



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE DE 2008

## “¿CÓMO PODEMOS DETENER EL BULLYING”

AUTORÍA <b>M<sup>a</sup> ELENA RAMÍREZ PRADO</b>
TEMÁTICA <b>Organización escolar</b>
ETAPA <b>E.P.O</b>

### Resumen

El artículo que nos ocupa está basado principalmente en una serie de estrategias, medios y señales para la detección del bullying, puesto que la violencia hoy día se está convirtiendo en una materia razonada de preocupación, a través de expresiones, episodios penosos y trágicos, que irrumpen en el conocimiento público hechos que tienen lugar en una institución básica para la formación del ciudadano como es la Escuela.

### Palabras clave

Conflictividad

Señales

Acosador

Víctimas

### 1. Introducción

Es evidente que las estrategias para detectar el, bullying dependerán de cada centro escolar, de sus objetivos y del compromiso del profesorado. Es evidente también que algunos cuestionarios, probablemente los más conocidos, como los directos, con preguntas del tipo “¿alguna vez te han pegado tus compañeros?” no dan resultados reales, por dos motivos: porque llevan a confundir conductas violentas aisladas con una situación de acoso permanente, por lo que tal vez sólo sirvan para detectar las primeras.

Una víctima puede convertirse, alguien del grupo puede estar jugando a dos bandas a favor del acosador y de la víctima, o el acosador puede ocupar el lugar de la víctima del grupo. Entonces, ¿desde qué lado responde al cuestionario un chico o una chica que desempeña un doble papel?



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE DE 2008

Teniendo en cuenta las dificultades que existen, las estrategias de detección deben ir encaminadas, por un lado, a detectar qué alumnos ocupan los dos lugares principales y, por otro, a observar las señales que habría que tener en cuenta para detectar el acoso.

## 2. SEÑALES

- El clima de tensión permanente. Una de las señales de que en un grupo se está viviendo una situación de bullying es o bien la tensión permanente que se vive en clase, acorde a la frecuencia de actitudes disruptivas, o bien lo que se conoce como calma tensa, es decir, un ambiente de aparente cordialidad donde se ve explícitamente cómo unos alumnos se ríen, se burlan o molestan a otro que cada vez intenta ocupar un menor espacio en la clase o en el patio, o que se queda rezagado cuando se forman los grupos. La tensión suele explotar en el grupo por nimiedades y aumenta a medida que el día avanza. Es en este medio hostil cuando algunos profesores prefieren hacer como si no pasara nada.
  
- Alumnos que están frecuentemente implicados en los conflictos. Otra señal a tener en cuenta son los alumnos que se involucran a menudo en disputas. Hay que saber, no obstante, que el verdadero acosador no siempre es visible. A veces se camufla en medio de un grupo de cuatro o cinco que se comportan como verdaderos matones, sin disimulos. En otros casos el acosador aparece ante la mirada del profesor como amigo de la víctima, y la propia víctima llega a creerlo así. El doble juego del cabecilla puede hacer incluso que sus compañeros lo tengan bien considerado debido a que todo el grupo está convencido de que la víctima es dañada porque se lo merece, porque molesta. Este convencimiento grupal puede llevar a un acosador a mantener su estatus durante varios cursos, por lo que convendrá aplicar estrategias para determinar que es él y no otro el violento. En ocasiones puede ser interesante hacer un seguimiento de quiénes son los alumnos que están siempre implicados en los conflictos y quiénes son los que lo están sólo de vez en cuando, pero que se mantienen a lo largo del tiempo.
  
- Las ausencias del centro escolar. Cuando hay caso de bullying en los centros escolares es común que los alumnos acosados no acudan a clase. A veces inventan excusas en su casa, van al centro pero no llegan a entrar. El control de las ausencias es muy importante para saber si en el aula hay situaciones de agresión permanente. La fobia a ir a clase y la necesidad de evitar la marginación o de hacer el ridículo frente a los compañeros son sólo algunas de las razones que llevan a un alumno a ausentarse del centro. Pero estas



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE DE 2008

ausencias no son los únicos detalles visibles, también hay cambios de humor, de conducta, un mayor nerviosismo y enfermedades fingidas. El niño incluso puede iniciar una huida hacia delante, por ejemplo, refugiándose en los estudios o, si es adolescente, saliendo más y bebiendo alcohol en edades tempranas.

- ¿Qué espacio ocupan los alumnos en clase y en el recreo? Los chicos excluidos suelen estar cerca de las esquinas del patio si es cerrado; en un lugar apartado de los acosadores o en el primer banco en clase, y suelen salir de los últimos o los primeros cuando acaba la jornada. Lo que intentan con ello es ocupar poco espacio, no ser vistos. A diferencia de la víctima provocadora, que rompe el espacio de seguridad entre él y los demás, los chicos excluidos y acosados intentan pasar inadvertidos.

### 3. LAS ESTRATEGIAS DE DETECCIÓN

*Cuestionarios indirectos para detectar a los posibles alumnos violentos.*

La mayoría de los chicos y chicas violentos suelen estar convencidos de que su violencia está justificada, que la usaron porque era lo que debían hacer o porque se trataba de algo inevitable, porque decididamente no había otra opción. Al menos éstas son las excusas que suelen dar cuando no tienen otra alternativa más que confesar sus actos vandálicos, aunque en el 90% de los casos, al ser interrogados por primera vez, siempre los nieguen.

La justificación de la violencia encubre una actitud de falsa seguridad que los convierte en héroes ante la mirada pasiva de los demás, mientras que la víctima es vista como un ser despreciable.

Es probable que la víctima, admita el acoso, pero no denunciará al acosador. Por ellos, los cuestionarios indirectos suelen ser muy eficaces a la hora de detectar quiénes son los posibles chicos violentos y están pensados a partir del estilo de razonamiento de la mayoría de los acosadores escolares.

Las claves para la creación de estos cuestionarios indirectos son:

- 1- No es suficiente con preguntar; “¿Has pegado a un compañero alguna vez?”. No hay que esperar a que el agresor muestre abiertamente su prepotencia, seguramente generada por su fracaso en algún o diversos ámbitos.
- 2- Siempre conviene preguntar por los motivos del agresor (“¿Has hecho daño a alguien alguna vez sólo para gastar una broma?”). No hay que olvidar que las



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE DE 2008

bromas a menudo se relacionan con las agresiones, ya que son un intento por parte del agresor de restar dureza a la propia situación de violencia. Además encajan con el tipo de maltrato más frecuente en el bullying, los insultos. Finalmente, estas supuestas bromas también están relacionadas con la idea del bullying como respuesta a una provocación.

- 3- ¿Hay chicos en tu clase a los que llamarías “distintos” y a los que te has visto en la obligación de pararles los pies? ( esta cuestión es interesante porque está relacionada con el rechazo y la exclusión).

Como se puede comprobar, los cuestionarios indirectos no buscan sólo averiguar si un chico es víctima, sino ver al mismo tiempo dónde están los agresores. Es evidente que en un cuestionario habrá algunas preguntas neutras y otra del tipo “¿Se han burlado de ti alguna vez?”, “¿Más de una vez?”, “¿Demasiado a menudo?” con el objetivo de encontrar a aquellos alumnos que pueden estar ocupando el lugar de víctima.

Este cuestionario lo usaron un grupo de profesores, orientadores, tutores y asistentes sociales de un centro de Canarias, donde se introdujeron preguntas indirectas dentro de otra batería de preguntas para detectar víctimas y posibles acosadores. Partiendo de que cada cuestionario debe adaptarse a una realidad social, en este caso el objetivo era dar un primer paso para detectar el nivel de violencia en las aulas y la posibilidad de que hubiera alumnos acosados o con tendencia a acosar a otro. Los alumnos respondieron al cuestionario de forma anónima.

- ¿Crees que está justificado que alguien use la violencia para defender sus ideas?
- ¿Crees que si alguien se defiende usando la violencia su grupo de amigos lo admitirá?
- ¿Crees que hay niños quejicas en tu clase?
- ¿Alguna vez has sido sancionado por pegarle a alguien y lo has considerado injusto porque no era para tanto?
- ¿Crees que los demás sólo se fijan en los derechos de otros compañeros y se olvidan de los tuyos siempre?
- ¿Te parece que los chicos de tu clase dan más importancia a las cosas de las que en realidad tienen?
- ¿Has tenido que amenazar o asustar a alguien para hacer valer tu opinión?
- ¿Alguna vez te han acusado de pegar a alguien cuando sólo se trataba de una broma?
- ¿Crees que las demás personas son las culpables de tus problemas?

*Cuestionarios indirectos para detectar a la posible víctima*



**ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 13 – DICIEMBRE DE 2008**

Del mismo modo, es posible realizar cuestionarios indirectos para detectar posibles víctimas. Cada centro puede elaborar los que considere adecuados, pero he aquí el modo en que se sugiere que se formulen las preguntas:

- ¿Crees que los demás exageran a la hora de analizar o comprender tus actos?
- ¿Te has visto en la obligación de pegar alguien para evitar que se metiera contigo?
- ¿Crees que tus compañeros tienen razón al meterse contigo?
- ¿Crees que tus problemas no tienen solución?
- ¿Consideras que hay razones para que algún compañero/a te moleste dentro o fuera de este centro?

*El buzón de socorro, el buzón amigo, el buzón de denuncias, o como se lo quiera llamar, da excelentes resultados porque los alumnos se sienten libres para denunciar.*

Lo único que se les pide es que expliquen lo que pasa en una carta anónima, donde, eso sí, debe figurar el curso. Los alumnos/as responden muy bien a este tipo de estrategias porque no se sienten “chivatos”. Es conveniente explicarles que cuantas más cartas se reciban en el buzón, más pronto podrá tomar medidas el centro escolar.

*E-mails de ayuda, teléfonos gratuitos y webs de información del centro.*

Hoy se sabe que muchos chicos/as han podido salir de situaciones de acoso con la ayuda del centro gracias a estos medios. Todos ellos tienen un carácter estrictamente confidencial

- E- mail de ayuda: se trata de una dirección de correo donde los alumnos pueden escribir lo que les ocurre a ellos o a otros.
- Teléfonos gratuitos: Ofrecen un servicio permanente antiviolencia, las veinticuatro horas del día. Lo ideal es que estén en los Ayuntamientos.
- Web de información perteneciente al centro. Da la seguridad de que el centro se preocupa por la violencia. La web puede estar gestionada por los alumnos de ciclos superiores.
- Detección en el autobús escolar y a la entrada o salida de la escuela. Para detectar problemas de violencia en estos lugares el voluntariado y los propios padres pueden desempeñar un papel importante. Pueden organizarse grupos de compañía a la salida y a la entrada del colegio, así como en el autobús, donde se pueden establecer zonas de descanso y de juego, si se trata de autobuses exclusivos para el colegio. En este sentido, el trabajo de los voluntarios y de las ONG es útil para informar a los padres y explicarles cómo controlar los “puntos calientes”.
- Pizarra de denuncias: Una estrategia fundamental es la de colgar pizarras en los pasillos donde los chicos pueden clavar un papel que diga, por ejemplo, “Acoso en primero a...”.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE DE 2008

Desde el momento en que se coloca la pizarra se explica a los alumnos que servirá para que nadie se sienta señalado por querer ayudar. Los alumnos deberán comprender que se trata de un medio de ayuda para que ellos se sientan más seguros y resuelvan sus problemas.

- Folios de quejas por correo: se entregan a principio de curso y están destinados sólo a conflictos entre iguales. Estos folios se dividen en tres partes diferenciadas, donde se explica el conflicto, quiénes intervinieron y cómo se podría solucionar. Generalmente se entregan cinco por alumno. La ventaja de estos folios es que aseguran el anonimato, pues se envían por correo.

### 3.1 Qué hacer cuando se detecta el bullying en cualquiera de sus fases

Cada centro educativo debe decidir en última instancia cómo actuará cuando se detecta una situación de bullying. Independientemente de la opción que elija, habrá que intervenir, y el primer paso será proteger a la víctima. No obstante, existe una gran diferencia entre atajar el bullying cuando está en las primeras fases y cuando ya lleva tiempo practicándose.

Las primeras fases generalmente están más relacionadas con insultos, bromas pesadas, estigmatización de un compañero por un detalle sobresaliente,... Si bien esto es doloroso para quien lo padece, todavía es posible recuperar el equilibrio en el grupo con un trabajo profundo tanto con la víctima como con el que acosa, que debe recapacitar y reconocer el daño que ha hecho.

En ambos casos se hará un trabajo individual (con ayuda terapéutica), que repercuta en el bien social. El profesor y la dirección de la escuela deben tomar posición frente a la violencia entre iguales y determinar de antemano qué consecuencias tendrán que afrontar los chicos o chicas que acosen.

No se puede mirar para otro lado, pero tampoco estar desprevenidos. Por ellos, el que acosa deberá recibir ayuda terapéutica y realizar más trabajo de aprendizaje social, para ser, en el futuro, capaz de trabajar por el bien de otros. Se han comprobado los efectos negativos de dejar al acosador fuera de juego, sin ayuda psicológica y sin colaboración de los padres en ámbitos como, por ejemplo, un programa de rehabilitación de sus competencias como padres.

En muchos casos, estos chicos no son aceptados ni en el colegio ni en casa, lo que agrava el comportamiento violento, la desconfianza y la incapacidad de creer que pueden hacer algo por los demás. Como si ser excluidos del tejido social afianzara su visión particular de no cuidar las relaciones.



**ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 13 – DICIEMBRE DE 2008**

Tampoco ayuda que la familia sea demasiado sobreprotectora, porque invisibiliza la violencia, reafirma las conductas negativas o convierte al hijo en causa de su sufrimiento. Es por ello que cuando el bullying se detecta en las primeras fases hay que tener preparadas estrategias que refuercen la toma de conciencia por parte del acosador.

Todo el equipo docente y no docente debe estar de acuerdo en que, frente a la violencia, sólo es posible la tolerancia cero, protegiendo a la víctima y obligando a los violentos a asumir las consecuencias de sus actos.

El trabajo con el grupo debería estar encaminado a desmitificar a quien ejerce su poder mediante la violencia. Primero de un modo general, con ejemplos de la historia y luego con ejemplos más particulares, hasta que el grupo se atreva a plantear alguna inquietud. Lo importante es que todos los alumnos/as hablen de lo que les pasa para no arrastrar ellos también el miedo a decir lo que ocurre.

El trabajo con la víctima, que debe ser rápido, tiene como objetivo que ésta recupere su equilibrio original, que no se culpabilice. Hay que trabajar con los medios necesarios para que reduzca su nivel de estrés, no haga generalizaciones ni tenga una autoestima negativa. Eso dependerá en gran medida del apoyo psicológico que le ofrezca un profesional, de los padres y de las nuevas respuestas del grupo, aspectos que no pueden dejarse para más tarde.

Cuando el bullying se ha detectado en una fase en que la víctima se siente causante del problema, o ha experimentado un cambio de conducta, lo más importante es apartarla del acosador, y de quienes lo secundan, y tejer una red de protección afectiva a su alrededor

En primer lugar, debe tener cerca de su familia y a sus amigos, y disponer de la guía de una terapeuta para poder hablar de lo que le pasa. Algunas experiencias han demostrado que un trabajo artístico paralelo es de gran ayuda. En otros casos la elección de actividades que proporcionen nuevos amigos es muy positiva para el fortalecimiento interior.

Por último añadiremos cómo intervenir emocionalmente desde distintos puntos de vista:

La mediación del psicólogo/a siempre se enfocará en parar inmediatamente el comportamiento de acoso escolar y en guiar tanto a la víctima como al acosador hacia el encuentro de soluciones a largo plazo.

Trabjará con padres, estudiantes y profesores para equiparar la causa del problema y resolverlo juntos como equipo. En la intervención ocurrirá una o más de las siguientes acciones y se mantendrá una comunicación con las respectivas familias:





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 13 – DICIEMBRE DE 2008

**Para la víctima:**

- Apoyo psicológico individual para la víctima y su familia.
- Seguimiento para cerciorar que el comportamiento de acoso escolar se ha detenido.

**Para el acosador:**

Apoyo psicológico individual enfocado en ayudar al estudiante a:

- Examinar sus propias acciones.
- Repasar e identificar efectos de sus comportamientos sobre ellos mismos, sobre los otros y sobre toda la comunidad.
- Ayudar en la situación y comprometerse a modificar su conducta (disculparse y/o consecuencias disciplinarias).
- Aprender a expresar sus sentimientos o necesidades de maneras más apropiadas.
- El colegio puede pedir ayuda emocional externa de ser necesario.

Dar seguimiento para:

- Reconocer y apoyar el mejoramiento y cambio positivo y/o aplicar otras consecuencias disciplinarias si el comportamiento de acoso persiste.

Toda la documentación referente al incidente se archivará en la carpeta del estudiante.

#### 4. BIBLIOGRAFÍA

- MATAMALA, A Y HUERTA, E. (2005). *El maltrato entre escolares*. Madrid: Machado libros.
- WILLIAM VOORS. (2000). *Bullying. El acoso escolar*. Buenos Aires: Paidós.

Autoría

---

- Nombre y Apellidos: M<sup>a</sup> Elena Ramírez Prado
- Centro, localidad, provincia: San Fernando (Cádiz)
- E-mail: elenitarp\_09@hotmail.com