

EL BULLYING EN LAS ESCUELAS

En la actualidad dando la globalización actualmente se ha incrementado la violencia en todos sus niveles, en el caso que nos ocupa, en las escuelas, entre las niñas, niños y adolescentes, se han visto inmersos en agresiones, lo que les ha ocasionado graves problemas, e inclusive en situaciones más graves los hace llegar inclusive hasta suicidios, dichas agresiones no siempre tienen un motivo y son conocidas como **BULLYNG**,

Al Bullyng lo podemos entender como: "...cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre estudiantes de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado tanto en el aula, como a través de las redes sociales

En las redes sociales es también denominado acoso virtual, y se entiende como el uso de medios digitales para molestar o acosar a una persona o grupo de personas mediante ataques personales, divulgación de información confidencial o falsa entre otros medios. Los actos de ciberagresión poseen unas características concretas que son el anonimato del agresor, su velocidad y su alcance. Puede constituir un delito penal. El ciberacoso implica un daño recurrente y repetitivo infligido a través de los medios electrónicos. Según R. B. Standler el acoso pretende causar angustia emocional, preocupación, y no tiene propósito legítimo para la elección de comunicaciones... (1)

Ahora bien, "... estadísticamente, el tipo de violencia dominante es el emocional y se da mayoritariamente en la clase y en los patios escolares. Los protagonistas de los casos de acoso escolar suelen ser niños y niñas en proceso de entrada en la adolescencia, siendo ligeramente mayor el porcentaje de niñas en el perfil de víctimas.

El acoso escolar es una forma característica y extrema de violencia escolar. Este tipo de violencia escolar se caracteriza, por tanto, por una reiteración encaminada a conseguir la intimidación de la víctima, implicando un abuso de poder en tanto que es ejercida por un agresor más fuerte (ya sea esta fortaleza real o percibida subjetivamente) que aquella. El sujeto maltratado queda, así, expuesto física y emocionalmente ante el sujeto maltratador, generándose como consecuencia una serie de secuelas psicológicas (aunque estas no formen parte del diagnóstico); es común que el acosado viva aterrorizado con la idea de asistir a la escuela y que se muestre muy nervioso, triste y solitario en su vida cotidiana. En algunos casos, la dureza de la situación puede acarrear pensamientos sobre el suicidio e incluso su materialización, consecuencias propias del hostigamiento hacia las personas sin límite de edad.

¿Quién es participe en el acoso escolar?

Los acosadores, los acosados y los testigos, éstos últimos pueden ser otros alumnos, maestros, que son los que presencian las agresiones hacia las víctimas, suelen apoyar a las víctimas y denunciar el acoso, e igualmente pueden estimular las agresiones, cuando se ríen, aplauden o felicitan a los agresores.

Suelen ser más propensos al acoso escolar aquellos niños que poseen diversidad funcional, entre las cuales se pueden contar el síndrome de Down, el autismo, síndrome de Asperger, síndrome de Tourette, etc. ⁽²⁾

De acuerdo a la UNICEF, su "... *informe mundial, Children in Danger*, reveló que el abuso físico, sexual y emocional se ha incrementado en los últimos años afectando a millones de niños en sus hogares, escuelas y comunidades

También refiere que "... En México, 63% de niñas, niños y adolescentes ha experimentado al menos una forma de castigo psicológico o físico por miembros de su hogar..." (3)

El bullying "... suele darse en el ámbito escolar (dentro y fuera de la escuela), que se sucede normalmente de forma continuada en el tiempo. Los lugares donde se da el bullying escolar son el aula, los pasillos del colegio, el patio donde se realizan los descansos o recreos y la entrada y salida de la escuela. Pero también puede producirse fuera de ella... destaca por ser una situación principalmente emocional que **afecta** a la **autoestima** del acosado y que suele generarse sin que ningún adulto se dé cuenta ni medie en ello.

FACTORES CONSIDERADOS DE RIESGO EN EL BULLYNG:

"... Existen una serie de factores de riesgo o características (personales, familiares, escolares, sociales culturales, etc.) cuya presencia provoca que aumente la probabilidad de que se presenten fenómenos de violencia escolar.

FACTORES DE RIESGO DEL AGRESOR:

- + Ausencia de empatía: incapacidad para reconocer el estado emocional de otras personas.
- + Baja autoestima: percepción negativa de sí mismo.
- + Impulsividad: falta de control de los impulsos que lleva a actuar y decir las cosas sin pensar.
- + Egocentrismo: exagerada exaltación de la propia personalidad, por lo que la persona se considera el centro de atención.
- + Fracaso escolar: bajo rendimiento en los estudios, que puede llevar al absentismo y/o abandono escolar

- + Consumo de alcohol y drogas.
- + Trastornos psicopatológicos: trastornos de conducta, trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDH), trastorno negativista, desafiante y trastorno disocial.
- + Antecedentes familiares de violencia.
- + Entorno socio cultural bajo.

Asociado con los factores, el perfil tipo del acosador sería el siguiente: persona físicamente fuerte, impulsiva, dominante, con conductas antisociales y con una ausencia total de empatía con sus víctimas

FACTORES DE RIESGO DE LA VICTIMA:

- + Rasgos físicos o culturales distintos a los de la mayoría: minorías étnicas, raciales y culturales.
- + Sufrir alguna discapacidad física o psíquica
- + Escasa comunicación familiar

FACTORES SOCIO - CULTURALES:

- + Entorno socio económico precario
- + Baja calidad de la enseñanza
- + Alta presencia de contenidos violentos en medios de comunicación, vídeo juegos, etc.
- + Justificación social de la violencia como medio para lograr ciertos objetivos..." (4)

TIPOS DE BULLYING

"... Bullying verbal

Esta es, quizá, la forma de *bullying* más común ... se considera acoso verbal a los apodosos ofensivos, términos calificativos despectivos, difamación, groserías o

señalamientos negativos basados en raza, género, discapacidades físicas o mentales, etc.

Un ejemplo de bullying verbal son los apodosos que señalan una diferencia o rasgo en forma despectiva, tales como "negro", "gordo", "chino", "enano", etc.

Bullying psicológico

Son las conductas intimidatorias que tienen por objetivo influir en la autopercepción de la persona acosada, bien sea haciéndola dudar sobre su aspecto físico, sobre sus capacidades intelectuales, etc.

Un ejemplo de bullying psicológico son las burlas, amenazas, maltratos y humillaciones que sufren muchos estudiantes destacados por su desempeño académico, a quienes se les hace sentir diferentes o "raros" con respecto al grupo mayoritario.

Bullying físico directo

Como su nombre lo indica, se refiere a las prácticas de acoso que incluyen agresiones físicas contra una persona o grupo de personas. Esto implica golpes, bofetadas, empujones, patadas, peleas, etc.

Un ejemplo de bullying físico con las "bienvenidas", "novatadas" y "ritos" que se les hacen a los estudiantes que ingresan a un nuevo curso, escuela o grupo. En muchas ocasiones, el acosado es objeto de humillaciones y maltratos físicos que supuestamente debe resistir si quiere formar parte de dicho grupo.

Bullying físico indirecto

En este tipo de acoso escolar, no existe contacto entre el agresor y la víctima. Sin embargo, tienen lugar conductas intimidatorias que implican el uso de la fuerza física o acciones manuales.

Un ejemplo de bullying físico indirecto es el robo o la destrucción de las pertenencias de la víctima.

Bullying sexual

Mejor conocido como acoso sexual, se trata de cualquier práctica que implique la ejecución de actos sexuales no consensuados por una de las partes

involucradas. Y si bien estadísticamente las niñas y jóvenes son más propensas a sufrir este tipo de acoso, los niños y adolescentes también pueden sufrirlo.

Un ejemplo de acoso sexual es besar, acariciar, tocar las partes íntimas de otra persona sin su consentimiento, así como forzarla a mantener relaciones sexuales.

Bullying social

Son actos intimidatorios o de rechazo contra un estudiante, generados por su situación social o familiar (es adoptado, tiene problemas económicos, es de otra región o país, etc.)

En esos casos, las prácticas implican la exclusión del estudiante afectado, bien sea ignorando sus opiniones, haciéndolo sentir inferior o poco valioso con respecto al grupo acosador, propiciando su aislamiento.

Un ejemplo de bullying social son las burlas hacia los alumnos en situación de vulnerabilidad económica, quienes no suelen tener acceso a la ropa, zapatos o insumos escolares en la misma cantidad o calidad que el resto de sus compañeros.

Cyberbullying (acoso en línea)

El acoso en línea son todas las prácticas que impliquen cualquier tipo de amenaza o acto intimidatorio a través de la web. Esto incluye el uso del correo electrónico, redes sociales, páginas web, mensajería instantánea, foros o grupos en línea, etc.

Un ejemplo de *cyberbullying* es publicar fotos, videos o conversaciones comprometedoras de la víctima sin su autorización, divulgar información falsa sobre ella, amenazar o insultar a través de medios digitales, etc... (5)

Así mismo, es importante mencionar que existen diversas causas para el bullying, normalmente los niños maltratados tienen diferencias con el resto de sus compañeros, puede ser por cuestiones de carácter físico, psicológico, alguna discapacidad, o bien, puede ser por su ropa o accesorios que lo hagan destacar.

Para saber si una niña, niño o adolescente está siendo acosado es importante observar permanentemente sus actitudes, emociones, si detectamos un cambio importante en su comportamiento puede ser un signo significativo pero no necesariamente puede deberse a bullying, algo que puede denotar que es objeto de bullying, es que muestre inseguridad, tristeza, miedo, enojo, que sea más introvertido de lo normal, etc.

Consecuencias del bullying

En las víctimas

“... **a).- Baja autoestima:** el niño afectado puede sufrir baja de autoestima, ya que empieza a vivir una serie de **emociones** que le hacen **perder la confianza en sí** mismo.

b).- Miedo: el chico acosado podrá tener una sensación de miedo por que se vuelva a cruzar con el matón y le vuelva a agredir física o verbalmente.

c).- Inseguridad: existe una sensación de inseguridad continua por no saber qué va a ocurrir la próxima vez que se cruce con el acosador.

d).- Culpabilidad: muchos se sienten culpables consigo mismo porque piensan que son ellos la causa de esta situación.

e).- Tristeza: existe un componente de tristeza que puede ser más o menos intenso y frecuente, tener un **grupo de amigos consistente** ayudará a que la persona pueda evadirse y pensar en otras cosas. Si esta persona se **siente sola** y no ve que pueda hacer nada para evitar esta situación, cada vez se sentirá peor consigo mismo y no verá salida alguna. Esto puede hacer que acabe sumido en

una **depresión**, sin querer salir de casa o ir al colegio, o lo que es peor, acabar suicidándose.

f).- Cambio de personalidad: Chicos muy enérgicos y extrovertidos pueden dar un giro y volverse **introvertidos y vulnerables**.

g).- Vida social: estos cambios en la autoestima y personalidad podrán afectar a la vida social del chico: podrá cambiar hábitos para llegar 5 minutos tarde al colegio y no encontrarse con el matón; podrá dejar de salir al recreo excusándose en que tiene deberes que hacer; podrá dejar de salir con sus amigos por si se encuentra al acosador por el barrio.

h).- De la misma forma, en **casa** también puede verse cambiado su comportamiento: encerrarse en su cuarto sin querer salir ni hacer nada; dejar de jugar con sus hermanos o hablarles mal; dejar de comer tan bien como antes; cambios de humor..." (6)

Desde otro punto de vista:

"... **Ahora bien**, es importante mencionar que cuando el acosador empieza a ser víctima del acoso empieza por experimentar cambios bruscos en su personalidad, puede estar irritable, enojado, triste, se aísla, baja su rendimiento escolar, pueden presentar síntomas de depresión, insomnio, conducta auto destructivas, pueden presentar trastorno de estrés postraumático, depresión, trastornos de ansiedad, fobia social, emociones negativas, pocas habilidades sociales, falta de confianza en sí mismos, conductas autodestructivas, ideación suicida (intentos o materialización), etcétera

Consecuencias de los acosadores

Bajo nivel de empatía e insensibilidad ante los problemas o el dolor de los demás, bajo rendimiento académico y más probabilidades de abandonar precozmente los estudios, alta impulsividad y reactividad, falta de control de la ira, baja tolerancia a la frustración, posibles síntomas de depresión y dificultad para entablar amistad con sus compañeros, probabilidades de abuso de drogas, alcohol, conductas antisociales, comportamientos delictivos y violentos, alta tendencia al psicoticismo...(fuente Asociación canaria no al acoso escolar (ACANAE).- 2020.- <https://www.acanae.org/consecuencias-bullying-acoso-escolar/>)

Ahora bien si el menor es el acosador, tu como padre ¿Qué puedes hacer?

"... Lo primero de todo es **aceptarlo... hablar con el pequeño**, interesarnos por lo ocurrido, escucharle, hacerle saber que sabemos que él está haciendo cosas que no nos gustan y que hacen daño a sus compañeros de clase... Preguntarle por qué lo hace e **intentar averiguar las causas de ese acoso escolar**. Como lo más seguro es que conscientemente no sepa por qué lo hace, tendremos que **analizar la situación familiar** para ver qué puede ocurrir en casa que le haga comportarse de esa forma. Hay niños que acosan para llamar la atención de los demás niños porque se sienten inseguros o bajos de autoestima. Otros lo hacen para llamar la atención de sus propios padres porque no invierten casi tiempo con ellos...

... **A** nuestro hijo, tenemos que hacerle ver que **lo que está haciendo no está bien**, pero refiriéndonos a su conducta o forma de actuar, no a él mismo... **critiquemos su actitud** pero **reforzamos positivamente su ser o persona** para que se comporte como le estamos diciendo que es...

... **Hacerle ver cómo se siente la otra persona cuando se burla de él:** muchos maltratadores no son conscientes de cómo hacen sentir a los otros niños, de ahí que sea necesario que los bullies puedan ponerse en el papel del niño al que están acosando.

... Aquí no me refiero a que sea él la víctima de otro acoso, sino que pueda imaginarse y **sentir** (esto es fundamental, sino de poco servirá el ejercicio) cómo se siente ese niño antes de que ocurra el altercado, durante y después...

... **Que pida perdón:** el niño se tiene que hacer cargo de lo que ha hecho, que sepa que está mal y que cuando se hacen las cosas mal y hacemos daño a nuestros compañeros, tenemos que pedirles perdón. Ya sea hablado o por escrito (escribiendo una carta de perdón), en ese arrepentimiento también debería incluir el hecho de que no lo vaya a repetir nunca. Tras haber pedido perdón, sería útil preguntarle sobre ello: *ver qué ha sentido al pedir perdón, cómo ha visto al otro niño, cómo cree que se estaba sintiendo, etc...*

... **Enseñar a gestionar el enfado y la frustración:** ... será bueno enseñar a nuestro hijo a **tolerar la frustración** al hecho de que no le salgan las cosas, y evitar que se enfade cada vez que ocurre. Esto evitará que pueda "pagarlo" con sus compañeros cuando no le salga algo. Siempre podemos preguntarle si está enfadado por algo o cómo se comporta cuando se enfada en el colegio. Podremos enseñarle que errar no es malo, que papá y mamá también cometen errores y les salen las cosas mal. Podemos mostrarle cómo cada vez que no le sale algo puede respirar tres veces profundamente y notar cómo se va calmando y practicarlo todos juntos. También podemos jugar o practicar aquello en lo que suele frustrarse para que cuando ocurra, practique el calmarse. Igual a él se le ocurren otras técnicas que le vienen mejor, todo dependerá del niño... (7)

Cómo prevenir que mi hijo se convierta en un acosador (bully)

“... Para evitar que nuestro hijo llegue a ser un **acosador o bully**, podemos tener en cuenta las siguientes pautas para establecer en casa un **clima de respeto y cariño** (que harán que el niño lo asimile y lo refleje con sus compañeros de clase):

... **Mostrar empatía**: intenta **hablar bien de los demás** y transmitirle la idea de que los demás son buenos y de que si hacen algo malo es por alguna razón justificada...

... **Mostrarle cariño y amor**: algo esencial en el crecimiento de todos nuestros hijos, mostrarle que **le apoyamos** en lo que hace, darle **abrazos, besos**, caricias; decirle cosas bonitas, **decirle que le quieres**, etc. Ayudará a que su **autoestima** se vea reforzada...

... **Reforzar su conducta positiva**: es importante destacar las cosas buenas que nuestro hijo hace. Contárselo a sus hermanos o a tu pareja delante de él; que llame por teléfono a sus tíos o abuelos para contarlo; celebrarlo si es necesario ... El reforzarle las cosas buenas que hace y decirle lo bueno que es, le hará seguir siéndolo y tender a repetir esas acciones...

... **Mostrar que a veces tú también te equivocas y que pides perdón** te hará más humano delante de tus hijos y por tanto **ellos serán más flexibles** con respecto de sus errores y no se sentirán tan frustrados cuando fallen...

... **Ponerle límites**: esto es fundamental, el niño tiene que saber hasta dónde puede llegar, lo que está permitido y lo que no. No solo le estaremos enseñando que no todo vale y que hay veces que no puede hacer lo que quiera, sino también **los límites le darán seguridad** porque sabrá qué puede y qué no puede hacer y eso le dará más control en su vida (control que ya no buscará intentando

controlar a sus compañeros de colegio). **Con los niños** que son **nerviosos e impulsivos** esto es importante para que cuando salten esas emociones el niño sepa controlarlas y que no "se le vaya de las manos"...En este sentido, para los niños que gritan mucho o que se enfadan exageradamente, estos límites les vendrán muy bien. Algún ejemplo de esto es poner en casa *normas de no violencia: prohibido gritarse en casa, insultarse o hablarse mal*. Y esto, lo tenemos que cumplir todos, empezando por nosotros los padres...

... **Ver si tu hijo tiene baja autoestima y/o inseguridad:** puede ser que el niño se sienta inseguro por algo, o le haya ocurrido algo que le haya afectado a su autoestima, y el acoso escolar sea su **vía de escape**...

... **Enseñarle a ayudar a los demás** le hará tener una actitud humilde y generosa ante la gente y no le hará pensar en meterse con otros ...

... **Mirarnos a nosotros mismos:** la mayoría de las veces, la personalidad de nuestros hijos viene dada por ciertas **actitudes que van aprendiendo de sus padres** ... nuestros hijos tendrán más papeletas de acabar convirtiéndose en **acosadores escolares**...

... **Somos muy nerviosos:** quizás somos muy nerviosos y eso lo trasladamos al ritmo de vida de nuestro hijo ... Y puede que sin darnos cuenta, esto le esté afectando...

... **Somos demasiado permisivos:** ¡ay! El eterno dilema... ¿Hasta dónde tengo que ser de permisivo o de estricto? En este caso en el que vemos la posibilidad de que nuestro hijo se pueda convertir en acosador, este perfil suele estar asociado con hijos de padres permisivos que no establecen bien los límites y dejan que su hijo les "toree"...

... **Nos burlamos de la gente o hablamos mal:** ... tenemos que evitar eso a toda costa para que no aprenda procesos cognitivos como "siempre pensar mal" o "buscar algo para burlarse de la otra persona" ... (8)

CARACTERÍSTICAS DEL ACOSO ESCOLAR:

- ✚ Conducta violenta, repetitiva, constante
- ✚ Reiterados por un largo período
- ✚ Es intencional
- ✚ Hay desigualdad de fuerzas entre el avisador y el abusado
- ✚ Ocurre ante diversos espectadores que pueden avalar y/o apoyar al agresor

Conclusiones

De todo lo anterior podemos concluir que hay que estar atentos a las conductas y cambios de comportamiento de las niñas, niños y adolescentes, algo muy importante es que debemos ser ejemplos para nuestros hijos, ya que normalmente son nuestro espejo, esta es la mejor manera de forjar a las niñas, niños y adolescentes.

(1) García-Allen, Jonathan. «Los 5 tipos de acoso escolar». Psicologiaymente.net. Consultado el 4 de diciembre de 2016. *Wikipedia. La enciclopedia libre*. Disponible en: https://es.wikipedia.org/wiki/Acoso_escolar

(2) Cf. el trabajo de Iñaki Piñuel y Araceli Oñate (2007). *Wikipedia. La enciclopedia libre*.- Wikipedia. La enciclopedia libre. Disponible en https://es.wikipedia.org/wiki/Acoso_escolar

(3).- UNICEF. (s.f). Disponible en: <https://unicef.org.mx/violencia/>

(4).- Gabarda Vicente Dr. Bullying en el Aula. Universidad Internacional de Valencia. (VIU.ES) [Eboock.bullyng.pdf](#).

(5).- "Tipos de bullying" (s.f) En: *Diferenciador.com*. Disponible en: <https://www.diferenciador.com/tipos-de-bullying/>. Consultado: 04 de julio 2020,9:20 p.m.

(6).- David Gómez. 19 de mayo 2017. *Somos Inteligencia Emocional.com*. Disponible en: <https://www.somosinteligenciaemocional.com/bullying-guia-completa-como-prevenir-el-acoso-escolar/>

(7).- David Gómez. 19 de mayo 2017. *Somos Inteligencia Emocional.com*. Disponible en. <https://www.somosinteligenciaemocional.com/bullying-guia-completa-como-prevenir-el-acoso-escolar/>

(8).- David Gómez. 19 de mayo 2017. *Somos Inteligencia Emocional.com*. Disponible en <https://www.somosinteligenciaemocional.com/bullying-guia-completa-como-prevenir-el-acoso-escolar/>