

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

EL ACOSO ESCOLAR: UNA PREOCUPACIÓN ACTUAL

El acoso escolar es un fenómeno que, hoy en día, provoca una enorme preocupación tanto en las familias como en el profesorado. Los medios de comunicación se hacen eco del mismo, lo que contribuye a la difusión de sus efectos y a crear una cierta alarma social.

Pero lo cierto es que se trata de un fenómeno que se da en todas las sociedades en las que existe educación formal, y su incidencia es bastante menor de lo que se piensa. A pesar de ello, produce un gran sufrimiento en quienes lo padecen, por lo cual es preciso actuar decididamente cuando se detecta, sabiendo que es una conducta absolutamente inadmisible.

Se considera que existe maltrato entre iguales cuando un alumno o alumna se ve expuesto, de forma repetida y durante un tiempo, a diferentes formas de acoso u hostigamiento por parte de un compañero, compañera o grupo de compañeros, de manera que la víctima queda situada en una posición de inferioridad frente al agresor o agresores de la que no es capaz de salir por sus propios medios.

El maltrato entre iguales puede adoptar diversas formas, entre las cuales las más características son:

- La exclusión social.
- La agresión verbal directa (insultar) o indirecta (poner motes, sembrar rumores dañinos).
- La agresión física directa (pegar) o indirecta (esconder, robar o dañar propiedades ajenas).
- La intimidación, amenaza o chantaje.
- Acoso cibernético (hostigamiento por medio del correo electrónico, móvil, mensajes de texto, Tuenti, Facebook, etc).
- El acoso o abuso sexual.

Educación para la convivencia:

No todas las situaciones de violencia o agresiones entre escolares pueden considerarse maltrato por abuso entre iguales. En ocasiones, resulta difícil determinar cuándo se trata de un juego entre iguales y cuándo son acciones violentas con intención de hacer daño. La principal diferencia es que el maltrato

supone desequilibrio de poder (la víctima se encuentra en situación de inferioridad) y se ocasiona un daño perdurable a la víctima.

Las situaciones de maltrato se mantienen debido a la ignorancia o pasividad de las personas que rodean a los agresores y a las víctimas sin intervenir directamente. Así, se convierte en muchos casos en una realidad oculta ante los ojos de todos.

Se inicia en los primeros años, tiene su punto alto entre los 9-14 años y disminuye a lo largo de la adolescencia. Algunos autores han tratado de definir las características de los/as niños/as y jóvenes que se convierten en víctimas o agresores. Sin embargo, no hay reglas fijas, ni debemos caer en estereotipos: **cualquier escolar**, independientemente de sus características personales, **puede convertirse en agresor o víctima de un acto de maltrato por abuso de poder.**

Secuelas y consecuencias a largo plazo en las víctimas y acosadores

a) En la víctima

- Estrés
- Depresión
- Ansiedad
- Flashbacks
- Ideas suicidas
- Deterioro de la autoestima
- Somatizaciones diversas
- Auto imagen negativa

b) En el agresor

- Generalización de su conducta para establecer vínculos sociales
- Aumento de los problemas que le llevaron a abusar de su fuerza
- Disminución de su capacidad de comprensión moral y empatía
- Incremento de la identificación con el modelo de dominio-sumisión que subyace tras el acoso.
- Riesgo de seguir utilizando la violencia en el futuro en el mismo y en otros contextos.
- Posibilidad de que el acoso sirva de antesala a conductas delictivas.

c) En los espectadores pasivos

- Refuerzo de las posturas individualistas y egoístas.
- Falta de sensibilidad ante los casos de violencia.
- Valoración positiva de la conducta agresiva.
- Apatía
- Insolidaridad respecto a los problemas de los demás.
- Riesgo de ser en el futuro protagonistas de la violencia.

¿Qué podemos hacer los padres y madres?

Podemos **AYUDAR** en el proceso:

- ü Si mostramos tranquilidad.
- ü Si nos ponemos en contacto con el centro escolar.
- ü Si permitimos que nuestro hijo/a participe en la toma de las decisiones sobre lo que hay que hacer.
- ü Si escuchamos atentamente, sin trivializar el hecho.

Podemos **DIFICULTAR** el proceso:

- Si nos alteramos o angustiamos perdiendo los nervios.
- Si nos sentimos culpables o avergonzados por las conductas de nuestro hijo/a.
- Si hacemos creer al niño o niña que la situación no tiene importancia.
- Si culpamos a otros/as niños/as o a la escuela.
- Si exigimos saber de inmediato lo ocurrido, antes de que haya podido indagarse todos los pormenores.
- Si buscamos y nos conformamos con soluciones rápidas y fáciles.

Debemos recordar que nuestros hijos o hijas pueden ser víctimas, agresores u observadores de una situación de maltrato.

Si sospechamos que nuestro hijo/a está involucrado en una situación de maltrato, podemos dar los siguientes pasos:

1. Escuchar de manera comprensiva, dándole la importancia que tiene: no debemos considerarlo *"cosa de chicos"*.
2. Comprobar si lo que cuenta es cierto, y no fruto de su imaginación.
3. Animarle a buscar ayuda, a buscar a alguien de confianza.
4. Ponernos en contacto con el centro y solicitar la intervención del profesorado.
5. Colaborar con el centro escolar en la puesta en marcha de actuaciones inmediatas para detener la situación.
6. Colaborar con el centro escolar para mejorar a medio y largo plazo las relaciones entre los involucrados.
7. Favorecer una solución adecuada, apoyando a nuestro hijo o hija pero también enseñándole a asumir la responsabilidad que pueda corresponderle.

¿CÓMO ENSEÑAR A NUESTROS HIJOS E HIJAS A RELACIONARSE DE UN MODO POSITIVO?

La **asertividad** es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás. La persona asertiva conoce sus propios derechos y los defiende, respeta a los demás, por lo que no piensa ganar en una disputa o conflicto sino que busca de forma positiva los acuerdos.

En nuestras relaciones sociales, las personas podemos comportarnos de distinta manera:

1. **De manera agresiva.** Son ejemplos típicos de este tipo de conducta la pelea, la acusación y la amenaza, y en general todas aquellas actitudes que signifiquen agredir a los demás sin tener para nada en cuenta sus sentimientos.
2. **De forma pasiva.** Se dice que una persona tiene una conducta pasiva cuando permite que los demás la pisquen, cuando no defiende sus intereses y cuando hace todo lo que le dicen sin importar lo que piense o sienta al respecto.
3. **De manera asertiva.** Una persona tiene una conducta asertiva cuando defiende sus propios intereses de forma correcta, expresa sus opiniones libremente y no permite que los demás se aprovechen de ella, pero, al mismo tiempo, respeta la forma de pensar y de sentir de los demás.

Para enseñar a nuestros/as hijos/as a ser más asertivos/as podemos hacer lo siguiente:

- § Transmitir seguridad, confianza en que el problema tiene solución.
- § Describir objetivamente el problema, y una forma sencilla es la de escucharle, dedicarle tiempo para descubrirlo, ser empáticos (ponernos en su lugar y ver el problema desde su punto de vista).
- § Reforzar las capacidades, lo que hace bien, con frases tales como: "muy bien, has demostrado que eres capaz de controlar la situación y decidir por ti mismo/a".
- § Dirigirnos a los hijos/as de forma positiva y constructiva ("la próxima vez hazlo mejor") en lugar de negativa y destructiva ("no debes hacer así esto"). El lenguaje positivo implica expresarse de forma afirmativa y fijarse en lo que está bien. El lenguaje negativo hace hincapié en lo erróneo, en los defectos...

Tomado de: Convivencia Escolar. Guía Familias. Junta de Castilla La Mancha.