



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 37 – DICIEMBRE DE 2010

“BULLYING EN LAS AULAS”

AUTORÍA MARÍA DE LOS SANTOS SIERRA TORRES
TEMÁTICA COEDUCACIÓN
ETAPA EI, EP, ESO...

Resumen

Todavía hoy día se piensa que el acoso escolar se refiere exclusivamente a algo físico y externo como las peleas, patadas, empujones... y agresiones. Sin embargo, hay multitud de actitudes de acoso, verbal y psicológico, que tienen los mismos efectos devastadores, como son los insultos, vejaciones, críticas, motes, aislamientos... Es una realidad existente en nuestros centros a la que debemos de dar solución desde todos los ámbitos y en plena colaboración con padres, educadores y víctimas.

Palabras clave

Bullying, clima escolar, acoso, agresiones.

1. ¿QUÉ ES EL BULLYING?

Es un fenómeno que se ha empezado a estudiar como respuesta a la creciente violencia escolar, específicamente el maltrato e intimidación que se manifiesta cotidianamente, entre niños, niñas y adolescentes. Este comportamiento violento se da con la intención de dañar a otras personas; es persistente y repetitivo ya que puede durar, semanas, meses o incluso años.

El bullying se caracteriza porque quien lo ejerce, ostenta un abuso de poder (desequilibrio de fuerzas) y un deseo de intimidar y dominar a otras personas, en lugar de al otro. El bullying se da entre pares y sucede entre una o varias personas, aunque por lo general, se lleva a cabo entre varias personas, dejando a la persona que recibe el maltrato en total indefensión.

La persona que intimida causa en ésta última un daño físico y/o emocional, que se manifiesta con un descenso en la autoestima, estados de ansiedad e incluso depresión, dificultando su integración en el medio escolar y el desarrollo normal del aprendizaje. A su vez la persona que ejerce el maltrato aprende que por medio de la violencia puede llegar a lograr sus metas, tomando decisiones impulsivas y poco asertivas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 37 – DICIEMBRE DE 2010

De igual manera esto afecta a los demás compañeros y compañeras que observan el maltrato, ya que empiezan a ver este fenómeno como “natural”, lo cual con el tiempo, finalmente ocasiona que la población se insensibilice ante la violencia.

1.1. Tipos de bullying.

Tipos de bullying o acoso escolar:

- Físico: Pegar Patadas, puñetazos, mordiscos, empujones, agresiones con objetos, etc. Se da con más frecuencia en primaria que en secundaria.
- Verbal: Poner motes, insultos, menosprecios en público, resaltar defectos físicos, usar el móvil para intimidar a la víctima, sacarle fotos mientras se le pega y ponerlas en Internet, etc. Es el más habitual.
- Psicológico: minan la autoestima del individuo y fomentan su sensación de temor.
- Social: pretende aislar al joven del resto del grupo y compañeros.

1.2. Características.

El bullying o acoso escolar se caracteriza por:

- Conductas amenazantes y despreciativas: burlas, amenazas, agresiones, físicas, poner motes, ridiculizar, aislar a la víctima.
- El bullying implica una repetición continuada de las burlas o las agresiones y puede provocar la exclusión social de la víctima.
- Suele estar provocado por un alumno que se apoya en un grupo contra la víctima que se encuentra en minoría e indefensa.
- La víctima desarrolla rechazo, miedo al entorno donde sufre la violencia, pérdida de autoestima, tristeza, disminución del rendimiento escolar y si el acoso es continuado, depresión, ansiedad, tristeza.
- Como suele suceder con los acosos, se mantiene por la pasividad y la ignorancia de las personas que rodean tanto a la víctima como a los agresores.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 37 – DICIEMBRE DE 2010

- En el acoso escolar o bullying los agresores ven disminuida su capacidad de empatía, actúan sin ponerse en el lugar de la víctima a la que atacan. Se produce una conducta inadaptada violenta de agresión y rabia hacia otra persona.
- En las personas que observando los acosos y la violencia hacia las víctimas no hacen nada se da una falta de sensibilidad, apatía y solidaridad, hoy es otro el acosado pero mañana puedes ser tú.

1.3. Causas.

Las causas de este fenómeno de bullying o acoso escolar son múltiples y complejas. Existen, en nuestra sociedad, ciertos factores de riesgo de violencia, como la exclusión social o la exposición a la violencia a través de los medios de comunicación.

Sin embargo, carecemos de ciertas condiciones protectoras que podrían mitigar los efectos de dichos factores, como modelos sociales positivos y solidarios, contextos de ocio y grupos de pertenencia constructivos o adultos disponibles y atentos para ayudar.

1.3.1. La familia.

A través de la familia se adquieren los primeros modelos de comportamiento, que tienen una gran influencia en el resto de relaciones que se establecen con el entorno.

Cuando los niños están expuestos a la violencia familiar, pueden aprender a ver el mundo como si sólo existieran dos papeles: agresor y agredido. Por ello, pueden ver la violencia como la única alternativa a verse convertido en víctima.

Una situación de maltrato del niño por parte de los padres contribuye a deteriorar la interacción familiar y el comportamiento del niño en otros entornos:

- Disminuye la posibilidad de establecer relaciones positivas.
- Se repite crónicamente, haciéndose más grave.
- Se extiende a las diversas relaciones que los miembros de la familia mantienen.

Un importante factor de riesgo de violencia familiar son las condiciones de pobreza y dificultades que de ella se derivan, ya que esto aumenta el estrés de los padres, que muchas veces es superior a su capacidad para afrontarlo. Por eso, son necesarias acciones encaminadas a mejorar las condiciones de vida de familias en graves dificultades económicas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 37 – DICIEMBRE DE 2010

1.3.2. La escuela.

Muchas veces escuchamos a los escolares quejarse de que "el profesor me tiene manía" y tendemos a pensar que es una excusa para justificar una mala nota o una reprimenda. Sin embargo, conviene prestar atención porque estas protestas pueden tener múltiples causas: insatisfacción con la asignatura, con la personalidad del profesor o con la manera en que está planteado el sistema educativo; pero también pueden ser una señal de una necesidad de mayor atención por parte de profesores y padres.

Varios estudios muestran que, a menudo, los profesores se crean expectativas, positivas o negativas, respecto a sus alumnos e interactúan en público más frecuentemente con los estudiantes de expectativas positivas. Esto da como resultado que haya un grupo pequeño de alumnos "brillantes" que intervienen casi siempre y otro pequeño grupo de alumnos más "lentos" que no participa casi nunca. Además, los estudiantes de altas expectativas suelen recibir muchos elogios y, los de bajas expectativas, muchas críticas. Así, la motivación de estos últimos disminuye y se sienten discriminados respecto al resto de la clase. Pero esto puede ser peligroso, ya que una mala relación entre profesor y alumno puede ser causa de ansiedad y depresión en los chicos y chicas, así como de un descenso de su rendimiento escolar.

Una de las posibles formas de mejorar las relaciones entre profesores y alumnos y, por tanto, la convivencia en el entorno escolar, es reforzar las tutorías como medio para solucionar las tensiones.

Además, sería positivo implicar al alumnado a la hora de fijar los objetivos de su formación para que se sientan motivados por aprender y mejoren sus relaciones con los profesores.

1.3.3. Medios de comunicación.

Los medios de comunicación, sobre todo la televisión, nos exponen continuamente a la violencia, tanto real (telediarios) como ficticia (películas o series), y por eso son considerados como una de las principales causas que originan la violencia en los niños y jóvenes.

Los comportamientos que los niños observan en televisión influyen en el comportamiento que manifiestan inmediatamente después, por lo que es necesario proteger a los niños de la violencia a la que les expone la televisión e incluso debería plantearse la posibilidad de utilizar la televisión de forma educativa para prevenir la violencia.

La influencia de la televisión a largo plazo depende del resto de relaciones que el niño establece, ya que interpreta todo lo que le rodea a partir de dichas relaciones. Por eso la violencia no se desarrolla en todos los niños, aunque estén expuestos por igual a la violencia televisiva.

La repetida exposición a la violencia puede producir cierta habituación, con el riesgo de considerarla como algo normal, inevitable y de reducirse la empatía con las víctimas. Es importante promover en los niños la reflexión respecto a la violencia que nos rodea.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 37 – DICIEMBRE DE 2010

La incorporación de la tecnología audiovisual al aula podría ser de gran utilidad como elemento educativo en la prevención de la violencia.

2. CONSEJOS.

Muchas veces, los padres y profesores de las víctimas son los últimos en enterarse de que está sufriendo el acoso escolar de sus compañeros. La vergüenza o el miedo a las represalias son los principales motivos. Aquí damos consejos para detectar el bullying y saber qué podemos hacer si nos encontramos en esta situación.

2.1. Padres.

Los padres deben estar atentos a los siguientes aspectos, que pueden ser indicios de que su hijo está siendo víctima del acoso escolar:

- Cambios en el comportamiento del niño. Cambios de humor.
- Tristeza, llantos o irritabilidad.
- Pesadillas, cambios en el sueño y/o apetito.
- Dolores somáticos, dolores de cabeza, de estómago, vómitos...
- Pierde o se deterioran de forma frecuente sus pertenencias escolares o personales, como gafas, mochilas, etc.
- Aparece con golpes, hematomas o rasguños y dice que se ha caído.
- No quiere salir ni se relaciona con sus compañeros.
- No acude a excursiones, visitas, etc. del colegio.
- Quiere ir acompañado a la entrada y la salida.
- Se niega o protesta a la hora de ir al colegio.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 37 – DICIEMBRE DE 2010

2.2. Educadores.

Los profesores deben estar atentos a:

- La relación de los alumnos/as en los pasillos y en el patio. Los peores momentos se sufren cuando los profesores no están presentes.
- Las "pintadas" en las puertas de baños y paredes (qué nombres aparecen habitualmente).
- La no participación habitual en salidas de grupo.
- Las risas o abucheos repetidos en clase contra determinados alumnos o alumnas.
- Las faltas continuadas a clase, ya que pueden indicar que no quieren acudir a clase por miedo.
- Estar atentos a los alumnos que sean diferentes, por su forma de ser o aspecto físico.
- Se queja de forma insistente de ser insultado, agredido, burlado...
- Si comenta que le roban sus cosas en el colegio o si cada día explica que pierde su material escolar.
- Investigar los cambios inexplicables de estados de ánimo: tristeza, aislamiento personal del alumno o alumna, aparición de comportamientos no habituales, cambios en su actitud, poco comunicativo, lágrimas o depresión sin motivo aparente...
- Escasas o nulas relaciones con los compañeros y compañeras.
- Evidencias físicas de violencia y de difícil explicación: moratones, cortaduras o rasguños cuyo origen el niño no alcanza a explicar,; ropa rasgada o estropeada, objetos dañados o que no aparecen...
- Quejas somáticas constantes del alumno: dolores de cabeza, de estómago o de otro tipo cuya causa no está clara.
- Accesos de rabia extraños.
- Variaciones del rendimiento escolar, con pérdida de concentración y aumento del fracaso.
- Quejas de los padres, que dicen que no quiere ir al colegio.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 37 – DICIEMBRE DE 2010

2.3. Víctimas.

Si estás siendo víctima de agresiones (físicas o verbales) por parte de alguno o algunos de tus compañeros, aquí tienes algunos consejos sobre lo que puedes hacer para acabar con esa situación:

- Ignora al agresor, haz como si no lo oyeras. Ni siquiera le mires.
- No llores, ni te enfades, ni muestres que te afecta. Eso es lo que el agresor pretende, así que no le des esa satisfacción. Más tarde podrás hablar o escribir sobre tus reacciones y lo que sentiste en ese momento.
- Responde al agresor con tranquilidad y firmeza. Di por ejemplo: "No, eso es sólo lo que tú piensas".
- Si puedes, intenta ironizar o tratar con humor lo que te diga. Por ejemplo, si te dice "¡qué camisa más fea!", puedes responder "gracias, me alegro de que te hayas dado cuenta".
- Aléjate o corre si es necesario, si crees que puede haber peligro. Aléjate de la situación. Vete a un sitio donde haya un adulto.
- Si eres una víctima constante de los agresores, lo más importante que tienes que hacer es hablar con un adulto. Comienza con tus padres. Eso no es acusar, es pedir ayuda a las personas que te quieren cuando la necesitas. Intenta que tus padres hablen con alguien del colegio, pero no con los padres de los agresores.
- Si sientes que no se lo puedes contar a tus padres o que ellos no pueden ayudarte, habla con otro adulto en quien confíes, como un profesor o el director del colegio. Si no quieres hablar de ello con nadie a solas, pídele a un amigo o hermano que te acompañe. Te ayudará llevar a alguien que te haya visto cuando te agreden.
- Deja claro al adulto que la situación te afecta profundamente, sobre todo si eres víctima de agresiones verbales, ya que a veces los adultos no las consideran importantes y, sin embargo, son las que más daño pueden hacer.
- Si sientes que no puedes decir nada a nadie, trata de escribir una carta explicando lo que te pasa. Dásela a un adulto en quien confíes y guarda una copia para ti.

RECUERDA:

- Tú no tienes la culpa de ser agredido.
- No tienes que hacer frente a esta situación tú solo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 37 – DICIEMBRE DE 2010

- Recuerda que es el agresor quien tiene un problema, no tú.

- Trata a los demás como quieres que te traten a ti. Ayuda al que lo necesite y así, cuando tú necesites ayuda, te ayudarán.

3. RELACIONES ENTRE EL COLEGIO Y LA FAMILIA.

Uno de los principales factores de riesgo de violencia es el aislamiento de la familia con respecto a otros sistemas sociales en los que el niño se relaciona.

El apoyo social a las familias es muy importante y puede reducir significativamente el riesgo de violencia porque proporciona ayuda para resolver los problemas, acceso a información sobre formas alternativas de resolver dichos problemas y oportunidades de mejorar la autoestima.

Una importante condición para mejorar la educación es estimular la comunicación entre el colegio y la familia, sobre todo, cuando los niños tienen mayores dificultades de adaptación escolar y/o con más riesgo de violencia.

4. PREVENCIÓN.

Se estima que la intervención simultánea sobre factores individuales, familiares y socioculturales, es la única vía posible de prevención del acoso escolar. La prevención se puede realizar en distintos niveles.

Una prevención primaria sería responsabilidad de los padres (apuesta por una educación democrática y no autoritaria), de la sociedad en conjunto y de los medios de comunicación (en forma de autorregulación respecto de determinados contenidos).

Una prevención secundaria sería las medidas concretas sobre la población de riesgo, esto es, los adolescentes (fundamentalmente, promover un cambio de mentalidad respecto a la necesidad de denuncia de los casos de acoso escolar aunque no sean víctimas de ellos), y sobre la población directamente vinculada a esta, el profesorado (en forma de formación en habilidades adecuadas para la prevención y resolución de conflictos escolares).

Por último, una prevención terciaria serían las medidas de ayuda a los protagonistas de los casos de acoso escolar.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 37 – DICIEMBRE DE 2010

BIBLIOGRAFÍA.

Avilés Martínez, J.M. (2001). *Bullying: intimidación y maltrato entre el alumnado*. Bilbao: Steen Eilas.

Cerezo Ramírez, F. (1997). *Conductas agresivas en la edad escolar*. Madrid: Pirámide.

WEBGRAFÍA.

Uso educativo de los Blogs. Extraído el 3 de diciembre de 2010.

<http://contenidos.universia.es/.../bullying/que-es/index.htm>

<http://depsicologia.com/bullying-o-acoso-escolar/>

<http://www.guiainfantinl.com/educacion/escuela/acosoescolar/index.htm>

Autoría

- Nombre y Apellidos: María de los Santos Sierra Torres.
- Centro, localidad, provincia: Chiclana de la Frontera, Cádiz.
- E-mail: chicla-st@hotmail.com.