PAUTAS PARA PADRES ANTE UNA SITUACIÓN DE ACOSO

[spacer]

[spacer]

Asociación Ignis

Asociación contra el acoso escolar y laboral

www.asociacionignis.com

[spacer]

[spacer]

[spacer]

[spacer]

PRESENTACIÓN

Comienza el curso escolar y con él otra forma de violencia de la que son víctimas los niños, el acoso escolar –también llamado bullying–.

Precisamente por eso hoy nuestra «Firma invitada» es la ASOCIACIÓN IGNIS, una entidad sin ánimo de lucro que nace con el objetivo de crear un espacio dirigido a todas esas personas que han sufrido o están sufriendo cualquier situación de acoso en la Comunidad Autónoma de Aragón.

Los objetivos principales de Ignis son la prevención del acoso tanto escolar como laboral, asesoramiento y ofrecer soporte y ayuda a todas esas personas que, directamente e indirectamente, están sufriendo cualquier tipo o modalidad de acoso.

En el artículo siguiente, la ***ASOCIACIÓN IGNIS*** nos detalla de una forma clara y práctica las ***claves para reconocer si nuestro hijo o hija está siendo víctima del acoso escolar o, por el contrario, nos encontramos ante un acosador o acosadora***, así como ***las pautas a seguir tanto si nuestro hijo o hija está siendo acosado como si es el agresor o agresora.***

[spacer]

[spacer]

PAUTAS PARA PADRES ANTE UNA SITUACIÓN DE ACOSO

El acoso escolar es un problema que provoca una gran preocupación hoy en día por sus implicaciones sociales,

familiares y personales. Si atendemos a las noticias publicadas a lo largo de este año referentes al tema, observamos cifras y situaciones alarmantes. En la mayoría de los casos es tarde para actuar y solo obtenemos noticias en periódicos y telediarios de sucesos que duran semanas, con duros desenlaces y nosotros, los oyentes, intentamos buscar culpables: el colegio, la sociedad, el fácil uso de las tecnologías o hasta nos atrevemos a expresar juicios de valor equivocados con preguntas y afirmaciones como: ¿qué clase de educación recibirá el culpable de esto?, ¿cómo los padres permiten esa situación?, ¿cómo puede un niño actuar así?, deberían controlar más a sus hijos, etc.

Según algunos estudios realizados hasta la fecha, el acoso escolar representa en cifras el 23% de los alumnos españoles. Estos podrían sufrir o han sufrido algún tipo de conducta de acoso. Ante esta problemática, se nos plantean millones de preguntas: ¿conocemos realmente la realidad que viven nuestros hijos en las aulas?, ¿somos conscientes del peligro que conlleva esta conducta?, ¿qué hago si mi hijo sufre acoso?, ¿y si es él quien lo provoca?, ¿hasta dónde se debe de involucrar el colegio?

Para abordar esta problemática, comenzaremos con una breve definición de acoso escolar, también llamado bullying. Este se define como cualquier forma de conducta agresiva (psicológica, verbal o física), producida entre escolares con una intencionalidad clara ya sea manifiesta o no

por parte del acosador y, dato muy importante, debe de realizarse de forma reiterada a lo largo del tiempo. Además del acoso escolar presencial, existe el ciberacoso o ciberbullying, el cual se manifiesta con conductas dirigidas a ejercer hostigamiento entre iguales a través de medios electrónicos y de comunicación como el correo electrónico, las redes sociales, blogs, mensajes de móvil, etc.).

Estas situaciones se caracterizan por un desequilibro de poder, es decir, los niños y adolescentes acosadores usan su poder, ya sea físico, psicológico o social, provocando que la persona acosada no pueda defenderse por sí misma.

Esa manifestación de poder, se puede presentar de diferentes formas: agresiones, insultos, motes, marginación, gestos de amenaza, exclusiones intencionales de un grupo, etc. Todas ellas provocan desequilibrios emocionales, psicológicos y el aislamiento social del niño. Niños y niñas participan en este tipo de comportamientos pero la manifestación es diferente, los niños se decantan por intimidaciones directas y públicas, en cambio las niñas, frecuentemente, usan medios más discretos y no tan directos, como la exclusión, los motes o el desprecio por rasgos físicos. Lo más desconcertante es la edad tan temprana con la que comienzan a expresar este tipo de conducta; se están detectando casos de bullying en chicos y chicas de 6 y 7 años tanto en centros públicos como privados.

Cualquier tipo de acoso puede tener efectos nocivos en todos los niños y niñas involucrados, por lo que no debemos caer en el error de creer que la violencia o la intimidación es algo inevitable en la adolescencia o en la niñez y que por ello, debemos ignorarlo. La indiferencia o identificarlos como comunes pueden acarrear graves consecuencias.

Las víctimas constantes de acoso escolar declaran tener trastornos del sueño, depresión, apatía, ansiedad-angustia, culpabilidad patológica, fobia al entorno escolar, trastornos de personalidad, trastorno de Estrés Postraumático, daños

importantes de autoestima y confianza, trastornos alimentarios, trastornos del habla, falta de interés, apatía, disminución del rendimiento escolar, suicidio, deterioro personal, familiar y social y estigmatización social.

Las consecuencias para los niños que acosan son bastantes desalentadoras: falta de control, actitud violenta irritable, impulsiva e intolerante, muestras de autoridad exagerada, imposición de sus puntos de vista y consecución de sus objetivos mediante la fuerza y la amenaza, relaciones sociales y familiares problemáticas y pérdida de interés por los estudios y fracaso escolar.

En muchas ocasiones, aquellas personas que son víctimas pueden cambiar el rol y convertirse en agresores, o viceversa. En estos casos se añaden factores relacionados con el desajuste social, aislamiento, ansiedad, baja autoestima y depresión.

No hay que olvidar que este tipo de conductas genera un entorno negativo de terror y ansiedad, no sólo en las víctimas, sino también para los observadores.

Está claro que **el acoso es un problema importante y necesita una plena involucración de los educadores y padres**. *La mejor táctica para evitarlo es la prevención y si esto no ha sido suficiente, la intervención inmediata en la familia, escuela y afectados.*

Para ayudar a entender esta involucración, nos vamos a centrar en los papeles de víctima y acosador, y de ahí contemplaremos dos apartados, el primero, las señales de alerta de ambos y

el segundo, lo que se debe hacer en estos casos.

Comencemos con ***las víctimas*****, algunas** de estas **señales que nos pueden ayudar son:**

- Presenta numerosas faltas de asistencia y absentismo grave en el colegio.
- Pone excusas de no encontrarse bien y está enfermo frecuentemente.
- El rendimiento escolar desciende de manera significativa.
- Tiene problemas de concentración, sentimientos de culpa, apatía, síntomas depresivos, síntomas de ansiedad o somáticos.
- A veces se pueden observar conductas de ataque, o por el contrario de huida/evitación.
- Tiene miedo a perder el control o a estar solo, parece que llama la atención con ideas autolíticas o de suicidio, tiene inestabilidad emocional.
- A veces al contarnos ciertos hechos los niega o proporciona información incongruente y contradictoria.
- El niño o niña presenta moratones.
- Se suele aislar del grupo de iguales y no tiene muchos amigos, por lo que no suele hacer planes con compañeros.
- Afirma que a nadie le cae bien o que no tiene amigos en el colegio.

[spacer]

Continuamos con las **pautas a seguir si piensa que su hijo está siendo acosado**:

- Lo primero de todo y principal es mantener la calma.

Ante este tipo de situaciones es normal que se experimente rabia y odio hacia el otro niño/a, hacia el profesor por no hacer nada y hacia sus padres, pero lo que debemos hacer es solucionar el problema y no intensificarlo con más violencia.

- Hablar con el niño/a y obtener toda la información que pueda aportar.
- No sugerir el uso de la violencia para defenderse.
- Llevar a cabo juntos un juego de roles basándose en cómo debe actuar su hijo frente a su acosador, ayudándole con estrategias y soluciones.
- La postura debe de ser siempre de colaboración con los padres del otro niño/a y la escuela.
- Dejarles claro que el pedir ayudar a su profesor o director no lo hace un chivato.
- Desaprobar cualquier tipo de intimidación o falta de respeto en casa entre hermanos, adultos o amigos.
- Informar a las autoridades de la escuela sobre lo que está sucediendo y pedirles que te comuniquen el protocolo que van a llevar a cabo para afrontar este problema.
- Animar a su hijo a realizar actividades que fortalezcan su autoestima y la confianza en sí mismo.
- Buscar ayuda exterior, siempre hay profesionales dispuestos a ayudar en estos casos y podrá ofrecerle sugerencias de cómo trabajar con su hijo para acabar con las consecuencias del abuso.

[spacer]

Por otro lado, **en el caso de los agresores**, se puede crear más polémica al no llegar a entender cómo un niño/a puede llegar a ser tan cruel con un igual. Normalmente achacamos la responsabilidad a sus padres, creyendo que él también vivirá un entorno abusivo pero, en ocasiones, la gente podría llegar a sorprenderse ya que su ambiente es totalmente normalizado. Por supuesto que es primordial el papel de los padres, pero no es el único. A este hecho se le unen factores como la baja empatía hacia los demás, el miedo a que ellos sean los acosados, no saber o no poder afrontar sus problemas de otra manera, el momento evolutivo en que se encuentran, entre otros factores.

Los signos de alerta que manifiesta *el acosador* son:

- Manifestación de una agresividad verbal y física en diferentes situaciones.
- Se ha visto involucrado en peleas en el colegio o instituto.
- Se refiere a otras personas con insultos.
- Transmite poca empatía hacia los demás.
- Suele frustrase cuando las cosas le salen mal.
- Tiene bajo autocontrol, impulsividad, conductas violentas y coacciones en otros entornos.
- Desconfían de los demás porque no han aprendido a fiarse de sí mismos.

- Utiliza un lenguaje corporal de rechazo con miradas y gestos violentos o intimidadores.
- Intenta conseguir lo que persiguen a través del abuso de poder.

[spacer]

Las pautas que debemos seguir siempre que nos percatemos o sospechemos que nuestro hijo/a es culpable de intimidar o abusar a otra persona, son:

- Puede ocurrir lo contrario que en el caso anterior. Los padres no llegan a creerse que ese tipo de conducta la lleve a cabo su hijo/a y normalmente llegan a enterarse por el colegio o por los padres de otros niños. Lo primero y esencial es no negar los actos de acoso y sentir empatía hacia la víctima, es decir, puede que no le den la misma importancia o que simplemente lo percibáis como un juego de niños, huyendo del problema.
- Hablar calmadamente con el niño; no se le debe acusar de malo o acosador, hacerle ver que ha hecho algo malo, no que él sea el malo.
- Explicar el porqué es inaceptable ese tipo de conducta y cómo puede afectar a las personas.
- Mostrar a su hijo alternativas para su comportamiento abusivo, fomentando el respeto y la tolerancia.
- Alabar a su hijo siempre que tenga un comportamiento adecuado.
- Establecer de forma clara las consecuencias de ese comportamiento agresivo; por ejemplo, la pérdida de privilegios, nunca utilizar consecuencias físicas.
- Los padres debemos ser un ejemplo en el hogar nunca utilizando la violencia.

- Informar a las autoridades de la escuela sobre lo que está sucediendo y pedirles las pautas que van a llevar a cabo para afrontar este problema.
- Buscar ayuda exterior, siempre hay profesionales dispuestos a ayudar en estos casos y podrá ofrecerles sugerencias de cómo trabajar con nuestros hijos para acabar con las consecuencias del abuso.

[spacer]

Por último especificamos el tercer perfil en el acoso, ***los observadores***. Los hemos dejado en último lugar porque es un perfil muy diferente al acosador y la víctima, por una razón muy simple, **ellos deciden mantenerse al margen de esta situación.**

Son aquellas personas que suelen actuar, presenciando una situación de acoso y no hacen nada para evitarla e incluso colaboran aceptándolo de manera pasiva, por ejemplo grabando agresiones, al igual que pueden reaccionar directamente ignorando el hecho, o bien, pensando «no me gustaría estar en su pellejo».

Pero realmente, ¿ser observador es la mejor opción? Rotundamente no, ya que, indirectamente motivan a los acosadores para avergonzar y amenazar a sus víctimas porque sienten que son los protagonistas. Entonces, ¿por qué razones lo somos?

Las razones pueden ser diversas:

- Pueden pensar que implicarse no tenga ningún efecto y

que siempre será así.

- Otros sienten miedo de que puedan convertirse en la nueva víctima del acosador si se involucran.
- Es posible que algunos piensen que el acoso escolar «no es su problema» y por lo tanto, deciden no involucrarse.
- Miedo de que al involucrarse, contándole lo sucedido a un profesor, le tachen de «chivato».

[spacer]

Como padres, lo primero que aconsejamos a nuestros hijos es: «no te metas en líos» o «no seas un soplón, que está muy feo», consideraciones que al niño le pueden confundir y no saber cómo actuar ante estas circunstancias.

Pero si optamos por una solución del problema debemos considerar a nuestro hijo como un sujeto activo y no pasivo de esta situación y aconsejarle. Algunas de estas indicaciones pueden ser:

- No mostrarse indiferente a la situación y preguntarles su opinión acerca de por qué no hace nada o cómo se sentiría.
- No utilizar la violencia física para defender al acosado. Lo más probable es que sólo compliques las cosas.
- Tratar de hablar con los profesores y director de forma privada; ellos saben cómo no poner a estos niños/as en peligro.
- Ayudar a vuestro hijo/a a ponerse en la situación de la otra persona y hacerle entender que esa persona puede estar sufriendo una pesadilla con graves consecuencias.

[spacer]

A modo de conclusión, nuestra posición ante el bullying o

acoso escolar es muy clara: **NO DEJEMOS QUE EL ACOSO CREZCA CON NUESTRO SILENCIO E INDIFERENCIA Y ACABE CONSIDERÁNDOSE PARTE INTEGRANTE DE LA EXPERIENCIA ESCOLAR DE UN NIÑO.**

[spacer]

Más información en:

[spacer]