podrá hacer nuevos amigos.

En el caso del **centro educativo**, lo primero que tiene que reconocer es que en su centro puede haber bullying, no cerrando los ojos a la realidad.

Desde el Centro se deben realizar una serie de políticas antibullying, para conseguir un centro seguro. Esto supondría:

- Activar el Reglamento del centro, darlo a conocer a los alumnos y expresarles que se reaccionará de una manera u otra contra aquellos que lo infrinjan.
- Hacer encuestas bullying anuales para detectar posibles problemas que sean invisibles.
- Activar canales seguros y secretos de comunicación entre la dirección o los tutores y los alumnos.
- Buzones de sugerencias abiertos permanentemente.
- Tratar el tema a través de las tutorías.
- Poner supervisores o vigilantes para recreo, comedor, y otras zonas de riesgo (cuartos de baño).
- Introducir en las tutorías temas de educación en valores, convivencia, compañerismo, civismo, no agresión; respeto y tolerancia.
- Con agresores y víctimas, intervenir rápida, directa y contundentemente (tolerancia cero).

Por parte de los **profesores**, debe existir implicación en el tema, de forma que se ponga en conocimiento de la dirección cualquier acto que pueda ser sospecho de acoso entre alumnos. Se debe promover y potenciar la comunicación alumno-tutor, concienciando a los niños de la obligación de informar si son testigos o víctimas de intimidación. En el caso de los tutores es conveniente trabajar en las horas de tutoría valores como educación en valores, convivencia, compañerismo, civismo, no agresión; respeto y tolerancia

Por parte de la **Administración educativa**, debe articular pautas de actuación y ponerlas en manos de los docentes para que seamos capaces de detectar dichas situaciones, y para que una vez sean detectadas, sepamos como actuar ante ellas. Muchos docentes no detectan el “bullying” porque desconocen sus manifestaciones, indicios, causas o consecuencias.

La lucha contra el acoso escolar no puede seguir siendo solo una labor voluntariosa de los y las docentes y de las familias. Debe ser la Administración educativa quién dirija y encabece una lucha organizada contra el *bullying* en todos los centros educativos, destinando para ello los recursos que sean necesarios”. Recursos que podrían ir desde la formación del profesorado en el tema, hasta campañas de sensibilización, incluyendo la creación de un teléfono público de atención al menor para estos casos, como ocurre en otros países.

No se trata de criminalizar a unos ni de justificar a otros, en suma. Se trata de cooperar en conjunto para ir solventando lo que ya es un grave problema.

### **PARA ESCOLARES EN APUROS**

**Nora Rodríguez, experta en bullying y autora de la “guerra en las aulas”, ha elaborado un decálogo de medidas a tomar por parte de los escolares que están sufriendo bullying.**

1. Ignorar al bully y a sus secuaces. El bully ataca al que le responde, no al que lo ignora. Cuando es ignorado se desmorona, de ahí que ante una provocación una respuesta ingeniosa sea «¿Y?». Es como decir, ¿qué me quieres decir con eso? Y nunca llores en su presencia, no te enfades, ni le demuestres que te molesta. Si estás dolido que no se note.
2. Si te ves obligado a responder dile con tranquilidad: NO soy lo que tu piensas. O bien contesta con una broma. Si te dice «eres horrible», contéstale «me alegra que te hayas dado cuenta».
3. Busca apoyo en tus padres, en un profesor o adulto en el que confíes. Ellos pueden pedir responsabilidades al colegio y solicitar que tomen medidas en un plazo máximo de una semana. Y si crees que estás en peligro corre. Huir y refugiarse donde haya un adulto no es de cobardes, es protegerte.
4. Escribe una carta explicando lo que ocurre a tus padres, al director de la escuela o a algún profesor en el que confíes.
5. Habla con tus padres para no asistir a clase si eres víctima de acoso físico o psicológico.
6. Si eres objeto de chistes, burlas y bromas de mal gusto hazte de un grupo de amigos de tu barrio que te acompañen hasta la escuela y hasta tu casa, al menos mientras el acoso dure. En cualquier caso, no andes solo.
7. No estés cerca de tu acosador, ni te enzarces con él en disputas. No te fíes de él si quiere hacerse pasar por tu amigo.

Fichero descargado de la página [www.prevenciondocente.com](http://www.prevenciondocente.com)

8. Si un compañero te hiere con un bolígrafo o cualquier otro tipo de arma, pide a tus padres que lo denuncien a la policía.

9. Intenta que en tu colegio haya una página web donde niños que sufren acoso puedan contar anónimamente lo que les pasa.

10. Intenta que en cada curso un especialista dé charlas sobre qué es el acoso y cómo afecta psicológicamente a quienes lo padecen, que incluso llegan al suicidio.

### **COSAS QUE NO DEBEN HACERSE EN CASO DE BYLLYING:**

- No use la violencia contra los agresores. Puedes ser acusado de malos tratos a hacia los mismos, que suelen ser menores de edad.
- No le diga al niño/a o joven víctima que se ocupe de solucionar sus propios problemas. Si ellos pudieran, no le habrían pedido ayuda.
- No intente ocuparse de este problema por su cuenta.

### **ENLACES DE INTERÉS**

Si quieres más información sobre el tema, puedes acceder a ella mediante los siguientes enlaces:

Portal específico sobre bullying con foro de debate incluido sobre el tema:  
<http://noalbullying.webcindario.com>

Portal sobre acoso moral, con un apartado específico sobre bullying:  
<http://www.acosomoral.org/indexbully.htm>

Programa educativo de prevención de maltrato entre compañeros y compañeras, elaborado por la Junta de Andalucía:  
<http://www.el-refugioesjo.net/hostigamiento/convivencia.pdf>

[www.prevenciondocente.com](http://www.prevenciondocente.com)

Fichero descargado de la página [www.prevenciondocente.com](http://www.prevenciondocente.com)

Informe del Defensor del Pueblo sobre violencia escolar:  
<http://didac.unizar.es/abernat/zgeneral/VESCTODO.pd>

[www.prevenciondocente.com](http://www.prevenciondocente.com)

