

**TRABAJO DE FIN DE GRADO
DE MAESTRO EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

**MODALIDAD: PROYECTO DE REVISIÓN TEÓRICA
TUTOR: ANTONIO FRANCISCO CANALES SERRANO**

“EL BULLYING, UN TEMA DE ACTUALIDAD”

VERÓNICA PÉREZ ORIVE

**CURSO 2017-2017
CONVOCATORIA: SEPTIEMBRE 2017**

Título: “El *bullying*, un tema de actualidad”

Resumen:

En este documento se presenta un trabajo de fin de grado de la cuestión en el ámbito del bullying. Para ello se examinan en un primer apartado la bibliografía existente y cuestiones sobre la historia del bullying alrededor del mundo y en España. Se habla de cómo y quién comenzó a estudiar este fenómeno. Posteriormente, se centra en las características de los implicados en el proceso, de su evolución en el tiempo debido a las redes sociales y cómo ha llegado a ser cyberbullying: su vertiente en redes sociales. Finalmente, se habla también de los posibles métodos de prevención, de cómo localizar el bullying en el entorno y cómo se puede combatir en casos ya existentes. Todo este trabajo se desarrolla desde una perspectiva crítica respecto al tema y la información está justificada y argumentada con estudios de famosos autores que se pueden encontrar en la bibliografía y citados en todo el trabajo. Por último, se concluye el trabajo con una reflexión personal en la que expongo abiertamente mi opinión sobre este tema.

Palabras clave: Acoso escolar, implicados, prevención, consecuencias, soluciones.

Abstract:

In this document, we present a Degree's Final Project about the issue in the ambit of bullying. For this reason, in the first paragraph of this project, we will take a look at the existing bibliography and at the history of bullying all around the world and, particularly, in Spain. We will talk about how and who started studying this phenomenon. After, we will focus on the characteristics of the people involved in this process, on its evolution over time due to social networks and on the way that bullying has turned into cyber-bullying: a type of bullying that takes place in social networks. Next, we will also talk about possible prevention methods, about ways to detect bullying in a particular environment and about how to deal with bullying cases that already exist. This whole project presents a critical perspective regarding this topic and all the information we have given is justified and we have consulted several studies by different well-known authors, who can be found in the bibliography and who have also been previously mentioned in the project. Finally, this project concludes with a personal reflection where I openly express my opinion about this topic.

Key words: Bullying, implicated, prevention, consequences, solutions.

ÍNDICE

1.- Justificación.....	Pág. 4
2.- Historia del <i>bullying</i> a escala global.....	Pág. 5-7
3.- El <i>bullying</i> en España.....	Pág. 8
4.- Implicados.....	Pág. 9-11
5.- Ciberbullying.....	Pág. 12-13
6.- Prevención y actuación.....	Pág. 13-18
7.- Conclusiones.....	Pág. 18-19
8.- Bibliografía.....	Pág. 20-21

1. Justificación

El trabajo que presento a continuación tratará sobre el *bullying*, también conocido más comúnmente como acoso escolar, un fenómeno que se remonta a muchos años atrás, aunque se le haya conocido con nombre propio desde hace poco tiempo. En lo sucesivo, hablaré de qué es el acoso escolar y de su trayectoria a lo largo de los años tanto en España como en otros países del mundo; mencionando algunos casos concretos que se consideran imprescindibles para contar la historia del *bullying*.

Cabe destacar que, en mi trayectoria en este grado, he hecho varios trabajos sobre este tema por la gran importancia que creo que tiene en la sociedad. Me parece totalmente fundamental conocer los entresijos de este fenómeno para una correcta y efectiva localización y actuación del mismo cuando ejerza la profesión para la que he estudiado.

Hace varios años realicé un trabajo de investigación sobre este tema y fue tal el rechazo de colegios, profesores, alumnos y padres ante la realidad de los alumnos en el colegio, que esto me impulsó a profundizar mucho más en el tema y que lo viera como algo personal; como un hándicap que hay que superar en la escuela. Me di cuenta de que es un tema tabú para muchos, por demasiados factores como para solventarlos de un día para otro. Por ello, aquí empiezo mi labor como futura docente, aportando mi granito de arena para que, con otros muchos, podamos construir una montaña y una sociedad que acabe viendo el acoso escolar como un recuerdo, y no una realidad.

Dicho esto, asusta pensar que, según la Organización de Naciones Unidas (ONU), dos de cada diez niños sufren acoso escolar por parte de sus compañeros e iguales. Esto conllevaría que, tal y como suelen estar distribuidas las clases hoy en día, (con una media de 25 alumnos por aula), haya aproximadamente cuatro o cinco niños en la clase con este problema; o lo que es lo mismo, 246 millones de jóvenes, niños y adolescentes padecen este tipo de hostigamiento en el planeta.

Es por estos motivos por los que he decidido realizar el trabajo de fin de grado sobre este tema tan importante y relevante en nuestra sociedad, en el que hablaré no solo de qué es el acoso escolar o sus implicados, sino también del paso que ha tenido a lo largo de la historia y de cómo no solo no ha disminuido, sino de cómo ha ido cada vez a peor.

2. Historia del *Bullying* a escala global

Para encontrar el principio del *bullying* tendría que remontarme muchos años atrás; por ello, antes de nada, comenzaré con la definición básica. La palabra *bullying* es un anglicismo que no forma parte del diccionario de la Real Academia Española (RAE), pero cuya utilización es cada vez más habitual en nuestro idioma. El concepto refiere al acoso escolar y a toda forma de maltrato físico, verbal o psicológico que se produce entre escolares, de forma reiterada y a lo largo del tiempo.

Sin embargo, esta es una definición un poco abstracta, por lo que antes de proseguir, es preciso delimitar claramente, según un experto en la materia en cuestión, en qué consiste el fenómeno del acoso escolar o *bullying*. Dan Olweus (1983), uno de los primeros en investigar este tema, lo define como una conducta de persecución física y/o psicológica que realiza un alumno contra otro al que escoge como víctima de repetidos ataques. Esta acción, negativa e intencionada, sitúa a la víctima en una posición de la que difícilmente puede escapar por sus propios medios. Añade que la continuidad de estas relaciones provoca en las víctimas efectos claramente negativos: descenso de la autoestima, estados de ansiedad e incluso cuadros depresivos, lo que dificulta su integración en el medio escolar y el desarrollo normal de los aprendizajes.

Una vez aclarado el concepto de *bullying* o acoso escolar, procedo a hablar de la historia de este fenómeno. ¿Cómo ha progresado a lo largo de la historia? ¿por qué se le ocurrió a Dan Olweus (1983) y muchos otros investigar este tema?

El principio de este fenómeno es muy confuso y no hay ninguna fuente fiable que delimite exactamente un año o un motivo por el que comenzó; no obstante, en 1983 se comenzó a tratar con rigor cuando, en Noruega, se suicidaron tres chicos de edades entre 13 y 14 años por esta causa. Se emprendió una campaña en educación primaria y secundaria dirigida por D. Olweus, convirtiéndose así en la autoridad de referencia en este tema.

En Massachussets se promulgaron en abril de 2010 leyes estatales que exigen que los casos más severos de acoso escolar sean denunciados a las autoridades, después del suicidio de Phoebe Prince, de 15 años, cansada del *bullying* del que era víctima. En 2012, el caso de Amanda Todd, acabando también con su propia vida por el mismo motivo y, dejando un video con todo lo ocurrido, volvió a estremecer a los Estados Unidos.

En 2016, en Reino Unido, fue muy sonado el suicidio de un inmigrante, Asan Khad, de once años, que decidió quitarse la vida debido al brutal acoso que sufrió en tan solo tres semanas que estuvo en el nuevo colegio; así como los casos de Kyle Darker, de doce años en 2014; o Hannah Smith, de catorce años, en 2013.

En España, la preocupación se despertó con el suicidio de Jokin Ceberio, de 14 años, en 2006. No era, ni mucho menos, el primer caso de acoso escolar llevado a ese extremo, pero sí el primero en hacerse tan mediático y comenzar una campaña en contra de este problema.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) y Naciones Unidas (ONU), cada año se suicidan en el mundo alrededor de 600.000 adolescentes y jóvenes, entre los catorce y veintiocho años, y al menos la mitad tiene alguna relación con el *bullying*. En Europa, las naciones con más acoso son, por este orden: Reino Unido, Rusia, Irlanda, España e Italia.

Lo preocupante es que cada vez los casos de suicidio por este tema son mayores y en niños o niñas de menor edad. Algo escalofriante ya que, si se busca información por internet, se verán casos de suicidio de niños de menos de diez años. Sin embargo, no es bueno centrarnos solo en esos casos ya que, aunque el niño no llegue a ese límite, el *bullying* puede causarle secuelas físicas, emocionales, psicológicas y de conducta a corto y largo plazo, pudiendo perdurar de por vida. Tristemente, tanto al buscar información como en mi experiencia personal, he visto muchas situaciones en las que no se toman medidas frente al acoso escolar; los colegios no saben cómo solventar esta situación.

Se suele asimilar el *bullying* a las confrontaciones esporádicas o a otras situaciones conflictivas más o menos violentas que se pueden dar en los centros educativos, pero en realidad se trata de un proceso más complejo que conlleva la ruptura de la simetría que debería existir en las relaciones entre iguales, y la reestructuración de estas relaciones bajo un esquema de dominio-sumisión que se mantiene estable en el tiempo.

Es preciso señalar la poca atención que se suele prestar al maltrato verbal y especialmente a la exclusión social. Estas formas son poco consideradas y pueden gozar de cierta permisividad por parte de los mismos compañeros o incluso los adultos, que suelen asociar el maltrato únicamente con la violencia física. Al contrario de lo que se suele suponer, este tipo de maltrato (verbal o de exclusión) puede causar peores consecuencias a largo plazo para quien la sufre antes que la agresión abierta.

Por último, centrándome en el tema de forma general, me interesa otra definición que hace Ortega y Mora-Merchán (1997) donde se observan nuevos frentes que no se mencionaban en las definiciones anteriores y dice así: “Sentimiento de ser maltratado injusta e impunemente de forma prolongada y la sensación de indefensión que provoca el no saber salir, por los propios medios de esa situación social”

Me centro en esta definición por dos aspectos que creo relevantes: el término injusticia y sensación de indefensión.

Por un lado, el término de injusticia hace ver que, en ocasiones, no hay ningún motivo para que el agresor ataque a una víctima en concreto sin ningún tipo de provocación. No se trata de actuaciones o agresiones espontáneas por un hecho concreto o algún conflicto de intereses ni una riña común. El *bullying* consiste en un proceso de acoso y maltrato por parte de un escolar frente a otro que se choca con el conflicto sin haberlo buscado o provocado y que, en muchas ocasiones, no tiene margen ni carácter para salir de esa situación por determinados motivos de los que hablaremos más adelante. La víctima sufre así maltratos y vejaciones durante un largo período de tiempo.

Por otra parte, en cuanto a la sensación de indefensión es una de las peores realidades de las víctimas de este fenómeno. En ocasiones se les acosa por su incapacidad para defenderse o pedir ayuda; por ser retraídos, con pocos o ningún amigo o por ser diferentes al resto. En estos casos, se parte de que la víctima está “sola” y que no tendrá a nadie a quien recurrir o pedir ayuda y poder defenderlo. Esta situación es la que necesitan los acosadores para poder hacer con la víctima lo que quieran sin ningún tipo de consecuencias ni responsabilidades.

El fenómeno del *bullying* presenta una agresividad injustificada que puede traer consigo un mayor o menor nivel de gravedad, pero en la totalidad de los casos siempre está presente la violencia porque pervierte el orden esperable de las relaciones sociales entre iguales; quedando registrado con el término de reciprocidad moral esperable entre iguales (Ortega, 1997). Es un juego de carácter perverso donde predomina una relación de dominio-sumisión causando en la mayoría de casos procesos de victimización y, por consiguiente, deterioros psicológicos en el desarrollo personal de las víctimas y deterioros morales en el de los agresores.

3. El *bullying* en España

El *bullying* en España es una triste realidad desde hace años. Tal y como decía en el apartado anterior, son millones de casos por todo el mundo, pero quiero centrarme en España debido a la cercanía y porque sería posible intervenir más rápida y fácilmente.

En 2016, la Fundación ANAR (Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo) registró 1.207 casos de acoso escolar reales, lo que supone un aumento del 87,7% en el último año y un 240% desde 2015, según los registros de dicha fundación.

En Canarias, los últimos datos de los que dispone la Consejería especifican que en el curso 2012/ 2013 de 129 denuncias sólo 50 se determinaron finalmente como acoso escolar. En el año siguiente de 141 avisos de posible *bullying*, la cifra se quedó en 67 casos certificados. Mismo número que en el curso 2014 – 2015, en el que sí subieron las denuncias, 156. Porcentualmente, según ha explicado Monzón, “sólo en el 42% de las llamadas recibidas se detectan casos de acoso”.

Además, la consejera de Educación ha explicado que hasta el curso 2013/2014 era en Primero de la ESO el nivel donde más se cuantificaban situaciones de abusos entre alumnos. Esa tendencia se cambió durante el ejercicio 2014/2015, año en el que los casos en sexto de Primaria se igualaron a los revelados en Primero de la ESO. Un asunto que es positivo porque cada vez se está produciendo una detección más precoz y preventiva, aunque podemos discrepar de esa detección precoz y pensar que cada vez es más común en niños más pequeños.

Afortunadamente, en España ya se han incorporado medidas de ayuda como las nombradas (teléfonos de ayuda, asistencia social...) pero no son suficientes ya que también en España hay demasiados casos de suicidio por *bullying*: Carla Díaz se suicidó a los 14 años, en abril de 2013; Diego, de 11 años y Lucía, de 13 años ambos acabaron con sus vidas en 2016.

En algunas ocasiones si se han abierto grandes investigaciones y se han tomado medidas, pero en otros como en el caso de Diego, de once años, no se investigó y se cerró el caso muy rápido, lo que hace pensar que hay que tomar medidas serias, no solo frente al problema, sino frente a los colegios que no aportan ninguna solución ante el mismo.

4. Implicados.

Es necesario detenerse en los distintos roles que juegan los alumnos en una situación de *bullying*. El acoso escolar se suele dar en un contexto grupal, donde cada uno de los alumnos juega un rol (Salmivalli, 1999).

En una situación grave de acoso se encuentran tres roles principales de protagonistas: el agresor, la víctima y los espectadores que presencian las agresiones.

El agresor: Un acosador es una persona que se comporta de una forma que puede satisfacer sus necesidades de emoción, estatus, beneficios materiales o procesos grupales, y no reconoce ni busca satisfacer las necesidades y los derechos de quienes resultan afectados por su comportamiento. En muchos casos se hace por diversión, generalmente en grupo. Tienen una preocupante falta de compasión y empatía por el dolor ajeno. Eligen a una víctima débil que no tenga recursos para defenderse, o que tenga algún aspecto que excite su agresividad (como ocurre con la homofobia). El acoso solo dura cuando la víctima no sabe qué hacer, por eso son situaciones tan peligrosas. Como sólo se prolongan cuando la víctima es vulnerable, las posibilidades que los acosados tienen de sobreponerse son muy escasas.

En esta categoría se distinguen dos tipologías: 1.- la predominante dominante, con tendencia a la personalidad antisocial, relacionada con la agresividad proactiva, y 2.- la predominante ansiosa, con una baja autoestima y niveles altos de ansiedad, vinculada a la agresividad reactiva,

Los chicos de este segundo grupo suelen presentar déficit en el procesamiento de la información social y pueden manifestar una tendencia a sobre-atribuir hostilidad a los demás. Esto los hace más vulnerables a sufrir el rechazo sistemático de sus compañeros y pueden convertirse en agresor/víctima o víctima, según las circunstancias.

La víctima: Generalmente está aislada. También existen diversos tipos de víctima:

1.- la víctima clásica, ansiosa, insegura, débil, con poca competencia social

2.- la víctima provocativa que presenta un patrón conductual similar a los agresores reactivos, con falta de control emocional y que según los factores contextuales puede asumir el rol de agresor-víctima

3.- la víctima inespecífica que es aquella persona que es vista como diferente por el grupo y esta diferencia se convierte en objetivo. Esta última es la tipología más común.

La víctima suele ser elegida por ser o parecer vulnerable y aunque necesiten ayuda, no la piden por muchas razones. El silencio y el aislamiento son los grandes enemigos de cualquier persona que sufre este tipo de agresiones. Niños y adolescentes no hablan de sus problemas por diversas razones: no quieren parecer incapaces o cobardes; quieren solucionar sus problemas por su cuenta; tienen miedo de que los acosadores descubran que han hablado con algún adulto y a su vez que éste empeore las cosas; temen no ser comprendidos o creídos; no quieren que sus padres se preocupen; sienten vergüenza porque creen que ellos tienen la culpa; pueden ser incapaces de expresarse, tener poca confianza o sentirse confusos, etc.

A continuación, expondré un cuadro en el que, a través de las investigaciones e ideas de muchos estudiosos del tema, Jiménez, A. (2007) ha hecho una recopilación con las características principales o más comunes que tienen tanto el agresor como la víctima:

ROLES	CARACTERÍSTICAS	TRABAJOS
ACOSADOR POCO INTELIGENTE	Actitud positiva hacia la violencia, impulsivo y dominante	(Olweus y Endresen, 1998)
	Fáciles de provocar, disfrutan con la agresión	(Stephenson y Smith, 1987)
	Mal estudiante, hábil para hacer daño y evitar castigos, suelen ser populares, problemáticos.	(Ortega, 1998d; Ortega, 2000a)
	Sienten satisfacción con el dolor de sus víctimas y disfrutan con la agresión	(Hawker y Boulton, 2000)
ACOSADOR INTELIGENTE	Buen estudiante, popular, reconocido socialmente.	Sullivan, Cleary y Sullivan (2003)
	Habilidoso para organizar y dirigir al grupo. Seguros de sí mismos.	
	Falta de empatía, no sienten el dolor ajeno.	
VÍCTIMA PASIVA	Más ansiosas e inseguras que otros niños.	(Hawker y Boulton, 2000)
	Se sienten solos en la escuela y con amigos de poca calidad.	(Olweus, 1993)
	Buenos o medianos resultados académicos, escasas habilidades sociales, sobreprotegidos que se sienten débiles e inseguros para hacer frente a intimidación.	(Ortega, 2000a)
	Situados en lo más bajo de la escala social, ansiosas, inseguros y callados con miedo a la confrontación, lloran o se incomodan fácilmente y tienen pocos amigos	(Harris et al., 2006)
	Personalidad que coincide en parte con los agresores y en parte con las víctimas	(Kristensen y Smith, 2003)
VÍCTIMA PROVOCADORA	Preocupado, agresivo e hiperactivo en algún caso.	(Olweus, 1993)
	Activas, firmes y reactivas. Suelen defenderse sin eficacia pero siguen haciéndolo.	(Harris et al., 2006)
	Reacciones agresivas inapropiadas, agresivos reactivos e impulsivos, pocos amigos y nexos débiles con la escuela.	(Unnever, 2005)

Tras este cuadro quiero hablar de los espectadores, uno de los grupos principales implicados, además de otros colectivos que están muy relacionados con este tema.

Los espectadores: a veces observan sin intervenir, pero frecuentemente se suman a las agresiones y amplifican el proceso. Esto se explica por el fenómeno del contagio social, que fomenta la participación en los actos de intimidación, o también por el miedo a sufrir las mismas consecuencias si se ofrece apoyo a la víctima.

D. Olweus (2001) describe los distintos roles que se pueden dar en un grupo de alumnos en una situación de acoso como “el círculo del *bullying*”- Define las posiciones posibles que van desde el agresor al defensor de la víctima, pasando por los que secundan las agresiones, los que muestran su apoyo, pero no intervienen directamente, los espectadores pasivos, los posibles defensores, etc.

Se debe considerar que el espectador es parte muy importante del proceso ya que, sin ellos, la mayoría de veces podría no existir el acoso. Se ha dicho que el acosador disfruta de este fenómeno al tener un grupo social detrás que le aplauda o le ayude a humillar a su víctima; si este grupo no existiera o intentara parar los pies al agresor, probablemente no estaría hablando de este tema. Como ya he dicho, el espectador suele sentir el mismo miedo que la víctima porque se ve a sí mismo como el futuro candidato a serlo; es por ello por lo que decide asignarse el rol de espectador que está a favor del acosador para no ser el siguiente a por quien vaya este.

Quiero señalar que los espectadores también sufren las consecuencias de vivir en un entorno regido por el abuso y el maltrato: la insensibilización ante el sufrimiento de la víctima o la creencia en la inevitabilidad de la violencia son algunas de estas consecuencias.

El colegio y los profesores: Los docentes también deben saber reconocer señales de alarma en los comentarios, en las relaciones que se establecen en el aula, en el comportamiento en el patio de recreo, etc. El Centro debe tener un protocolo claro de actuación en esos casos, porque no conviene improvisar. Funciona bien el método de “La ventana rota” (Willson y Kelling, 1982). Este artículo habla de que, en un edificio abandonado, cuando había un cristal roto y no se arreglaba, incitaba a producir daños mayores. En una situación sin “cristales rotos”, sin conflictividad, o con la capacidad de arreglarlos rápidamente, se evitará que haya problemas mucho mayores. Este método recomienda corregir las cosas pequeñas, antes de que se hagan más graves. Si en las escuelas

se abordan correctamente las mínimas violaciones de los derechos de un alumno, el nivel de estas no irá a más.

5. Cyberbullying

En apartados anteriores hacía mención de la incapacidad de encontrar una fuente fiable donde encontrar en qué momento empezó este fenómeno tal y como lo conocemos; sin embargo, el *ciberbullying* es algo bastante nuevo, cuya aparición comienza de forma alarmante desde hace aproximadamente diez o doce años, aunque está en su momento álgido desde hace unos dos o tres años.

Hace años, el acoso escolar tenía lugar en el aula y en el patio de la escuela, prolongándose hasta el camino a la casa de la víctima. Esta última tenía en su casa cierto respiro y podía evitarlos negándose a ir al colegio o trasladándose a otro. Desgraciadamente, esto es lo que ha cambiado el *ciberbullying*, creando mayores consecuencias para los acosados.

El *ciberbullying* es un fenómeno que consiste en utilizar las nuevas tecnologías (chats de internet, Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp...) para realizar conductas intimidatorias y no dejar de acosar a la víctima psicológicamente en ningún momento, incluido cuando está en su casa. Esto supone que la persona acosada reciba mensajes desagradables y humillantes, no solo personalmente o directamente a su persona, sino que es humillada públicamente frente a su grupo de iguales en redes sociales a través de fotos de burla, vídeos o insultos de todo tipo.

Esto ocasiona un gran problema porque la víctima no tiene ningún respiro en su vida. Tendría agresiones psicológicas o físicas en su estancia en el colegio y al irse a casa continuaría la tortura; algo que muchos no pueden soportar y llegan incluso a poner fin a su vida al no ver cómo saldrán de esa situación.

Además, se debe hablar del Sexting, un nuevo fenómeno relacionado con las redes sociales que consiste en chantajear a otras personas con fotos o vídeos de alto contenido sexual si no se hace lo que el acosador/a quiere. Por tanto, aquí se ve que el *ciberbullying* no solo ha empeorado la situación, sino que ha hecho víctima a cualquier persona sin ningún tipo de criterio; ya que cualquier niño o adolescente confiado (y sin vigilancia paterna) sería capaz de enviar ese tipo de fotos o vídeos a otra persona y acabar siendo chantajeados, acosados o humillados frente a su grupo de iguales.

Por último, al hablar del peligro de las redes sociales en este proceso de *bullying*, no puedo dejar atrás el gran fenómeno llamado “La Ballena Azul”. Este “juego” apareció en internet en 2016 y se hizo viral. Hoy en día está completamente prohibido porque el fin de este juego era lograr el suicidio de adolescentes y jóvenes. Consistía en ir superando una serie de retos en los que el “jugador” se hacía daño a sí mismo mediante misiones como: hacerse cortes en el brazo con cuchillos u otros utensilios o trataban de volverle loco con tareas tales como levantarse a las 4:20 de la madrugada y ver películas de terror, etc. Todo esto hasta llegar al final del juego, cuya misión del jugador era suicidarse. Esto supuso un gran escándalo porque las víctimas eran capaces de hacerlo sin ningún tipo de freno o criterio que les dictara que estaba mal lo que hacían.

Hablo de esto porque puede ser una consecuencia real de desesperación de aquellos que un día sufrieron *bullying* en el colegio y no supieron superarlo, acabando trágicamente y ayudándose de las redes sociales. Save the Children (2017) ha publicado recientemente un estudio sobre el acoso escolar y el ciberacoso en España con una propuesta de actuación en la que ayudan a los alumnos con problemas a asesorarse y les ayudan a salir de esa situación.

6. Prevención y actuación.

La salud mental de niños y adolescentes es una de las preocupaciones importantes de las autoridades sanitarias en los países desarrollados. Lamentablemente, en nuestro país, los indicadores relativos a la salud mental de niños y adolescentes no son precisamente muy optimistas, ya que se observa un gran número de casos de fracaso escolar, abuso de sustancias y trastornos de conducta que, para más inri, se presentan cada vez con mayor precocidad.

La violencia y el maltrato entre iguales, en particular, constituyen un obstáculo para el desarrollo de los alumnos en los centros educativos y en la sociedad en general, así como un factor de riesgo importante para sufrir trastornos en la adolescencia y en la edad adulta.

De ahí la necesidad de abordar el fenómeno precozmente y desde una óptica rigurosa, sin maximizarlo, pero tampoco negándolo o mirando hacia otro lado, con el argumento de que son “cosas de chicos” o “en nuestro centro no hay acoso” o la gran afirmación: “maltrato ha habido siempre” que justifica la no intervención. Como muy bien recoge el profesor

Sanmartín (2005), aunque haya habido prácticas incluso milenarias en este sentido – como golpear al menor o a la mujer-, eso no significa que deban seguir existiendo.

Como todos los problemas educativos, en el del acoso influyen muchos elementos: psicológicos, sociales y morales, entre otros. Pone de manifiesto la necesidad de que la sociedad entera colabore en su resolución, aunque familias y centros educativos tienen un papel esencial. No es un problema irresoluble. De hecho, cuando un centro educativo se empeña, puede eliminar, o al menos reducir drásticamente, la violencia de cualquier tipo en las aulas. No se trata de educar a los alumnos en una burbuja, sino de ayudarles a enfrentarse con los problemas.

Lo importante es dar a cada caso la importancia que merece y eso deben determinarlo los profesores, los tutores, los departamentos de orientación y los padres. Hay que eliminar el tópico de que son cosas de adolescentes, que siempre han sucedido y que sirven para endurecerlos. Es verdad que han sucedido siempre, pero también es verdad que los efectos pueden ser malos y muy duraderos.

Desde la fundación ANAR, (Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo) se da una lista de diez consejos o pautas para los padres para prevenir el acoso escolar; estos son algunos de ellos:

- Permanecer atento a las señales de alerta: evitar ir a clase, dolores de todo tipo, nervios...
- Mantén la calma: Hablar con su hijo de forma tranquila y dejando que cojan confianza y cuenten los problemas que tienen por ellos mismos, sin presionarlos.
- Hablar con su hijo sobre cómo resolver sus problemas.
- Fomentar la autoestima del niño.
- Ponerse en contacto con el centro.
- Si nada funciona, llamar a la fundación ANAR.

Es importante decir que, se debe pensar que las personas implicadas en casos de acoso escolar, tanto directa (víctima y agresor) como indirectamente (espectador), se verán afectadas en su vida de forma drástica. Esto quiere decir que una correcta observación de patrones por parte de las familias y de los profesores, podrán advertir el problema desde que empieza. Algunos de las señales que pueden causar alarma son:

- 1.- cambio del comportamiento de forma súbita y sin explicaciones

2.- el rechazo a las clases, absentismo escolar o desgana por juegos o actividades extraescolares donde puedan estar esos acosadores

3.- caída inexplicable de los resultados académicos

4.- roturas o suciedad en la ropa, así como desgarrones

5.- heridas o hematomas en el cuerpo o la cara y evasión de cómo se los hizo

6.- pasividad o evitar contar cosas de qué ha hecho en el colegio o qué tal le ha ido el día

7.- interrupciones del sueño, insomnio o trastornos en las pautas de sueño

8.- dolores de cabeza, de estómago u otras indisposiciones sin causa aparente

9.- evitar actos sociales como cumpleaños o salir al cine.

Estas son las señales más comunes de alarma para captar la atención y darse cuenta como profesores o padres de que está pasando algo extraño que, muchas veces es el acoso escolar.

Otra forma de prevención ante el *bullying* es hacer talleres y tutorías en las que se hable del respeto hacia los iguales, de las inseguridades de cada uno o de posibles situaciones en las que se pueden ver envueltos y cómo solucionarlas de forma dialogante. En muchas ocasiones, el *bullying* parte de inseguridades o complejos de los propios acosadores que, frustrados, tratan de impulsar esos problemas al exterior, afectando a las personas que tienen alrededor y acabando con su tranquilidad. Es una forma de exteriorizar todo lo que llevan dentro. Cabe destacar que, las víctimas, por su parte, también suelen tener problemas e inseguridades, lo que las lleva a soportar las vejaciones o humillaciones por parte de sus compañeros, empeorando así su situación cada vez más y prolongándola ilimitadamente en el tiempo. Por ello es bueno que, desde que son pequeños, se traten este tipo de temas en la clase. De este modo podrán ver que no están solos, que siempre hay solución para todo y sabrán identificar qué está bien y qué está mal.

Muchas veces, los implicados son personas con graves problemas personales, por ello también es bueno que los profesores conozcan cada una de las circunstancias personales para poder ayudarlos ellos mismos o que intervenga el orientador o psicólogo del centro y así poder ofrecerles ayuda desde el colegio y evitar de raíz estas situaciones de *bullying* frente a sus compañeros. Como ya se ha visto, este tipo de problemas o complejos puede convertir a un niño tanto en víctima como en el propio acosador. Es por esto por lo que deben conocer la

realidad, las consecuencias de sus actos y aprender otras formas de afrontar la vida y las situaciones que puedan estar trastornándoles.

Por último, una educación emocional y en valores puede ser una gran ayuda para prevenir este fenómeno debido a que muchas veces, los niños no saben qué es la empatía y no saben ponerse en el lugar del otro. Si se les educa en valores y se les enseña los sentimientos que puede haber, serán capaces de identificar qué sentimiento o emoción tienen y cómo combatirla para que puedan tener una vida mucho más tranquila y saber controlar su mente y sus impulsos.

A pesar de todo, el ser humano es impredecible. Por ello, se debe pensar que, a pesar de todas estas propuestas de prevención y de mejora, podrían no funcionar en algunos casos. Por otra parte, muchas escuelas siguen empeñadas en negar la situación de acoso en sus centros y otros, por multitud de motivos, no pueden o no quieren preparar planes de prevención ante el *bullying*. Por ello debemos hablar de actuación frente al problema cuando ya está ocurriendo y existe un problema real de acoso escolar en los centros.

Las situaciones de *bullying* tienen en común muchos elementos y se podría pensar que la intervención puede ser muy similar en todos los casos. Esto no es así, aunque se pueden establecer unas líneas generales, la intervención debe concretarse a cada realidad. El éxito que se puede obtener es proporcional a una definición ajustada de cada situación, que puede ser muy distinta según los casos y el contexto.

Para planificar adecuadamente una prevención con posibilidades de éxito, será útil conocer dónde pasan estas cosas, quienes están implicados y hasta qué punto; los puntos fuertes y débiles de cada uno. La aproximación mediante múltiples informantes es la completa para hacer un diagnóstico ajustado de la situación. Los informes de profesores y padres pueden ser útiles, pero los alumnos son los mejores conocedores de la realidad que se da en su grupo y es a ellos a quienes debemos preguntar.

Una intervención centrada exclusivamente en el agresor y/o en la víctima, produce unos efectos indeseables. Culpabiliza a los protagonistas, a la vez que libera de responsabilidad a los demás niños del grupo, olvidando que son precisamente estos los que tienen capacidad para mantener o evitar estas situaciones. Al tratarse de un fenómeno relacional, cualquier intervención se debe construir en torno a una aproximación sistémica: debe ir más allá del agresor y la víctima, debe ir más allá del entorno (otros alumnos indirectamente implicados, los profesores, los padres y también el personal de la escuela). Por ejemplo, hacer una

aproximación al fenómeno, junto con los alumnos, pensar y discutir entre todos qué puede hacer cada uno para mejorar las relaciones interpersonales, establecer sistemas de apoyo entre iguales, estrategias de afrontamiento y de soporte a la víctima, protocolos de actuación, etc.

Estas actuaciones, englobadas en un Proyecto de Convivencia de Centro, adquirirán sentido y una mayor eficacia. Sin descartar una intervención terapéutica con el agresor o agresores y/o la víctima cuando sea necesario, entendemos que el fenómeno debe ser abordado desde una óptica psicosocial que fomente la salud y el bienestar emocional de todas las personas que forman la comunidad educativa (Cowie, Boardman, Dawkins y Jennifer, 2004)

Hoy en día, en España se ha visto que las estadísticas del acoso escolar no disminuyen sino todo lo contrario: van cada vez a peor. Por ello, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, Ciencia y Cultura (UNESCO) reclama una respuesta eficaz basada en un enfoque global, centrado tanto en la prevención como en la disminución del problema. Recordar que los datos en España son escalofriantes. Por ello, el Ministerio de Educación ha puesto en marcha este curso 2016/2017 un teléfono gratuito, atendido por psicólogos y que no deja huella telefónica, para atajar una problemática en constante aumento. Desde la Fundación ANAR aseguran que, frente a 2016 ha crecido el número de llamadas de violencia escolar un 75%.

Por último, puedo decir que existe una gran solución que ocurre en algunos casos excepcionales. Una de las mejores soluciones contra el *bullying* es cuando la propia víctima se revela. Por mucho que los profesores hablen con todas las partes implicadas, aunque se encuentre el problema a tiempo y se intente poner fin; hay veces en las que ninguna de estas soluciones tiene repercusiones reales. Muchas veces incluso el problema va a peor o el agresor deja de serlo dejando paso a otro que llega días, meses o años después, tomando a la misma víctima porque la ven “vulnerable” o “diferente”. Por ello, pienso que la mejor solución sale de la propia víctima que se revela ante sus acosadores o agresores. En Estados Unidos, se hizo viral en 2012 el caso de Casey Heynes. Este niño fue un héroe para todos aquellos que sufrían *bullying* en el colegio. Este chico sufrió abusos y palizas por parte de sus compañeros durante años por el simple hecho de ser obeso. Hasta que él mismo le puso fin. Salió en Youtube el momento en el que un niño muchísimo más pequeño que él iba a pegarle, tal y como hacía todos los días. La sorpresa se la llevó cuando Casey se rebeló contra él y cambió los papeles, siendo él quien tirara al suelo a su agresor. Desde ese momento, nadie

más molestó a este chico porque ya no era un objetivo fácil y la gente vio que sabía defenderse. A raíz de esto salieron en televisión y en blogs, multitud de niños que habían seguido el ejemplo de Casey y habían tenido las mismas consecuencias: librarse del *bullying* al que llevaban sometidos todas sus vidas.

7. Conclusiones

Como se dijo en el resumen del trabajo, el *bullying* existe desde que se fundó la primera escuela. Sin embargo, es desde hace relativamente poco que se ha empezado a tratar de forma tajante y radical. Gracias a los derechos humanos y a multitud de convenios y leyes que cuidan del bienestar de la persona, le hemos dado la importancia que tiene. Aun así, el camino es largo.

Al investigar este tema y tener que informarme de todo en profundidad, me han surgido multitud de sentimientos: de rabia, de frustración, de impotencia... me parece que es algo horrible que siga existiendo, pero a la vez soy consciente de que los seres humanos, así como podemos ser buenos y bondadosos, también podemos ser la peor versión de nosotros mismos. Después de leer todo lo que he leído, ver vídeos sobre el tema y profundizar en él, creo que el *bullying* es algo escalofriante, pero también que podríamos ponerle fin fácilmente.

He hablado en el trabajo de varias soluciones, aunque personalmente, creo que la mejor es educar en valores a los alumnos. Enseñarles qué sienten las víctimas, qué siente el agresor, qué sentirían las familias al enterarse de que a su hijo, hermano, o nieto lo están maltratando las personas que deberían apoyarlo y ser sus amigos o compañeros. Hacer que se pongan en el lugar del otro y sentir todo lo que sentirían.

Durante mi experiencia en colegios durante el período de prácticas y en mi propia estancia en el colegio, he visto que esta situación es muy real, aunque a veces cueste verla. Muchas veces los niños se meten con otros por cosas insignificantes y muchas veces ni es con mala intención, pero ahí está el comienzo. Es en ese momento donde se debería hablar con ellos y hacerlos ver que lo que empieza como un juego o una broma, puede acabar en una situación muy dolorosa.

Por otro lado, he visto algo muy interesante durante mi investigación del tema: el papel de los observadores. Creo que ni ellos mismos son conscientes, muchas veces, de la influencia que pueden ejercer ante el acosador. Si nadie mirase ni aplaudiera esas situaciones de maltrato

o injusticia, si nadie le diera una palmada en la espalda de alago al acosador, este no existiría. No tendría ningún tipo de motivación para hacer lo que hace y se acabaría el problema.

Pienso que este tema se ha enfocado bastante mal desde hace años. Nos solemos centrar en el maltratador, cuando el problema suele terminarlo más fácilmente la víctima. Cuando esta se revela, el acosador no tiene nada que hacer. ¿Por qué nadie acosa al acosador? La respuesta es simple: porque sabe defenderse. Si enseñáramos a las víctimas su derecho a defenderse, a ser respetados y a defender lo que es suyo, su libertad e independencia, no hablaríamos del *bullying* como una realidad.

Una de las cosas que más me ha impactado, es la implicación de las redes sociales en este tema y cómo las ha empeorado cada vez más. Aquí podría empezar un debate sobre la utilización de las redes sociales por parte de los menores, pero me limitaré a decir que el problema principal es que un niño de primaria o principio de secundaria no debería tener móvil ni acceso a internet. A pesar de esto, soy consciente de que los tiempos han cambiado, pero, al darle a un niño un teléfono móvil con internet, debemos vigilar qué hace, qué envía a sus amigos o conocidos y para qué usa ese teléfono. Si los niños estuvieran bien educados o controlados, no existiría el problema del Sexting, ni habrían salido a la luz “juegos” como el de la Ballena Azul.

Por último, me gustaría hablar de la realización del trabajo como tal. Creo que ha sido muy interesante el poder tener una “excusa” para investigar este asunto, además de haber tenido la libertad de escoger el tema que más me interesara. Me ha parecido un trabajo fascinante y me he sentido muy bien al poder realizar una investigación con esta profundidad y análisis del mismo. Me gustaría poder presentarlo o exponerlo en algún momento de mi vida en algún colegio o institución y ver las repercusiones que tendría en el alumnado.

8. Bibliografía

- Delgado, A. (2017). “El bullying aumenta un 240% en los últimos dos años”. *El Español*. Recuperado de: <http://www.elspañol.com>
- Barón, B. (2016). “¿Qué lleva a un niño de 9 años a suicidarse por bullying?” *La Información*. Recuperado de: <http://www.lainformacion.com>
- García, C. (2017) “Dos de cada diez alumnos sufre acoso escolar en el mundo”. *El País*. Recuperado de: <http://www.elpais.com>
- Cerezo, F (2001). *La violencia en las aulas*. Madrid: Pirámide.
- Cerezo, F (2002). *Bull-s revisado. Test de evaluación de la agresividad entre escolares*. Madrid: Albor-Cohs.
- Ciberbullying, (2017). Recuperado de: <http://www.ciberbullying.com>
- Cowie H., Boardman Ch., Dawkins J. y Jennifer D. (2004) *Emotional Health and Well-Being*. London: SAGE Pub.
- Press, E. (2016). “Las cifras del acoso escolar en España. *Ecodiario*. Recuperado de: <http://www.ecodiario.elconomista.es>
- Kelling, George y Q. Willson, James. (1982) *Broken windows*.
- Desconocido. (2017). “10 consejos para prevenir el bullying.”. Fundación ANAR. Recuperado de: <http://www.anar.org>
- Desconocido. “El acoso escolar o bullying es violencia” (2017). Fundación Save the Children. Recuperado de: <http://www.savethechildren.es>
- Jiménez, A. (2007). *El maltrato entre escolares (Bullying) en el primer ciclo de Educación Secundaria Obligatoria: valoración de una intervención a través de medios audiovisuales*. Universidad de Huelva, Huelva.
- Durán, Luis. “Acoso escolar” (2016). *El Mundo*. Recuperado de: <http://www.elmundo.es>
- Olweus, D. (1983). Low school achievement and aggressive behaviour in adolescent Boys. En D. Magnusson y V. Allen (Eds.), *Human development. An interactional perspective* (pp 353-365). New York: Academic Press.
- Ortega, R. y Mora-Merchán, J.A. (1997). Agresividad y violencia. El problema de la agresividad entre estudiantes. *Revista de Educación*, 313, 7-27.

Ortega R. (1997) El proyecto Sevilla Anti-violencia Escolar. Un modelo de intervención preventiva contra los malos tratos entre iguales. *Revista de Educación*, 1997, 313:143-158.

Salmivalli C. (1999) Participant role approach to school bullying: implications for interventions. *Journal of Adolescence*, 22. 453-459.

Sanmartín, J (2005). *Violencia y escuela*. IX Reunión Internacional sobre Biología y Sociología de la Violencia, Valencia.

Maltos, Y. (2015) “Información mundial bullying 2015. *El Confidencial*. 2015. Recuperado de: <http://www.consejeriaeducativa.com>