

Acoso Escolar

Bullying

¿Qué es el acoso escolar?

También conocido como *bullying*, es cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado. Conlleva un comportamiento negativo que denota maldad, es repetitivo y se produce en una relación caracterizada por desequilibrio de poder o fuerza.

¿Por qué los niños cometen acoso escolar?

Existen tres razones que se interrelacionan:

- Porque tienen una necesidad fuerte por tener poder y dominar (de forma negativa, es decir, con violencia)
- Porque encuentran satisfacción causando daño y sufrimiento a otros.
- Porque algunas veces son premiados por su comportamiento, tanto con cosas materiales como con premios psicológicos.

El acosado

Generalmente es una persona tímida, que posee una baja autoestima, vive aterrorizado con la idea de enfrentar al acosador. Ante este se muestra nervioso, triste y suele andar solitario en su vida cotidiana. Con frecuencia le sucede a estudiantes nuevos, con aspecto físico diferente y forma de ser tímida o calmada.

Las personas acosadas tienden a sufrir de:

- Depresión y ansiedad
- Incremento de sentimientos de tristeza y soledad, cambios en el sueño y patrones de alimentación
- Complicaciones de la salud, ya que somatizan el sufrimiento
- Disminución de sus notas escolares
- Propensos a faltar a la escuela
- Poseen pocos amigos

El acosador

Tiene como objetivo intimidar, someter, amedrentar y consumir emocional e intelectualmente a la víctima y así, este poder lograr un estatus dentro de sus pares. Busca principalmente la atención de los demás y su reconocimiento.

¡En caso de que alguien sea el acosador...

- Actuar con firmeza y urgencia, manteniendo una comunicación y supervisión cercana e indicándole con mucha claridad que el maltrato no es lícito ni admisible
- Indagar para establecer bien los hechos
- Mostrar disposición a ayudarlo en todo lo éticamente posible, y si es culpable de malos tratos, indicarle que deberá asumir los hechos
- Ayudarlo a entender cómo se puede estar sintiendo la víctima, y tratar de ponerlo en los zapatos del otro
- Mostrar confianza y apoyo para el futuro
- Valorar las muestras de arrepentimiento

Los testigos

Pueden solo ver o unirse al acosador.

Las personas que observan el acoso escolar tienden a incrementar el uso de cigarrillos, alcohol y drogas; incrementar los problemas de salud mental, incluyendo depresión y ansiedad y suelen faltar mucho a la escuela.

¿Cómo detectarlo?

Es necesario frecuentar lugares donde usualmente no están los maestros, establecer una relación de confianza con los estudiantes, evitar restar importancia a las quejas que manifiesten los alumnos y evitar hacer pública la identidad del estudiante acosado.

Los profesores deben estar atentos a la relación entre los alumnos en los pasillos y en el patio, revisar lo que pintan en las puertas y paredes, las risas o “abucheos” repetidos contra determinados alumnos, falta constante a clase y prestar atención a las quejas de forma insistente de estudiantes insultados o agredidos.

Hay que estar atentos a cambios inexplicables de estados de ánimo, incluyendo aislamiento, a evidencias físicas de violencia, sobre todo aquellas que son de difícil explicación, a los excesos de rabia extraños, variaciones de rendimiento escolar y quejas de los padres que informan que su hijo no desea ir al colegio.

A veces, conversar durante 15 minutos por día puede darle seguridad a los niños de que pueden hablar con sus padres si tienen algún problema. Inicie conversaciones sobre la vida cotidiana y los sentimientos con preguntas como estas:

¿Qué cosa buena te sucedió hoy?

¿Cómo es la hora del recreo?

¿Cómo es viajar en el autobús?

¿En qué eres bueno?

Mecanismos de prevención

Adultos cálidos, se requiere crear un ambiente confortable en el hogar y en el colegio donde se destaquen y se preocupen los intereses de los menores para reforzar la autoestima de los niños y evitar ser víctima fácil de burlas.

Límites, tanto profesores como alumnos deben participar en la definición de las conductas aceptables y aquellas que serán rechazadas.

Sanciones inmediatas, ante conductas agresivas. Deben ser estrictas e imponerse en cuanto ocurra el hecho, pero no deben ser ni castigos físicos ni restrictivos.

Roles positivos, se necesita definir en el colegio quienes serán las autoridades que de forma permanente se vinculen con los estudiantes, actuando como árbitros y modelo para los estudiantes.

Ayudar a entender qué es el acoso

Anime a los niños a hablar con un adulto de confianza si son acosados o ven a otros serlo. El adulto puede brindar consuelo, apoyo y consejos aunque no pueda resolver de forma directa el problema.

Hable sobre cómo hacerle frente si lo acosan

Dé consejos sobre cómo usar el humor y decir “detente” de manera directa y segura. Hable sobre qué hacer si eso no funciona, cómo alejarse.

Hable sobre las estrategias para mantenerse seguro, como quedarse cerca de los adultos o de grupos de niños.

Aníme a los niños a ayudar a los que son acosados, siendo amables o pidiendo ayuda.