



SOS... ACOSO ESCOLAR



Cada vez es más frecuente encontrar en los medios de comunicación noticias que hablan “bullying” o acoso escolar, de situaciones que hacen sufrir enormemente a niños y jóvenes en el entorno escolar. En ocasiones, utilizamos este término con cierta ligereza, quizá por desconocimiento, quizá por la alarma social que existe...y ponemos bajo ese “paraguas” situaciones que no son acoso... En otras ocasiones, llegamos demasiado tarde, cuando ya el menor se encuentra seriamente perjudicado. El acoso escolar existe y no es un problema que haya que dejar pasar porque “siempre lo ha habido”, porque “es cosa de niños” o porque “los chiquillos tienen que aprender a defenderse solos”. Busquemos el equilibrio: evitemos cometer el error de considerar que todo es acoso, pero tampoco dejemos caer en saco roto las señales que nos puedan hacer pensar que nuestro hijo está siendo víctima de “bullying”.

¿QUÉ ES el acoso escolar?

El “bullying” es un acoso sistemático, que se produce reiteradamente en el tiempo, por parte de uno o varios acosadores a una o varias víctimas.

Los expertos señalan que implica **tres componentes clave**:

1. Un **desequilibrio de poder** entre el acosador y la víctima. Este desequilibrio puede ser real o sólo percibido por la víctima.
2. La agresión se lleva a cabo por un acosador o un grupo que intentan dañar a la víctima de un modo **intencionado**.
3. Existe un **comportamiento agresivo hacia una misma víctima**, que se produce de **forma reiterada**.



TIPOS de acoso escolar (es posible que convivan varios tipos de forma simultánea):

⚡ **Físico**: consiste en la agresión directa a base de patadas, empujones, golpes con objetos; o indirecta, cuando se producen daños materiales en los objetos personales o robos.

⚡ **Verbal**: es el más habitual. Sólo deja huella en la víctima. Las palabras tienen mucho poder y minan la autoestima de la víctima mediante humillaciones, insultos, motes, menosprecios en público, rumores falsos, mensajes telefónicos ofensivos o llamadas...

⚡ **Psicológico**: se realiza mediante amenazas para provocar miedo, para lograr algún objeto o dinero, o simplemente para obligar a la víctima a hacer cosas que no quiere hacer.

⚡ **Social**: consiste en la exclusión y el aislamiento progresivo de la víctima. En la práctica, los acosadores impiden a la víctima participar, ignorando su presencia, no contando con él en las actividades normales entre amigos o compañeros de clase.



¿CÓMO DISTINGUIMOS lo que es acoso y lo que no lo es acoso?

Los niños se pelean a veces. Esto no quiere decir que debamos aceptar la agresividad como fórmula de relación, pero debemos entender que no todas las peleas son signo de acoso escolar. Incluso puede que se hagan daño niños que son amigos y que no por ello vayan a dejar de serlo. Tampoco es que el más débil o el que pierde la pelea esté siendo acosado, aunque sin duda hay que intervenir. **Un insulto, una burla, una pelea aislada no son tolerables, hay que actuar, pero no son acoso. La principal diferencia está, por tanto, en la reiteración en el tiempo.**

Hay situaciones muy graves que tampoco debemos considerar acoso. Son las que se refieren a actos delictivos como las agresiones sexuales, el uso de armas, las amenazas de muerte o aquellas agresiones que ponen en riesgo la integridad de la víctima o su vida. En esos casos ya no hablamos de acoso, son delitos y, además de hablar con el centro escolar, hay que denunciar.

¿Qué podemos hacer DESDE CASA?

¿Cómo actuar si sospechamos que nuestro hijo sufre acoso escolar?

1. Es fundamental **prestar mucha atención a nuestro hijo**, interesarnos por cómo le va en el colegio, saber qué tal está con los niños de su clase y **no perder de vista las señales** que pueden evidenciar el acoso, ya que, en muchas ocasiones, son reticentes a contar lo que les pasa. Temor a ir a la escuela, pérdida de apetito, aumento de la irritabilidad, dolores de estómago o de cabeza sin causa aparente, descenso del rendimiento escolar... son algunos de estos síntomas.
2. **Poner en conocimiento de los profesores lo antes posible** cualquier sospecha o duda sobre la posibilidad de que nuestro hijo o un compañero pueda estar siendo víctima de acoso.
3. **Enseñar a nuestro hijo a ponerse al lado de la víctima**, hacerle ver que no hacer nada o “reír la gracia” ante una situación de maltrato a un compañero nos convierte en cómplices y que comunicar a un adulto un problema así no significa ser “chivato”.
4. **Mostrar a nuestro hijo el valor del respeto y la importancia de empatizar** con los demás (ponerse en el lugar del otro), para evitar hacer a los demás lo que no nos gustan que nos hagan a nosotros.



“Lo más atroz de las cosas malas de la gente mala, es el silencio de la gente buena”
- Mahatma Gandhi -

Ante una situación de acoso escolar, el silencio NO es la solución.

La mayoría de los casos se resuelven si se habla pronto de ello y si nuestros hijos y quienes los acompañamos (padres, profesores, comunidad educativa al completo) mostramos “Tolerancia 0” al maltrato y nos convertimos en agentes activos para darle la vuelta al acoso escolar.

Adaptación de: