

Guía de Orientación para la familia



[BULLYING]
ACOSO ENTRE PARES

buenosaires.gov.ar/educacion   EducaciónBA



Buenos Aires Ciudad



EN TODO ESTÁS VOS

¿Qué es
el bullying?

El "bullying" es una conducta de hostigamiento o persecución física o psicológica que realiza un alumno contra otro, a quien elige como blanco de repetidos ataques.¹

Bullying es agredir, humillar, insultar, divulgar rumores, lastimar físicamente o emocionalmente y/o ignorar a un par de manera repetida y sostenida en el tiempo.

El bullying puede ser:

- ◀ **Físico:** pegarle, tirarle las cosas, hacerle zancadillas, robarle tareas o útiles, tirarle objetos, ensuciarlo, atarlo, etc.
- ◀ **Verbal:** ponerle sobrenombres, insultarlo, poner en evidencia defectos físicos, menospreciarlo, etc.
- ◀ **Exclusión Social:** ignorarlo, hacerle el vacío, inventar historias falsas, contar intimidades, no invitarlo a reuniones, no sentarse con él, etc.

El bullying físico es mucho más frecuente entre los varones y la exclusión social entre las mujeres.

No ser amigo de alguien NO es bullying.

No querer pasar tiempo con alguien NO es bullying.

Armar una estrategia para que nadie se acerque a alguien SI es bullying.²

¿Todas las agresiones, son b u l l y i n g ?

Es importante distinguir las situaciones de agresión que podemos encuadrar en el bullying de otras manifestaciones agresivas esporádicas, que no son propiamente bullying, como las habituales "bromas", los juegos bruscos, malas palabras, peleas que, a menudo, se dan entre compañeros y compañeras en la escuela.

Es frecuente en las relaciones entre los alumnos que surjan desacuerdos que generan conflictos y malos tratos entre ellos, que deben ser trabajados para que no se naturalicen pero no es una situación de acoso propiamente dicha.

En el acoso escolar o bullying, hay una desigualdad entre el o los acosadores y el acosado, quien no encuentra la manera de defenderse y se somete, contra su voluntad, al poder de la contraparte.³

1, 2. Grupo CIDEP Equipo Bullying Cero Argentina.
3. <http://www.bastadebullying.com/> - Cartoon Network

CARACTERÍSTICAS DEL BULLYING

- Intencionalidad en la agresión, sea física, verbal o virtual.
- Desequilibrio de poder entre el acosado/da y el acosador/ora. El agresor tiene más fuerza y poder que sus víctimas.
- Es contra una persona concreta y no contra un grupo. Si fuera así, sería considerado una pelea entre bandas.⁴
- Repetición de la agresión a lo largo de un tiempo y de forma constante contra la misma víctima y sin motivo alguno.

¿En qué lugares suele ocurrir?

- durante el recreo y patios;
- en baños, pasillos;
- en el aula, cuando la profesora o el profesor se vuelven al pizarrón para dar una explicación;
- en los cambios de clase;
- en el comedor;
- en el transporte escolar;
- a la entrada o salida de la escuela;
- en el exterior de la escuela;
- a través del móvil (mensajes, llamadas anónimas, etc.);
- por Internet, a través de redes sociales, chat y correo.

¿Quiénes son los actores?

- **El hostigador/acosador:** Es el que idea el hostigamiento y no siempre es el que lo ejecuta. Es el que decide cuales son las reglas y quienes quedan fuera de ellas. Es el líder del grupo (el capito, el top, el popular) y tiene necesidad de demostrar fuerza y poder.
 - **El hostigado/acosado:** Si no puede defenderse ya sea física o verbalmente seguirá siéndolo hasta que otro tome su lugar o hasta que pueda haber una intervención de un adulto.
 - **Los seguidores:** los que apoyan al líder. Son los que soportan el hostigamiento, los que muchas veces lo ejecutan y los que festejan todas las acciones del líder. Sin ellos el bullying no tendría sentido para el líder (para ser popular tiene que haber otros que lo idolatren)
 - **Los espectadores/testigos:** pueden tomar distintas actitudes: los que miran sin decir nada (la mayoría silenciosa), los que se ríen de lo que pasa, y los que intentan detener el hostigamiento ya sea directamente o reportándolo. Los integrantes de este último grupo son los de mayor riesgo a ser los próximos hostigados, siendo este el motivo por el cual son muy pocos los que se atreven a delatar lo que pasa (de hacerlo serían catalogados de "buchones").
 - **El personal de la escuela:** los maestros, los preceptores, los directores, el conductor del micro, etc. son los que deben detectar el bullying e intervenir inmediatamente.
 - **Los padres:** son los responsables de detectar cambios en sus hijos y conversarlo con las autoridades del colegio.⁵
- TODOS son parte del conflicto o de la situación, y por lo tanto se requiere para una intervención eficaz, el involucramiento de todos.**

⁴; ⁵. Grupo CIDEP Equipo Bullying Cero Argentina.

¿Cómo saber si tu hijo sufre bullying?

¿Cómo saber si tu hijo sufre bullying?

- Pierde frecuentemente útiles, objetos, dinero, etc.
- Evita asistir a determinadas clases o lugares, en determinados días.
- Baja repentinamente sus calificaciones.
- Se muestra triste, preocupado/a sin una causa aparente, con mayor tensión o nerviosismo que en otras ocasiones.
- Acostumbra a estar involucrado en peleas o discusiones en las que se encuentra indefenso.

siones en las que se encuentra indefenso.

- En el juego es el último en ser elegido, o es directamente dejado de lado.
- En el patio suele quedarse cerca de los docentes.
- Se encuentra aislado o excluido en la clase o recreo.
- Si no tiene amigos.
- Si participaba en clase, y ante las cargadas o los insultos ha optado por dejar de hacerlo.
- Va y viene de la escuela por caminos que antes no hacía.
- Con frecuencia llora en la escuela o en la casa.
- Pide dinero extra, cuando antes no lo hacía.
- Lleva comida extra o que no es de su gusto.

LA FAMILIA ES EL PRINCIPAL APOYO

Cómo intervenir

- Escuchar y creer lo que cuenta. Darle confianza y contención.
- Conocer sus sentimientos acerca de la situación que padece, sin interrumpirlo. Que pueda descargar lo que siente.
- Manifestarle claramente que se lo ayudará.
- No culpabilizarlo ni juzgarlo.
- Ayudarlo a comprender que tiene derecho a ser respetado y que es valioso.
- Apoyarlo y acompañarlo para denunciar el acoso en la escuela con los directivos y docentes, pidiendo que se intervenga en la situación con rapidez pero a la vez prudentemente, haciéndole sentir que va a ser protegido.
- Tener claro que la responsabilidad de detener la situación de acoso es colectiva (docentes, familia, alumnos/as, otros profesionales).
- Toda la familia debe sentir el acompañamiento de la escuela.

- Restar importancia, o minimizar sus manifestaciones.
- Decir frases como: "Son cosas de chicos" o "No es para tanto".
- Culpabilizarlo. Hacerlo responsable de los hechos.
- Enfrentarlo con quienes los agreden en forma directa.
- Forzar a que los chicos implicados, se pidan perdón, se den la mano, etc.

Qué debemos evitar:

¿Qué consecuencias tiene el bullying para el chico acosado?

- Sentimientos negativos: miedo, tristeza, inferioridad, humillación, culpabilidad ("me maltratan porque me lo merezco").
 - Baja autoestima; se considera débil, carente de valor: "soy un inútil", "se aburrirá conmigo".
 - Se encierra en sí mismo: aislamiento, timidez, introversión, evitación de las situaciones interpersonales.
 - Bajo rendimiento escolar.
 - Conductas agresivas y hostilidad, pudiendo llegar a convertirse en maltratador de otras/os más débiles.
 - Síntomas psicossomáticos: dolores de cabeza, insomnio, vómitos.
 - Rechazo y fobia a la escuela.
- Problemas emocionales y de salud mental apareciendo cuadros depresivos y estrés postraumático.
- Desconfianza en los demás ("a la larga nunca crees en la amistad porque, en el fondo, desconfías de las personas").
- Intentos de suicidio (en casos extremos).

¿Cómo saber si tu hijo ejerce el bullying?

- Le gusta hacer comentarios ofensivos o burlarse de otros chicos más débiles.
 - Insulta o ridiculiza a algunos de sus compañeros constantemente.
 - Es desafiante y agresivo.
 - Tiene dificultades en aceptar los límites.
 - Manipula a amigos a hacer lo que él quiere.
- No puede reconocer que las bromas pesadas pueden ofender o humillar a los demás.
 - Usa la violencia como la manera más natural de resolver problemas.
 - Hace correr rumores malintencionados sobre compañeros.
 - Reciben notas de la escuela por su comportamiento, por su accionar con otros chicos.

¿Cómo intervenir desde la familia?

- Reconocer que hay un problema y que lo deben tratar en la familia. Necesita apoyo y orientación para aprender a convivir sin usar la violencia.
- Preguntarle qué le pasa, por qué se comporta así. No hay que asustarse ni enojarse pero tampoco restarle importancia. Debe sentir que es un comportamiento que no va a ser aceptado. Con calma, sin gritos, ni golpes, hay que buscar la solución al problema.
- No hay que buscar una justificación, ni hacer la vista gorda. Lo que único que se va a conseguir así, es que el problema vaya en aumento.
- Fomentar la responsabilidad de reparar el daño causado. Nunca promover el castigo, si la responsabilidad.
- Promover que se comprometa a solucionar la situación.
- Solicitar colaboración para frenar el acoso. Hablarlo en la escuela, para actuar en conjunto. Consensuar con el equipo de la escuela, la definición de acciones reparadoras.
- Hay que ayudar a los hijos a manejar el enojo, la frustración y a tener límites, estableciendo reglas claras y si estas no se cumplen, las consecuencias también, deben ser claras. Los actos tiene consecuencias.

¿Qué consecuencias tiene el bullying para el chico acosador?

- Aprende a maltratar; como generalmente no recibe consecuencias negativas por su conducta, aprende que los demás aceptan sus agresiones e impertinencias, vuelve a repetir esas tácticas que le han dado resultado y se acostumbra a intimidar.
- Dificultades para mantener relaciones interpersonales igualitarias y mutuamente satisfactorias para las personas que intervienen en la interacción.
- Llega a transferir este estilo de interacción de dominio-sumisión a otras situaciones sociales y a otros ámbitos de las relaciones interpersonales (pareja, familia, ocio, trabajo). Se aprecia una inclinación por seguir construyendo vínculos interpersonales basados en la prepotencia y la superioridad.
- Problemas de rendimiento escolar.
- Suele provocar tensión y interrupciones en la dinámica del aula y del centro (en pasillos, cambios de clase, etc.) y se acostumbra a vivir en este clima alterado.

¿Cómo intervenir si mi hijo es un espectador, un testigo de bullying?

- Haciéndole entender que el bullying no es un juego, es violencia, y estos comportamientos, tanto de aplaudir o festejar como el quedarse indiferente, aumentan la violencia.
- Promover la responsabilidad para que pueda comentar a los docentes las agresiones, pidiendo confidencialidad.
- Concientizarlo acerca de las posibilidades de influir positivamente en la situación de acoso, al actuar en conjunto con otros pares.
- Fomentar la solidaridad, el compañerismo y el respeto mutuo.
- Fortalecer su autoestima y el derecho a defender sus derechos y el de los demás.

¿Qué consecuencias tiene el bullying para el chico que es testigo?

- Incremento del temor a ser victimizado con el consiguiente aumento de búsqueda de protección y evitación de estas situaciones.
- Aprenden por observación que el/la agresor/a es tenido en cuenta y hasta valorado en el grupo de iguales.
- Se acostumbran a vivir en un clima interpersonal donde existe el abuso, la intimidación y donde impera la ley del más fuerte y el estilo de relaciones del modelo dominio-sumisión y el poder de las personas prepotentes sobre las débiles.
- Acaban considerando que la violencia interpersonal es algo inevitable y que no hay nada que hacer para impedirlo.
- Aprenden a ser cómplices.
- En definitiva aprenden a no ser solidarios.⁶

¿Cómo proteger a los hijos del bullying, para que no lo sufran, para que no lo ejerzan?

- Sosteniendo un ambiente familiar de confianza y respeto, donde puedan sentirse escuchados, donde puedan contar lo que les pasa, lo que les molesta, lo que los frustra, lo que los enoja.
- Haciéndoles sentir que son amados, que son valiosos y que uno está atento a sus necesidades e intereses. Reconociendo sus virtudes.
- Fomentando el diálogo para resolver los conflictos.
- Fortaleciendo sus capacidades personales.
- Evitando la violencia en el hogar. Si se crece en un ambiente respetuoso, se aprende a respetar. Muchas veces, el bullying, comienza en la relación entre hermanos. Si se acepta el maltrato entre hermanos, los hijos crecen, pensando que es normal, tratarse violentamente. Lo mismo pasa si ven, que los padres no se respetan.
- Enseñándole a denunciar la violencia, los malos tratos, y a no naturalizarlos.
- Ayudándole a controlar los enojos y frustraciones.

Educar en valores y con el ejemplo diario, es una gran responsabilidad de la familia.

