

¿QUÉ HACEMOS SI NUESTRO HIJO SUFRE ACOSO ESCOLAR?

- No menospreciar, en ningún momento, la versión de nuestro hijo. Pedirle que os explique qué ha ocurrido, cuándo empezó, cómo, dónde, quiénes.
- No dejar que pase el tiempo, averiguar si realmente ha ocurrido lo que nos cuenta.
- Ponerse en contacto con su tutor, recabar información e intervención (con el consentimiento del hijo)
- Si es posible, hablar con los padres del agresor o agresores.
- Fijar una estrategia entre todos (padres y profesores), para ayudar a la víctima y al agresor.
- Buscar una solución ajustada al daño ejercido.
- Pedir a nuestro hijo que modifique aquellas conductas que puedan irritar o provocar.
- Si existen agresiones físicas, llevarlo al pediatra para que le haga una revisión.
- Si es necesario, presentar una denuncia ante la policía o el fiscal de menores.

¿CÓMO RECONOCER, EN EL CENTRO ESCOLAR, SI UN ALUMNO SUFRE ACOSO?

- Espera que no haya nadie para irse a casa.
- Faltas injustificadas a clase.
- Busca la cercanía de adultos en los espacios abiertos.
- Tristeza, humor inestable, irascibilidad, nerviosismo.
- Rutas ilógicas para ir y volver al centro escolar.
- Aislamiento social evidente en el recreo.
- Busca amigos y compañeros de juego de menor edad.
- Le faltan cosas: bolígrafos, calculadora, estuches, ...

¿CÓMO ABORDAR EL ACOSO ESCOLAR?: MÉTODO PIKAS

Es uno de los métodos más sencillos y útiles para abordar el tema del acoso escolar desde un enfoque educativo. Trata de conseguir que los miembros del grupo, de forma individual:

- Tomen conciencia de la situación a través de charlas individuales,
- Reflejen sus razones más íntimas.
- Aporten soluciones.
- Asuman su responsabilidad en el problema.
- Acepten el sufrimiento que están causando.

SE PUEDE PEDIR AYUDA POR INTERNET

Existe un **BUZÓN CONTRA EL ACOSO ESCOLAR** donde cualquier persona puede denunciar un caso. La forma de utilizarlo es la siguiente: en la página www.educarex.es (seleccionamos en primer lugar "alumnado", después el icono "si te molestan no calles" y entraremos directamente al formulario de denuncia que nos pide la siguiente información: nombre y apellidos (no obligatorios), correo electrónico o teléfono, centro educativo y un apartado para contar el caso.

TEXTO: Manuel Fernández Díaz (Maestro, Psicólogo y Profesor de Secundaria)
ILUSTRACIÓN: Diego Serván Rubio (Maestro)

ACOSO ESCOLAR: UN RETO EDUCATIVO

MANUEL FERNÁNDEZ DÍAZ



¿QUÉ ENTENDEMOS POR ACOSO ESCOLAR O BULLYING?

- Se trata de una conducta de acoso físico y/o psicológico de un alumno contra otro, que evoluciona en el tiempo, donde siempre aparecen tres actores principales: el acosador, la víctima y los espectadores.
- La conducta de maltrato ha de darse de forma repetida y durante un tiempo prolongado.
- Puede realizarse de forma individual o colectiva.
- No suele existir provocación por parte de la víctima.
- Suele existir desequilibrio de poder: situación de dominio-sumisión entre los protagonistas.

¿QUÉ NO ES ACOSO ESCOLAR?

No todo acto violento en el entorno escolar puede considerarse acoso escolar, es más, la mayoría no lo son: peleas espontáneas, malas relaciones, insultos esporádicos, empujones, discusiones, etc. y todas aquellas situaciones donde los protagonistas mantengan un mismo nivel psicológico.

¿CÓMO CONOCER LA PROFUNDIDAD DEL PROBLEMA?

No todos los casos de acoso escolar tienen las mismas características. Tampoco se empieza a actuar en el mismo momento del proceso. A veces abordaremos el problema en sus comienzos y, otras veces, los roles estarán tan instalados en sus protagonistas, que será más laborioso llegar a una solución.

Para saber en qué fase se encuentra el acoso, es importante saber el estado emocional de la víctima, el grado de indiferencia y aceptación de los alumnos espectadores y la implicación directa del grupo que apoya al acosador.

Si el alumno víctima se siente culpable y merecedor de lo que le está ocurriendo, estamos ante una fase muy avanzada del bullying y, por tanto, peligrosa.

CONDUCTAS DE MALTRATO QUE PUEDEN PRODUCIRSE:

ACOSO FÍSICO

- Golpes
- Empujones
- Impedir el paso
- Retener
- Romper cosas
- Robar material

ACOSO VERBAL

- Insultos
- Burlas.
- Motes hirientes.
- Amenazas.
- Gestos obscenos.
- ...

ACOSO PSICOLÓGICO

- Humillaciones.
- Difundir rumores.
- Chantajes.
- Poner en ridículo.
- ...

ACOSO SOCIAL

- Rechazos continuados
- Hacer el vacío.
- Aislamiento.
- ...

CIBER

- Mensajes a móviles.
- Insultos en chats.
- Correos electrónicos amenazantes.
- ...

RACISTA

- Discriminación.
- Intolerancia.
- Expresiones racistas.
- Comentarios xenófobos.
- ...

CONSECUENCIAS DEL ACOSO ESCOLAR EN LA VÍCTIMA

- Inseguridad
- Baja autoestima
- Síndrome de estrés
- Bajo rendimiento escolar
- Trastornos de ansiedad
- postraumático infantil
- Miedo
- Depresión

POSIBLES REACCIONES DE LA VÍCTIMA

- Soportar hasta aislarse: no asistir a clase, no salir a la calle, no tener amigos.
- Reaccionar impulsivamente contra otros, pasando a ser acosador.
- Llevar a cabo una autoagresión: Dejar de comer, comer en exceso y, en casos extremos, atentar contra su vida.

¿A QUIÉN ACUDEN LOS ALUMNOS QUE SUFREN ACOSO?

- El 60% a los amigos
- El 15% a los profesores
- El 35% a su familia
- Una gran mayoría, a nadie

MOMENTOS Y LUGARES PROPICIOS PARA EL ACOSO ESCOLAR.

- Entradas y salidas
- Recreos
- Comedor
- Baño
- Vestuario
- Pasillos
- Escaleras
- Fuera del centro
- Otros

EDADES DONDE SUELE DARSE EL ACOSO ESCOLAR.

Los últimos estudios realizados sitúan la mayor incidencia en los últimos cursos de la etapa de primaria y primeros cursos de la secundaria.(de 9 a 14 años)

RASGOS QUE GENERAN VULNERABILIDAD.

- Ser tímido.
- Rasgos físicos: estar gordo, usar gafas, ser bajito, tener las orejas grandes, ...
- Pero esto sólo no explica toda la violencia entre iguales. Además debe darse una situación en la que la víctima responda como quiere el acosador y, de esa manera, el "juego" cobra sentido.
- Ser introvertido.
- Rasgos académicos: ser buen alumno/a (empollón)

CARACTERÍSTICAS DEL AGRESOR.

- En general, suelen ser malos estudiantes. Con el comportamiento agresivo intentan compensar ese fracaso.
- Suelen manejar bien sus habilidades sociales, pero no saben usarlas para relacionarse sanamente con los otros compañeros.
- Han aprendido que las relaciones interpersonales se rigen por el esquema de dominio-sumisión.
- Perciben bajas expectativas en sus padres y, a veces, también en sus profesores.
- Suelen ser alumnos con muy poco o mucho control familiar.
- Suelen encontrar cómplices, más débiles, que les jalean.
- Se trata de un líder, pero en negativo.
- Ocasionan agresiones físicas frecuentes.
- Suelen malinterpretar las señales no verbales de sus iguales, respondiendo con violencia ante cualquier gesto que no entienden.
- Predisponen a compañeros de clase contra otros alumnos.
- Resaltan constantemente defectos físicos de otros.
- Rompen, desordenan, gastan bromas pesadas.
- Hacen chantajes a otros compañeros.
- Amenazan verbalmente de forma pública.
- Insultan, humillan, ridiculizan.

¿CÓMO RECONOCER QUE MI HIJO ESTÁ SUFRIENDO ACOSO ESCOLAR?

Si su hijo está sufriendo acoso escolar, puede presentar estos comportamientos:

- Miedos nocturnos, vuelve a mojar la cama, tics nerviosos, irritabilidad, dificultades para conciliar el sueño.
- Falta al colegio sin que lo sepamos. Cuandole preguntamos por qué, da explicaciones poco convincentes.
- Pasa en casa más tiempo del deseable.
- Tiene heridas, moratones.
- Se muestra asustadizo, distraído, como ausente.
- Finge que está enfermo, exagerando cualquier dolencia: dolor de cabeza, tripa, etc.
- Con frecuencia le faltan o pierde cosas.
- Concierta frecuencia trae la ropa con rasgones.
- Presenta fobia al colegio.