

# Tanto la familia como la escuela pueden establecer reglas para evitar el acoso escolar



¿Se puede proteger a tu hijo a que no se convierta en un acosador ni en un acosado? Pues claro que sí. Por lo menos existen algunas pautas que pueden ayudar tanto a la familia como a los educadores y a la sociedad de un modo general, a prevenir este fenómeno. Luchar contra el *bullying* es una responsabilidad de todos. Cada parte implicada debe cumplir su papel:

## La familia

Educar es una tarea muy difícil ya que los padres ni las madres son expertos en pedagogía o han nacido ya preparados para educar a sus hijos. Pero la familia se construye y su estado es considerado esencial para la socialización de los niños, a través de la transmisión de valores, normas, comportamientos, etc. La familia es la que tiene que establecer lo que es reprochable y lo que es aceptable, en casa y en las relaciones sociales. Según los expertos en acoso escolar, la ausencia de reglas, la falta de supervisión y de control razonables de la conducta de los hijos fuera del colegio, de lo que hacen y con quién van, una disciplina demasiado dura, la falta de comunicación y la ocurrencia de tensiones y de peleas en la familia, pueden llevar a que los hijos adquieran conductas agresivas.

## Qué puede hacer la familia

Existen cursos y reuniones de escuela de padres y madres que pueden orientar a los progenitores acerca de lo que puede hacer para mantener alejados a sus hijos del *bullying*. Se basan, normalmente, en reglas básicas como:

- 1- preocuparse por sus hijos, hablando con ellos. Crean un canal de diálogo con ellos. Eviten los monólogos. Se aprende y se conoce mejor los hijos oyéndoles.
- 2- Estar pendiente de los posibles síntomas como nerviosismo, falta de apetito, insomnio, bajo rendimiento escolar, fobia escolar, etc.
- 3- Controlar y supervisar las conductas de sus hijos, observando qué hace, a dónde va, con quién juega, cuáles son sus intereses, proyectos, etc.
- 4- Determinar los límites y las normas. Exigir el cumplimiento de las elementales.
- 5- Educar para controlar las emociones, para comportarse con los demás, para convivir con otros.
- 6- observar los comportamientos, estados de ánimo, y los cambios en los hábitos de los niños.

## La escuela

El tipo de disciplina que haya en el aula y en el centro es de fundamental importancia en la construcción de una buena conducta. La constante supervisión en las aulas y en el patio, así como en el comedor, también cuenta a la hora de detectar si está o no ocurriendo algún acoso escolar. Profesores y cuidadores deben estar presentes, siempre.

## Que deben hacer las escuelas

En un principio, no cerrar los ojos a la realidad. Establecer reglas para evitar el *bullying*, mantener un buzón de sugerencias y de quejas siempre abierto, tratar el tema a través de cursos, conferencias o tutorías, poner a cuidadores o vigilantes en el comedor, en el recreo, y en otras zonas de riesgo, introducir y mantener asignaturas de educación en valores, e intervenir de una forma rápida, directa y contundente en el caso de haya alguna sospecha de acoso escolar. En complicidad con el centro escolar, los profesores deben colaborar en la identificación de algún caso, o simplemente estableciendo con sus alumnos unas normas de no agresión.

## Qué pueden hacer las instituciones y los medios de comunicación

Crear y mantener un teléfono público para los niños es una forma de abrir una puerta a sus posibles conflictos. Las campañas anuales de sensibilización también pueden funcionar para prevenir el acoso escolar. En cuanto a los medios de comunicación sería interesante y muy viable que controlasen más los contenidos que emiten o publican.

La sociedad en general debe prevenir y atajar posibles brotes de acoso. Es necesario estar atento y no dejar pasar nada o pensar que todo es normal o se trata de una broma. Cuando un niño se burla, amenaza o pega a otro niño, se debe intervenir para que eso no se repita. Cuando en el patio del colegio alguien se burla del aspecto de otra persona, hay que reprenderle. Lo malo se corta por la raíz.

## El acoso escolar amenaza a casi un 2% de los niños



**Bullying** es una palabra inglesa que significa intimidación. Infelizmente, es una palabra que está *de moda* debido a los innúmeros casos de persecución y de agresiones que se están detectando en las escuelas y colegios, y que están llevando a muchos escolares a vivir

situaciones verdaderamente aterradoras.

El Bullying se refiere a todas las formas de actitudes agresivas, intencionadas y repetidas, que ocurren sin motivación evidente, adoptadas por uno o más estudiantes contra otro u otros. El que ejerce el bullying lo hace para imponer su poder sobre el otro, a través de constantes amenazas, insultos, agresiones, vejaciones, etc., y así tenerlo bajo su completo dominio a lo largo de meses e incluso años. La víctima sufre calada en la mayoría de los casos. El maltrato intimidatorio le hará sentir dolor, angustia, miedo, a tal punto que, en algunos casos, puede llevarle a consecuencias devastadoras como el suicidio.

## **Casos concretos de bullying**

Se estima que un 1,6% de los niños y jóvenes estudiantes sufren por este fenómeno de manera constante y que un 5,7% lo vive esporádicamente. Los datos varían en función de la fuente de la que procedan y del enfoque manejado a la hora de estudiar el fenómeno. Una encuesta del Instituto de la Juventud (INJUVE) eleva el porcentaje de víctimas de violencia física o psicológica habitual a un 3% de los alumnos. Y afirma que un 16% de los niños y jóvenes encuestados reconoce que ha participado en exclusiones de compañeros o en agresiones psicológicas.

El Defensor del Pueblo señala que en 5% de los alumnos reconoce que algún compañero le pega, mientras el Instituto de Evaluación y Asesoramiento Educativo (IDEA) indica que un 49% de los estudiantes dice ser insultado o criticado en el colegio, y que un 13,4% confiesa haber pegado a sus compañeros.

*Libre, libre. Mis ojos seguirán aunque paren mis pies.* Estas fueron algunas de las últimas palabras que dejó escritas Jokin Zeberio, de 14 años, antes de suicidarse, tirándose al vacío con su bicicleta, desde lo alto de la muralla de Hondarribia, España, en septiembre de 2004. Jokin venía sufriendo el acoso de sus colegas desde hacía años. Las continuas amenazas, humillaciones, insultos, golpes, palizas, lo hicieron sufrir y lo llevaron a la muerte. El hecho hizo sonar la alarma social, política y educativa, y ha generado múltiples debates. Pero, lamentablemente, no frenaron el fenómeno. Los casos de bullying afloran y cada día nos percatamos que no son recientes ni raros.