

# BULLYING

## (Acoso escolar)

Reflexión enviada por Psic. Ma. Guadalupe Rodríguez Morales  
malusagadd@yahoo.com.mx  
Instituto México Primaria; Tijuana, B.C.

*El tema de la violencia o acoso escolar está presente hoy en día en las instituciones educativas. Es una situación compleja, delicada y muy seria, que tenemos que comprender en todas sus implicaciones para prevenirla y atenderla. La Psicóloga Ma. Guadalupe Rodríguez Morales, responsable del Depto. Psicopedagógico del Instituto México Primaria, de Tijuana, B.C., nos invita a sensibilizarnos y a conocer este fenómeno.*

### Qué es Bullying?

Es una interacción social compleja, desequilibrada entre las partes, que se repite y va encauzada a dañar deliberadamente. No es una simple broma...

Se pueden identificar los participantes del Bullying (el acosador, el acosado y el que contempla la situación de daño y no interviene). La forma en que se pueden identificar dichos autores o participantes es preguntándose a los mismos niños directamente o bien, a través de cuestionarios.

En la mayoría de los casos, los maestros también conocen esta

situación, es decir, han visto actuar a un acosador, a un acosado y al espectador.

Se ha visto con mayor frecuencia que los niños de baja estatura son más victimizados, así como también, los de bajo peso ponderal o con sobrepeso, aquéllos con alguna



discapacidad física, incluso niños que padecen alguna enfermedad estigmatizante como el cáncer, o anormalidades; los que usan lentes o aquéllos que tienen problemas de lenguaje y/o de aprendizaje.

Es muy común que los chicos que son acosados o victimizados, presenten frecuentemente síntomas psicósomáticos, por ejemplo: que vomiten cuando saben que irán a la escuela, que les duela la cabeza o el estómago, etc. Se ha visto que cuando un niño esté presentando estos síntomas psicósomáticos, se debe sospechar de Bullying, entre otras cosas.

En las estadísticas de países de primer mundo, en donde se tiene identificado este problema, se sabe que el 40% de los actores de un Bullying (el acosador, el acosado y el espectador), mejorarán sin ninguna clase de intervención o terapia; sin embargo, el 60% NO MEJORARÁN Y CONTINUARÁN CON ESTE PROBLEMA EL RESTO DE SU ESTANCIA ESCOLAR INCLUSO EN LA UNIVERSIDAD.

Se ha visto que en sociedades “inmaduras emocionalmente”, este fenómeno es tres veces más frecuente...

Un punto interesante a mencionar, es que, cuando se es víctima y perpetrador a la vez (un ejemplo típico son los chicos con TDAH) ,se tiene tres veces más probabilidades de presentar ideación suicida, y hasta cuatro veces más probabilidades de que dicha ideación continúe aún en la juventud y adultez.

Smith y colaboradores en 2006, proponen las siguientes INTERVENCIONES para combatir el Bullying.

- 1) Valoración con fuentes de información (alumnos, maestros y padres).
- 2) TODA la escuela DEBE INVOLUCRARSE.
- 3) Se debe crear un entorno de SEGURIDAD, DE RESPETO Y NO DE HOSTILIDAD.
- 4) Ejercer la autoridad.
- 5) Medir problemas.
- 6) Definir metas.
- 7) Competencia entre los grupos de alumnos, para ver quien tiene más respeto entre sus compañeros,
- 8) Realización de carteles, periódicos escolares y/o murales que promuevan la difusión de respeto entre los alumnos y los padres de familia.
- 9) Hablar constantemente del tema
- 10) Continuamente preguntarle al/los niño(s), ejemplo: Alguno de tus amigos está siendo agredido? Quienes participan en la agresión?
- 11) Tener en cuenta que el chico víctima del bullying tiene muchos síntomas psicósomáticos.

## **SE DEBE HACER UN PROGRAMA QUE INVOLUCRE A TODA LA ESCUELA Y QUE LOS CHICOS Y LOS ADULTOS TRABAJEN JUNTOS.**

Propuestas para combatir la violencia en la Institución.

- a) Mejorar la comunicación Familia-escuela
- b) Promover un ambiente de aceptación, es decir, aceptar a todos los alumnos sin importar sus características físicas, económicas, sociales, de aprendizaje, etc.
- c) Hablar con las escuelas sobre actos violentos, es decir, hablar sobre LOS PROBLEMAS, ATENDER LOS PROBLEMAS, no pasarlos por alto o desapercibidos o dejarlos al tiempo para que este se encargue de olvidarlos.
- d) NO POLÍTICAS DE MIEDO.
- e) Que el estado y la sociedad apoyen a alumnos en riesgo.

El Bullying es un sistema de participantes. No solo es el perpetrador, sino también las víctimas, los perpetradores-víctimas y los espectadores.

Además, no solo involucra niños, sino también maestros, abuelos, cuidadores, padres, tíos porque permiten el problema.

Existen varias formas de Bullying:

Bullying físico (golpes, aventones, peleas, etc.)

Bullying verbal (groserías, apodos, cantaletas, cartas o notas intimidantes, etc.)

Bullying con gestos (miradas, sacar la lengua, hacer un ademán de mofa, de humillación, etc.).

Estas tres formas son **Bullying Directo**, y existe otro tipo que se llama **Bullying Indirecto**, y es cuando a la víctima se le aísla, se le saca de un grupo o no se le permite la integración a algún grupo. Se habla rumores de la víctima, etc. Este tipo de Bullying es muy común entre mujeres.

En Suecia hay solo 10% de incidencia de Bullying, con todo y que en este país se trabajó arduamente desde hace varias décadas.

En Lituania por ejemplo, se estima una incidencia de 54%.

Consecuencias del Bullying.-

- Existe evidencia científica que apoya que este fenómeno causa estrés e incapacidad emocional, lo cual impide que las potencialidades físicas, académicas y/o emocionales se desarrollen óptimamente.

- Existe evidencia científica suficiente para apoyar que los chicos que padecieron del Bullying, estarán en un riesgo mayor de presentar trastornos psiquiátricos.

Los problemas de salud tienden a presentarse con mayor frecuencia, en los chicos del Bullying (el estrés afecta al sistema inmunológico).

- Mayor incidencia de problemas emocionales (depresión, ansiedad).
- Mayor incidencia o riesgo de que estos chicos usen sustancias ilegales en la juventud (drogas) , y es importante mencionar, que esto es independiente del país donde se viva o la raza o nivel socioeconómico en donde se encuentre el chico.

Cuando hablamos de chicos Bullying, nos referimos tanto al perpetrador como a la víctima. Se ha visto que ambos están más propensos de sufrir afectaciones en el futuro.

Con todo lo anterior, pareciera un gris porvenir para el fenómeno Bullying; sin embargo, la buena noticia es que el **BULLYING ES UNA SITUACIÓN QUE SE PUEDE CORREGIR.**

Un ejemplo actual es Noruega, que ha sido un país que ha logrado disminuir en un 50% este problema, tomando en consideración los siguientes aspectos:

- 1º. Reducir la victimización,
- 2º. Proporcionar ayuda a los intimidados
- 3º. Crear un ambiente social integral.

Ahora sabemos que el Bullying sigue el siguiente curso:

- a) Se inicia en el pre-escolar.
- b) Tiene su pico o mayor incidencia hacia 2º. primaria aproximadamente.
- c) Se continúa durante el resto de la escuela primaria y el resto de la vida escolar.

La opinión de los expertos coincide en cuanto a, lo que puede contribuir a la incidencia del Bullying . Siendo la competitividad del consumismo de nuestra sociedad y los medios de comunicación que difunden estos aspectos, favoreciendo el incremento de este fenómeno.

Comportamientos que pueden observarse en el Bullying.-

En la víctima:

- ansiedad
- depresión
- No quieren ir a la escuela
- Disminución del aprovechamiento escolar
- Mayor incidencia de problemas físicos o de lenguaje
- Mayor incidencia de problemas familiares.

En los perpetradores: - Mayor tendencia al aislamiento

- Delincuencia
- **Disminución en el aprovechamiento escolar.**
- Mayor incidencia de deserción escolar
- Agresivos con sus padres
- A menudo tienen padres que no son cariñosos con ellos.

Aquellos quienes tiene ambos roles, es decir, víctima-perpetrador, tienden a ser los más problemáticos. Se ha visto que los chicos con TDAH que tienen un elevado nivel socioeconómico y/o familias atípicas o con alteración en la dinámica familiar, tienen mucho más incidencia de ideas suicidas y/o homicidas.

### **Lugares del Bullying.-**

-Autobús, recreo, cafetería, baños, o incluso actualmente por internet o mensajes por el teléfono celular. Al parecer es mucho más probable que se de el fenómeno Bullying cuando hay más personas que cuando hay menos; ya que cuando hay más público, la tendencia es a no hacer nada; es decir, se diluye el problema y el perpetrador encuentra favorables estos lugares.

En los lugares donde hay menos público, no es tan frecuente que se de el fenómeno Bullying.

Pareciera que entre más somos en un lugar, tendemos a paralizarnos al ver que un ser humano ataca a otro.

La víctima del Bullying tiende a tener más conductas depresivas e ideas suicidas.

Lo mejor es escuchar a los niños y hacerlo con seriedad, aunque no nos digan toda la verdad. **NUNCA dar mensajes de descalificación.**

Objetivo de las Intervenciones.-

- a) Crear un ambiente de respeto
- b) Involucrar a profesores y todo el resto de personal de la escuela
- c) Evitar que se presenten agresiones. INTERVINIENDO INMEDIATAMENTE.
- d) Escuela de puertas abiertas.
- e) Inculcar valores dentro del programa escolar.
- f) Trabajar en la solidaridad entre alumnos y sociedad.
- g) Promover la empatía y las buenas relaciones en escuela y sociedad.
- h) Reforzar conductas positivas, es decir, aprobar verbalmente o con algún premio ( si este fuera el caso) cuando el chico perpetrador se porte bien.
- i) **NO** se debe expulsar al chico perpetrador, ya que esto imposibilitaría el poder rescatarlo e integrarlo adecuadamente a la sociedad. Cuando se deba aplicar alguna sanción, se sugieren suspensiones cortas entre otras.

Se ha demostrado por estadística, que si el público en general conoce sobre este tema, la probabilidad de que funcionen las medidas de intervención para prevenir y corregir el Bullying ES MAYOR.

**El Bullying es MUY COMÚN Y ES UN PROBLEMA MUY MUY SERIO.**

Es totalmente PREVENIBLE.

En el Hogar funciona lo siguiente:

- a) Primero escuchar al niño,
- b) Hacerle saber que entendemos como se siente,
- c) Brindarle todo nuestro apoyo,
- d) Hablar con la escuela

## NO HACER MÁS.

Es importante saber que NO SE PUEDEN cambiar los rasgos de personalidad, pero SI modificar conductas (sus conductas). Hacerle ver al niño qué tipo de conducta es RESPETABLE.

Alentar a los niños a hablar sobre el problema. Mencionarle que entendemos y compartimos su problema; y establecer reglas que regirán al grupo ( grupo del salón de clases, o del grupo de futbol, o del grupo de canto, etc.).

Existe ahora la tendencia de que los chicos formen sus propios comités y establezcan sus propias reglas para regirse entre ellos. Que todos las conozcan y que conozcan las consecuencias de una conducta no respetable. ( muy parecido a una sociedad democrática).

NO FUNCIONA confrontar a la victima con el perpetrador, dado que HAY UN DESEQUILIBRIO DE PODERES QUE ES PATENTE, y al confrontarlos sólo se hace más evidente e intimidante dicho desequilibrio,

Cuando todo el equipo escolar (intendentes, maestros, directores, alumnos y padres de familia), se encuentran capacitados para manejar una situación de bullying, es más probable que la actuación del perpetrador se limite.

### Diferencia entre un conflicto escolar y el bullying

<b>Conflicto escolar</b>	<b>Bullying</b>
-Evento aislado que ocurre accidentalmente (conducta accidental)	- Evento que persiste a través del tiempo. (conducta intencional).
-No necesariamente dirigido a dañar. Carente de objetivo.	-Deliberadamente encauzado a provocar daño. El objetivo es ganar control sobre la otra persona a través de la agresión física o verbal.
-Conflicto entre iguales (personas o chicos con fuerza o poder similar).	-Desequilibrio de poder.
-Se maneja siguiendo los pasos de solución de conflictos.	-Requiere estrategias específicas
-No hay un patrón de actores. -Cuando se soluciona adecuadamente, deja un aprendizaje positivo.	-Hay actores bien identificados en su rol y de manera persistente (perpetrador, victima, observador). -Cuando no se soluciona, tiene efectos a corto (rendimiento académico, interacción social, salud) y a largo plazo (autoestima, deserción escolar, ideas suicidas, conductas delincuenciales: abuso sexual, daño y/o amenaza con armas ).

## **ALGUNAS ACCIONES DEL AULA SEGURA**

- Promover el desarrollo de conductas pro-sociales.
- Fomentar el buen uso del poder, protagonizando lo POSITIVO.
- Modelar la adecuada identificación y expresión de sentimientos y/o emociones para lograr el auto control (coraje o enojo, con o sin agresión).
- Tomar medidas preventivas contra el sexismo, racismo, diferencias de capacidades y/o condición socioeconómica.
- Entrenamiento en asertividad.
- Buena comunicación maestro-alumno, escuela-familia, familia-hijo.
- Se considera conveniente ATRERER a los padres, y hacerles ver que ellos son parte de la solución del problema del niño y NO señalarlos como culpables. “Piensa globalmente y actúa localmente”.

### **Factores que contribuyen a que se presente el Bullying:**

- a) Época Violenta. La época que vivimos es de mucha competencia. Apenas en el siglo pasado han ocurrido las peores masacres entre seres humanos, las peores guerras con alta tecnología y también violencia.
- b) Ahora los individuos estamos sometidos a más estrés, en competitividad continua, siempre de prisa, no atendemos a nuestro ser interior y de aquí a la intimidación, para con ello pasar a agredir a otros, a ejercer una “autoridad” sin medida ni juicio, ni mucho menos pensando en el bien común.
- c) Pérdida en ésta época de una paternidad.
- d) Crisis de valores.
- e) Falta de sensibilidad a la singularidad del estudiante, su individualidad, su historia familiar, la historia de relación con sus padres, la forma en como el chico afronta sus sentimientos (odio, gozo, etc.) y su responsabilidad.
- f) El chico agresor o perpetrador, generalmente tiene un padre o ambos que fueron también agresores.