

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

**EL ACOSO ESCOLAR DESDE UNA  
PERSPECTIVA ADULTA.**

**LUCÍA AHLANDER LÓPEZ**

**TUTOR: EDUARDO MARTÍN CABRERA**

**CURSO ACADÉMICO 2019/2020**

**CONVOCATORIA: JUNIO**

**Título:** El acoso escolar desde una perspectiva adulta.

**Resumen:** El acoso escolar es un tipo específico de violencia que siempre ha existido y ha tenido lugar en todas y cada una de las épocas que constituyen nuestra historia. No es un tema reciente ni novedoso, es una batalla a la que se han tenido que enfrentar miles de estudiantes a lo largo de su vida, y de la que, en muchos casos, han salido gravemente perjudicados, teniendo que lidiar durante largos periodos de tiempo con una serie de secuelas emocionales prácticamente irreversibles.

Mediante esta investigación pretendemos dar a conocer las historias de un grupo de seis personas que sufrieron acoso escolar en la infancia, con el principal propósito de descubrir las consecuencias sufridas a largo plazo, y que derivan de este fenómeno. Para ello, les hemos realizado una entrevista totalmente anónima y constituida por un total de 12 preguntas, organizadas en base a diferentes categorías que nos permitan plasmar, abordar y desarrollar distintas cuestiones y aspectos del tema principal que estamos tratando.

Las respuestas obtenidas nos han hecho reflexionar sobre la importancia que adquiere el apoyo ofrecido a las víctimas por parte de los docentes y las familias, los cuales ejercen un rol fundamental en el proceso de confrontación y superación. También hemos podido comprobar la falta de información y concienciación que existía en un pasado, y cómo la situación se ha visto favorecida con el paso del tiempo, gracias además a la gran accesibilidad y a la inmensidad de recursos con los que la sociedad cuenta actualmente. En cuanto a los motivos por los cuales se produce el acoso, podemos afirmar que el aspecto físico y la falta de habilidades sociales son los más comunes. No obstante, la principal conclusión que hemos extraído es que, siempre que la víctima no reciba la ayuda que necesita y sea atendida como es debido y a tiempo, los conflictos emocionales que surgirán terminarán ocasionando una serie de limitaciones y daños psicológicos que afectarán a la persona de por vida, dañando irremediabilmente su autoestima y e influyendo negativamente en su bienestar personal.

**Palabras clave:** Bullying, acosador, víctima, observadores, maltrato.

**Abstract:** Bullying is a specific type of violence that has always existed and has taken place in each and every one of the times that make up our history. It is not a recent or novel issue, it is a battle that thousands of students have had to face throughout their lives, and which, in many cases, have been seriously harmed, having to fight for long periods of time with a series of virtually irreversible emotional sequels.

Through this research, we intend to make known the stories of a group of six people who suffered bullying during childhood, with the main purpose of discovering the long-term consequences of this phenomenon. To do this, we have conducted a completely anonymous

interview with a total of 12 questions, organized based on different categories that allow us to capture, address and develop different matters and aspects of the main topic that we are dealing with.

The answers obtained have made us reflect on the importance of the support offered to victims by teachers and families, who play a fundamental role in the process of confrontation and overcoming. We have also been able to verify the lack of information and awareness that existed in the past, and how the situation has been favored with the passage of time, thanks also to the great accessibility and vast resources that society currently has. Regarding the reasons why bullying occurs, we can affirm that the physical aspect and the lack of social skills are the most common. However, the main conclusion we have drawn is that, as long as the victim does not receive the help they need and isn't treated properly and on time, the emotional conflicts that will arise will end up causing a series of limitations and psychological damage that will affect the person for life, irreparably damaging your self-esteem and negatively influencing their personal well-being.

**Key Words:** Bullying, stalker, victim, observers, abuse.

## ÍNDICE

1. Justificación.....	3
2. Introducción-marco teórico.....	9
3. Objetivos.....	10
4. Método .....	11
-Participantes	
-Instrumento	
-Procedimiento	
5. Resultados.....	15
6. Discusión y conclusiones.....	18
7. Referencias bibliográficas.....	19

## 1. Justificación

En la gran mayoría de los artículos, trabajos, estudios e investigaciones que se han realizado acerca del acoso escolar o bullying, el tema se estudia desde la perspectiva del menor, ya sea el niño o niña que ha sido acosado o acosada o, por el contrario, el o la que ha adquirido el rol de acosador o acosadora. Se han podido recopilar un sin fin de datos, por medio de encuestas que se han realizado en diferentes centros a los niños y niñas de distintos cursos y edades, obteniendo resultados que nos recuerdan que el acoso escolar continua siendo un serio problema que se mantiene latente en todos los centros escolares y que requiere de especial atención y preocupación, ya que si no actuamos a tiempo, las consecuencias pueden llegar a ser trágicas e irreversibles. Un estudio elaborado por Save the Children señala que un 9,3% de los estudiantes encuestados considera que ha sufrido acoso tradicional en los dos últimos meses. Un 6,9% se considera víctima de ciberacoso. Al ser una encuesta representativa, se puede extrapolar al conjunto de la población, con el resultado de que el número de estudiantes de centros públicos que han sufrido acoso se eleva a 111.000 y 82.000 niños y niñas respectivamente. (Save the Children, 2016, p. 11). Estos datos demuestran que la violencia entre iguales, independientemente de que sean niños y niñas, no es un asunto para tomárselo a la ligera, y que sucede con una frecuencia mucho mayor que la que podríamos haber imaginado.

Mediante este proyecto de investigación, se pretende estudiar el acoso escolar y sus principales causas y consecuencias, desde un enfoque distinto: los recuerdos de un adulto o adulta que sufrió bullying en su niñez o adolescencia. Consideramos que podría ser interesante plasmar y comparar los datos obtenidos a partir de las respuestas dadas por los participantes adultos, a los que se les realizará una entrevista directamente relacionada con la cuestión principal. Nos centraremos, sobre todo, en los efectos negativos del acoso escolar, y hasta que punto puede llegar a influir en la vida de una persona; condicionando a la misma en varios aspectos y creando cicatrices que pueden permanecer invisibles para el resto, pero que para el niño o niña que vivenció y sufrió el acoso en su propia piel, pueden convertirse en un recuerdo indeleble que perdurará en el tiempo.

Gran parte de la sociedad puede pensar que el acoso escolar se trata de un simple e inocente juego entre niños y niñas, de una forma de afrontar las habituales diferencias que pueden surgir durante el proceso de socialización e interacción entre iguales. No obstante, la realidad es muy distinta y las secuelas que deja esta forma de maltrato, pueden llegar a ser muy alarmantes. Los autores afirman que en las víctimas que han sufrido acoso escolar frecuente y no han sido adecuadamente atendidas, hay un riesgo cuatro veces mayor de estrés postraumático y ansiedad grave. La ideación suicida recurrente, es cinco veces mayor. La

víctima puede presentar un rango amplio de problemas generalmente encuadrables en los trastornos de ansiedad: fobia escolar o social, crisis de angustia, trastornos de apetito y de sueño (pudiendo llegar al trastorno de estrés postraumático). También hay sensación de indefensión, baja autoestima, retraimiento social y cuadros depresivos (llegando algunos a ideación suicida o a actuarlo). Es habitual que presenten somatizaciones y que el rendimiento escolar decaiga. (Armero Pedreira P, Bernardino Cuesta B, Bonet de Luna C. 2012)

Es por eso que el acoso escolar debe de ser detectado, evaluado y tratado de forma global, de manera que los adultos responsables (profesorado, familias y otros protagonistas en el proceso educativo de los niños y niñas) puedan intervenir y actuar antes de que sea demasiado tarde, previniendo la violencia y protegiendo a la víctima, que en muchos casos suele permanecer en silencio por temor, vergüenza, desconocimiento o incapacidad.

A través de los resultados obtenidos en la entrevista, podremos descubrir la manera en la que puede llegar a afectar el acoso escolar a largo plazo y el impacto producido sobre la salud mental de las víctimas una vez que pasan a ser adultos. El principal propósito de la obtención de estos datos, es dar a conocer a la sociedad la importancia y seriedad del problema, y lo fundamental que resulta identificar cualquier tipo de señal o indicio que demuestre que el acoso escolar se está produciendo, y contar con las suficientes herramientas, métodos, estrategias y conocimientos para poder frenarlo. Según datos obtenidos por la AEPAP (Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria), se sabe que en aquellas instituciones que tienen bien establecidas formas de prevenir, denunciar y actuar eficazmente ante este fenómeno hay menos problemas y se abordan antes de que se cronifiquen. También se ha demostrado menor repertorio de actos violentos si se fomentan los vínculos seguros entre profesores y alumnos y entre los alumnos entre sí. Deben existir límites bien especificados y una disciplina coherente y basada en el afecto y el apoyo. (Armero Pedreira P, Bernardino Cuesta B, Bonet de Luna C. 2012)

Debemos de ser responsables de nuestros menores, asegurar su infancia y bienestar, permanecer atentos a la realidad que se nos presenta actualmente en los centros educativos y estar preparados para actuar y buscar una solución que nos favorezca a todos, pero sobre todo que impida que el hostigamiento, el pánico, la ansiedad, la humillación, la angustia y la violencia sigan formando parte del día a día de muchos niños y niñas que no lo han elegido; y que a día de hoy todavía tienen que seguir cargando con las terribles consecuencias de haber sido acosados o acosadas por otros iguales que, fuera por el motivo que fuese, decidieron creerse superiores y destruir las vidas de las presas que ellos consideraron como las más fáciles, de los más vulnerables o de aquellos que no supieron como hacerle frente al miedo. Así lo relata Jasper, un adulto de 20 años que también contó su historia: “Nunca contaba nada a mis

padres... con mis padres no había mucha relación, no busqué su apoyo, sentí que no tenía el apoyo de nadie... un día pedí ayuda a los profesores, lo pasaron por alto... entonces me empezaron a pegar... el bullying fue a más... los que me hacían bullying tanto físico como ciberbullying eran chicos, se sentían poderosos, se reforzaban entre ellos, todo era porque querían ser más, pero ser más... los más.... El bullying que me hacían consistía en perseguirme hasta casa, pegarme, quitarme las cosas, mandarme cartas insultándome....”. (Save the Children, 2016, p. 24).

Probablemente el descubrir y conocer las historias reales de estos chicos y chicas, como la de Jasper y otras tantas -de las que vamos a poder formar parte a través de esta investigación-, no hará que el acoso escolar se extinga; pero si podemos aportar nuestro granito de arena, de cara a concienciar a la sociedad del riesgo que corre un gran porcentaje del alumnado que se encuentra expuesto a este constante e intencionado maltrato por parte de sus semejantes, y de lo cruda que puede llegar a ser a veces la realidad de las instituciones educativas.

## **2. Introducción-marco teórico**

Resulta fundamental conocer un conjunto de definiciones y aspectos teóricos directamente relacionados con la temática que se abordará durante esta investigación, ya que si no nos familiarizamos con el tema, será mucho más complejo comprender la base u origen de la problemática, y todo lo que la rodea y la constituye. Lo primero que debemos de discernir con gran claridad es el acoso escolar de algún conflicto relacional puntual que pueda producirse en un entorno compartido por iguales, en el que deben de aprender a respetarse; aceptando sus diferencias y solucionando cualquier disparidad o contratiempo que pueda haber surgido durante la convivencia. Por ende, tenemos que entender qué es en realidad el tan mencionado “acoso escolar” o “bullying” y en qué consiste exactamente. Existen muchas definiciones, y no en todos los casos se tienen que cumplir todos los requisitos que forman parte de las mismas, aunque estas son las más aceptadas y reconocidas por la gran mayoría. Así, por ejemplo para Save the Children (2016) se trata de una forma de violencia entre iguales que se caracteriza por ser intencionada y recurrente, y por dejar a la víctima indefensa ante un atacante que tiene más poder físico, psicológico o social. Si buscamos el termino en Wikipedia, podemos encontrar que se trata decualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre estudiantes de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado tanto en el aula, como a través de las redes sociales, con el nombre específico de ciberacoso. (Wikipedia, s.f.)

Resulta esencial que consideremos el conflicto ente iguales como un suceso natural, que forma parte de la interacción entre los mismos. No se trata en principio de un concepto

negativo, ya que hace referencia a la confrontación de intereses y de puntos de vista distintos, y esto puede suponer un gran enriquecimiento cognitivo y social, basándonos además en el concepto de conflicto socio-cognitivo planteado por la psicología evolutiva, en concreto, por Piaget. Sin embargo, pueden darse otras situaciones en las que uno de los participantes no tiene interés en solucionar el problema sino que persiste en su interés por hacer daño al otro niño, y en las que además existe un desequilibrio de poder. En este caso, estaríamos hablando de situaciones de acoso escolar o bullying, en las que podemos observar comportamientos de ridiculización, sometimiento, humillación, exclusión, extorsión o agresión, etc. por parte de uno o varios niños (agresores-acosadores) a otro niño que pasaría a convertirse en la víctima de las situación y a desarrollar una vulnerabilidad que la debilita en la medida en que el ataque se prolonga en el tiempo. (Górriz Plumed, A.B. 2009).

Por lo tanto, para que se pueda considerar acoso escolar, teóricamente se deben de dar una serie de características y circunstancias concretas que caracterizan a este tipo de maltrato, tales como: intencionalidad por parte del agresor, repetición en el tiempo y desequilibrio de poder (física, psicológica o socialmente). No obstante, puede resultar complejo identificarlas, ya que hay expertos que manifiestan que para que podamos hablar de acoso escolar este tiene que manifestarse al menos durante seis meses; otros expertos manifiestan que el acoso escolar depende no solo de la duración, sino también de la intensidad, por lo que hablar de tiempo, no es del todo correcto. Según la AEPAE, la cual ha trabajado directamente durante 15 años con casi 4.000 víctimas de acoso escolar, la reiteración es un concepto genérico y difuso que hay que delimitar. Del mismo modo, la AEPAE manifiesta su idea acerca de otros conceptos que reconoce igualmente como difusos y difíciles de demostrar, como son los de la intencionalidad y el desequilibrio del poder, ya que en el caso del primero considera que ese requisito no debe ser delimitador del acoso escolar, ya que una víctima puede estar sufriendo maltrato sin que los victimarios sean conscientes de ello, al tomar como un juego el burlarle, excluirle o agredirle; y haciendo referencia al segundo concepto, la asociación tampoco está de acuerdo con que sea delimitador del acoso escolar. Ya que si bien es cierto que durante cualquier proceso de maltrato reiterado se produce el empoderamiento del victimario y una pérdida paulatina de la autoestima de la víctima, este desequilibrio no siempre es perceptible, sobre todo cuando hablamos de maltrato psicológico. Tales afirmaciones se resumen en que intencionalidad y desequilibrio de poder, son circunstancias que se producen en la mayoría de los casos, pero no deben ser considerados como imprescindibles. Es fundamental tener en cuenta que estas afirmaciones parten no solo del conocimiento teórico del fenómeno del maltrato escolar, sino sobre todo de la experiencia directa de la asociación con casi 4.000 víctimas. (AEPAE. 2020).

Por el contrario, encontramos un indicador objetivo que si considera y reconoce como clave la AEPAE para que el conflicto entre iguales pueda denominarse acoso escolar, y es que: “la vida normal del niño o adolescente se vea perjudicada y alterada por este maltrato reiterado. Cuando la víctima tiene la expectativa de que el maltrato va a producirse de nuevo, podemos llegar a la conclusión de que este maltrato SÍ es acoso escolar”.

Otro dato aportado por la AEPAE, y que consideramos de gran relevancia, es que según el Informe Cisneros X, solamente el 10% del acoso escolar es físico –produciendo lesiones visibles-. El 90% del acoso escolar es psicológico –hostigamiento verbal, intimidaciones, amenazas, coacciones, exclusión social, bloqueo y estigmatización-.

Todos estos datos y afirmaciones que nos aporta la AEPAE, ya no solo basándose en aspectos puramente teóricos y supuestamente probables, sino en años de experiencia y vivencias propias, nos llevan a pensar que el acoso escolar es, definitivamente, un asunto de enorme complejidad y controversia. Un tema que debe de ser abordado desde la observación diaria y la toma de conciencia absoluta de todos y cada uno de los factores de riesgo que pueden formar parte de este tipo de maltrato, dejando a un lado las nociones teóricas que hayamos aprendido, y centrándonos sobre todo en el caso particular y real que se nos pueda plantear en un determinado momento. Aprender a identificar las claves que nos ofrece tanto el propio acoso escolar en sí, como los elementos o miembros que intervienen en el mismo (acosador, víctima y observadores) resulta imprescindible y fundamental a la hora de buscar soluciones y saber de que manera podemos hacerle frente al problema, optando por la rapidez, la seguridad y la eficacia. Y mencionamos la rapidez como cualidad esencial en dicho proceso de actuación, ya que el acoso escolar “sigue un proceso sumatorio y crece como una bola de nieve: se hace cada vez más grande si no encuentra nada que la detenga”. Por ello, todos los agentes que participan en el proceso educativo de los niños y niñas implicados en la problemática (familiares, profesores y demás profesionales) deben de permanecer atentos y preparados para confrontar la situación de la mejor manera posible. Lo cierto es que no existe una fórmula ideal para enfrentarlo, pero lo primero que se debe de hacer es asegurarse de que se trata realmente de una situación de acoso escolar. Por tanto, a la mínima sospecha existente, tanto los padres como los docentes deben de observar, investigar y preguntarle directamente al niño o niña, transmitiéndole la seguridad y la tranquilidad que necesita y asegurándole que se le va ayudar. Si hay indicios, de debe de creer de entrada al niño, pero manteniendo siempre la serenidad y el sentido común. Es importante escuchar lo que ha vivido y cómo se siente, sin juzgarle. Evidentemente, el centro escolar debe de conocer de primera mano la situación y mantener una comunicación continua y de colaboración con ellos. No obstante, Save the Children ha elaborado una guía formada por diversas “pautas para padres y madres ante el acoso escolar”,

para que aprendan a identificar este tipo de violencia y les resulte más sencillo ayudar a sus hijos e hijas. Se les recomienda una serie de consejos, recomendaciones y pasos a seguir para ser capaces de prevenir, detectar y saber como tratar los casos de acoso escolar y ciberacoso. Incluso facilitan el acceso a un curso online donde, se les ofrece a los padres un conjunto de claves que los ayuden a proteger a sus hijos. El curso cuenta con siete videolecciones, tratándose en cada uno un aspecto o tema distinto sobre el acoso escolar. Del mismo modo, Save the Children también ha elaborado una guía, constituida igualmente por una serie de pautas, para los profesores y profesoras. En este caso, se les recomienda la vigilancia adecuada en los patios de recreo, conocer los mecanismos de protección de la infancia, educar en derechos a los niños y niñas, promover las relaciones basadas en el respeto, realizar actividades específicas de sensibilización en el tema de la violencia y la convivencia, desarrollar en los niños y niñas habilidades personales, diseñar estrategias educativas, etc. Según un estudio realizado por Save the Childre a un conjunto de docentes, los resultados indican que un sistema de protección en la escuela implica el desarrollo de un protocolo de actuación dentro de la escuela que establezca mecanismos claros y conocidos por todos que incluyan la participación de los niños y las niñas para la búsqueda de soluciones conjuntas, el establecimiento de un sistema protector en la escuela seguramente permitirá que todos los niños y las niñas implicados hablen más fácilmente de las situaciones de violencia que viven o que observan y que los docentes y la comunidad educativa actúen de manera rápida y adecuada, la necesaria coordinación y participación de todos los agentes del ámbito escolar y otros ámbitos como servicios sociales, salud, agentes tutores, organizaciones no gubernamentales, etc.” entre otras cosas. (Save the Children, 2014, p. 46).

Según datos recogidos por un análisis realizado por la misma ONG, las víctimas consideran que han sido acosadas fundamentalmente para ser molestadas por su aspecto físico o porque les tenían “manía”. “Un 3,2% de las víctimas de acoso y un 4,2% de víctimas de ciberacoso declaran que han sido victimizadas por su orientación sexual. Un 5,1% y un 5% consideran que la razón ha sido su color de piel, cultura o religión. Por otro lado, y analizado desde la perspectiva de por qué el agresor o la agresora actúa como actúa y se considera como causante de estas situaciones, la mayoría de los acosadores reconoce no saber qué motiva su comportamiento; la segunda cusa más declarada para el acoso tradicional es “gastarle una broma”. Aunque otras respuestas bastante frecuentes por parte de los acosadores serían también “por molestarle” o “por su aspecto físico” (Save the Children, 2016, p. 57-60).

Un dato interesante y relacionado con esta cuestión, nos aleja de la falsa idea o tópico de que la mayoría de los alumnos y alumnas que sufren de acoso escolar, carecen de habilidades sociales o se encuentran con grandes dificultades a la hora de relacionarse y hacer nuevas

amistades, puesto que la quinta parte de las víctimas muestran una capacidad para entablar relaciones con otros compañeros. Por ende, esta idea quedaría desestimada, dado que los porcentajes demuestran que no necesariamente tiene que ser siempre así: el 15,9% “hacían amigos con bastante facilidad”, “eran comunicativas y sociables” 7,5%. (Tresgallo Saiz E., 2019, p. 13).

Se ha mencionado anteriormente las estrategias de actuación llevadas a cabo por parte de los adultos profesionales implicados a la hora de afrontar el acoso escolar, pero no se ha incidido sobre como actúa la víctima a la hora de escoger las medidas más adecuadas para solucionar el problema. Basándonos en unos datos extraídos de una tabla que recoge las principales estrategias de enfrentamiento utilizadas por las víctimas, podemos afirmar que en la mayoría de los casos, procuran pedir ayuda o buscar soluciones (no parar hasta resolver el problema, compartir con alguien su estado de ánimo, analizar qué ha provocado la situación, etc.) Luego también se suele recurrir a la gestión interna, en la que el niño o niña tiende a pensar en otra cosa, escondiendo su situación, pensando en que irá mejor, etc. Otro tercer factor, reúne las variables que supone ver la situación de otra manera, positivamente, con sentido del humor. Los niños o niñas que, por el contrario, deciden enfrentarlo, suelen actuar del mismo modo (vengarse, hacer lo mismo) o tomar sustancias psicoactivas que le ayuden a enfrentar el problema. Finalmente, hay víctimas que tienden a evitar el problema para evitar continuar en la misma situación (apagar el móvil u ordenador, dejar de utilizar las redes sociales, dormir más, resignarse, acostumbrarse, etc.)

Teniendo en cuenta que Canarias es la cuarta autonomía con más denuncias por acoso escolar –registrándose 100 casos en un año-, debemos de preguntarnos, ¿Y qué hace el Gobierno de Canarias para lidiar con esta situación y frenar la violencia en los centros escolares? Desde la Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes del Gobierno de Canarias, se ofrece un servicio gratuito de llamada telefónica que se enmarca dentro del Programa de Prevención y Ayuda Contra el Acoso Escolar, perteneciente a la Consejería de Educación y Universidades, Dirección General de Ordenación, Innovación y Promoción Educativa del Gobierno de Canarias. En cada llamada se realizan las acciones necesarias, para dar respuesta inmediata, por parte de un equipo de profesionales, formado por psicólogos y psicólogas especializados en la problemática de acoso escolar; y se concluye con una clasificación del grado de acoso. Se ofrecen las primeras medidas de intervención psicológica de manera directa y se transfiere toda la información a la Inspección Educativa y la Comisión Territorial de acoso escolar para que sean atendidas las alumnas y alumnos que sienten el acoso

y/o sus familias. Si la comisión lo considera, se procede a la intervención directa e inmediata en el centro escolar. Desde el Área de Convivencia se coordinan y supervisan las actuaciones de este Servicio, además de realizar intervenciones directas en centros en algunos de los casos. (Diario de las Palmas. 2019)

Por otro lado, desde la página web se informa, orienta y asesora al alumnado de los centros públicos canarios no universitarios, en relación al acoso escolar. También se presta asesoramiento y orientación a los demás agentes educativos de la Comunidad Escolar (padres, madres, profesorado...) sobre las medidas a tomar en caso de conocer la existencia de acoso escolar. Incluso podemos descargar un conjunto de guías, lecturas y materiales que constituyen el marco general de actuación de la Consejería de Educación, dirigidas tanto hacia el alumnado como a las familias y al profesorado, mediante las cuales pueden seguir una serie de recomendaciones de cara a detectar e identificar el acoso escolar y ayudar a los jóvenes a superarlo, prevenir la violencia y construir un modelo de convivencia positiva basado en la cultura de paz.

En la “Guía para el profesorado; marco general de actuación ante un posible caso de acoso escolar” se especifica que el objetivo reside en responder al reto de “cómo se hace”, es decir, cómo deben los docentes desarrollar las estrategias en cada actuación. Para ello, y con el propósito de facilitar el acceso a esa información, se les presenta el material en formato audiovisual, con ejemplos de cada una de las actuaciones; y en formato impreso, con textos, que facilitarán el trabajo más reflexivo y tranquilo del profesorado. En este sentido, la Consejería de Educación le facilita al equipo docente una serie de materiales prácticos y de utilidad a la hora de afrontar con éxito una situación de acoso escolar.

El protocolo ofrece, de forma detallada, los pasos a seguir para actuar frente a un supuesto caso de acoso escolar mediante la propuesta de actuaciones inmediatas. Presenta cuatro fases distintas: *la fase de detección y acogida*, en la que se realiza una entrevista a quién ha informado del supuesto caso de acoso, y otra entrevista a la supuesta víctima. Luego, *la fase de análisis de la situación inicial* en la que se analiza la situación antes de intervenir y se indagan las opciones para aplicar medidas urgentes ante una situación de acoso. En la tercera fase, *la de intervención: diagnóstico y contención del acoso*, se lleva a cabo una sesión educativa con el grupo del alumnado observador, y otra con cada alumno o alumna que ha ejercido el acoso; y por otro lado, se le realiza una entrevista a cada familia del alumnado que ejerce el acoso y otra a la familia de la víctima, a modo de devolución. Finalmente, en la cuarta *fase de toma de decisiones*, se ejecuta un análisis de la situación tras la intervención, y un plan de acompañamiento y seguimiento.

Además, plantea las orientaciones generales para diseñar un plan de prevención contra el acoso escolar, a desarrollar por el centro mediante actuaciones a corto, medio y largo plazo.

Refiriéndonos ahora a la importancia del papel que ejercen las familias del niño o niña que está siendo víctima del acoso escolar, resulta relevante destacar un dato basado en una investigación cuyo principal objetivo es el de averiguar si el apoyo recibido por parte de los adultos de la familia y de la escuela pueden mitigar el efecto del bullying e influir positivamente en la satisfacción con la vida. Según este estudio, los resultados indican que, efectivamente, el apoyo tanto en casa como en la escuela, favorece la disminución de los efectos del acoso escolar e influyen considerablemente en el bienestar de las víctimas. Se ha averiguado que el efecto moderador es mucho más fuerte cuando los alumnos o alumnas se encuentran apoyados por adultos en el hogar, superando el efecto que produce el apoyo recibido por los docentes en las escuelas. Esto demuestra la importancia de los familiares como figuras de apoyo, esenciales para ayudar a las víctimas a recuperarse de la violencia sufrida. Las cifras también nos indican que, incluso en aquellos casos en los que los niveles de bullying son menores, los niveles de satisfacción son menores en comparación a aquellos alumnos o alumnas que han sufrido unos niveles de bullying mucho más altos, pero que han contado con el apoyo de los adultos. (Miranda, R., Oriol, X., Amutio, A., & Ortúzar, H. 2018)

### 3. Objetivos

Mediante este trabajo de investigación, se pretende alcanzar una serie de objetivos que, a pesar de que somos conscientes de que no servirá como atenuante frente al dolor que sienten las víctimas, ni como una respuesta o solución con la que logremos terminar de forma definitiva con el acoso escolar, nos aportará, al menos, una serie de datos y experiencias personales a través de las cuales podremos comprender mucho mejor el problema y tomar conciencia de la importancia del mismo. Por ende, estos son los principales objetivos a desarrollar y lograr:

- Descubrir los principales motivos y consecuencias a largo plazo del acoso escolar
- Conocer las consecuencias emocionales que pueden llegar a experimentar las víctimas de acoso escolar.
- Conocer las principales y más comunes estrategias de actuación/protección por parte de los agredidos y agredidas para defenderse ante el acoso que están sufriendo.
- Conocer cuales son los sentimientos y emociones experimentadas por los agredidos y agredidas.
- Comprender, desde una perspectiva experiencial, el fenómeno del acoso escolar.

Resulta relevante destacar que en este trabajo no pretendemos basarnos en datos puramente teóricos y estadísticos, sino que la idea principal consiste más bien en conocer y comprender, desde una perspectiva experiencial, el fenómeno del acoso escolar. Plasmaremos así la más pura realidad, vivenciada por niños y adolescentes que continúan cargando, años después, con las terribles e inmensas secuelas que causa el acoso. Comprobaremos y descubriremos las posibles limitaciones con las que se puedan llegar a encontrar actualmente, de cómo el hostigamiento diario sufrido por parte de las víctimas puede llegar a producir profundas consecuencias tales como estrés postraumático, trastornos emocionales o fóbicos, problemas psicosomáticos, una evidente baja autoestima y confianza en sí mismo, alteraciones en la conducta (intromisión, introversión, timidez, aislamiento social y soledad), depresión, ansiedad e incluso pensamientos suicidas.

#### **4. Método**

##### ○ Participantes

Los entrevistados cumplen con los perfiles de tres hombres, dos mujeres y una mujer transexual, situándose todos en una edad temprana (18, 21, 22 y 29 años). Tres de ellos han alcanzado en sus estudios la ESO, uno el Bachillerato y solo dos han podido estudiar un Grado Superior.

##### ○ Instrumento

La entrevista se encuentra constituida por un total de 12 preguntas, las cuales están organizadas de manera que podamos extraer distintas categorías de las mismas a la hora de clasificar las respuestas. En cada pregunta que se le plantea al entrevistado o entrevistada, se pueden distinguir distintos aspectos del acoso escolar, de modo que en la primera se trata los motivos por los cuales podría producirse el acoso, en la segunda en qué consistía el mismo, en la tercera el tiempo que duró y en qué cursos tenía lugar etc. En general son preguntas bastante específicas y cerradas, en las que el entrevistado o entrevistada debe de ceñirse a la cuestión y responder de manera clara y concisa; añadiendo cualquier comentario que considere oportuno, relevante o necesario, aunque procurando centrarse en la pregunta, sin alejarse demasiado del tema principal. La última pregunta, sin embargo, si es de tipo abierto, ya que el entrevistado o entrevistada puede añadir o comentar todo aquello que no haya podido expresar en el resto de las preguntas formuladas -siempre y cuando mantenga relación con la cuestión que estamos tratando y desarrollando en la entrevista, es decir, el acoso escolar-.

- Procedimiento

Por otro lado, el procedimiento que hemos usado es el siguiente:

1. En primer lugar se ha contactado con las personas que en algún momento de su vida fueron víctimas de acoso escolar. No nos hemos basado en ningún criterio particular, puesto que los perfiles de los entrevistados y entrevistadas son del todo variados y difieren los unos de los otros, centrándonos únicamente en el hecho de que todas estas personas comparten un pasado en el que sufrieron este tipo de violencia. Resulta relevante destacar que una de las entrevistadas mantenía contacto directo con muchas personas que sufrieron las consecuencias del acoso escolar, y que gracias a esta persona, se nos ha facilitado el proceso de búsqueda de posibles candidatos dispuestos a realizar la entrevista.

Se le ha dado a conocer en todo momento a los entrevistados y entrevistadas, el carácter confidencial de la entrevista y se les ha animado a que se expresen con total libertad y autenticidad. Este primer contacto se ha realizado a través de la aplicación de mensajería instantánea WhatsApp Messenger, ya que es el modo más directo de comunicación actual y ofrece la ventaja de obtener una respuesta de manera inmediata; este hecho ha favorecido notablemente la obtención de datos para la pronta realización de las entrevistas, y por ende, de la propia investigación.

2. Una vez que hemos logrado contactar con todas las personas dispuestas a participar en la realización de la entrevista, se ha llegado al acuerdo con las mismas de que la entrevista se realizará por escrito y se hará llegar a través de mail. A algunas personas se les ha enviado la entrevista en formato word a través de la propia aplicación de WhatsApp, y a otras se les ha mandado directamente por mail.

## **5. Resultados**

### **5.1. Principales motivos por los cuales se produce el acoso**

En líneas generales, los principales motivos por los cuales se suele producir el acoso, y basándonos únicamente en los datos obtenidos por medio de las entrevistas realizadas, aparentemente son: la apariencia física y la falta de habilidades sociales (personalidades introvertidas, actitudes pocos sociables y tímidas); encontrándose presentes estos dos aspectos en prácticamente todas las entrevistas. Este dato nos invita a reflexionar sobre la posibilidad de que en su mayoría el acoso se produzca, sobre todo, debido a estos dos factores. Aunque también encontramos otros motivos como la pobreza, distinta procedencia, vulnerabilidad, inocencia, etc. Incluso uno de los entrevistados manifestó ignorar la razón por la cual se le ejercía el acoso.

## **5.2. En lo que consiste el acoso**

Por otro lado, y haciendo referencia al acoso en sí, los entrevistados expresan que en general el acoso consistía en: humillaciones y burlas, amenazas, insultos, agresiones físicas y verbales, rechazo y marginación, falta de apoyo por parte de los docentes, persecuciones e intimidación. La mayoría coincide en las respuestas dadas, aunque no todos los entrevistados han sufrido un tipo de acoso físico, sino que en algunos casos se trataba más bien de un acoso psicológico. No obstante, todos sufrieron rechazo, aislamiento, burlas, insultos y humillaciones.

## **5.3. Tiempo que duró el acoso y cursos en los que se producía**

Respecto al tiempo que duró el acoso y los cursos escolares en los que se produjo, casi todos los entrevistados y entrevistadas fueron víctimas de este tipo de maltrato entre Primaria y la ESO, exceptuando uno de ellos que únicamente lo vivenció en Primaria; otra de las víctimas, siguió sufriendo el acoso también en el Bachillerato. Por lo tanto, podemos corroborar que se trata de un maltrato que perdura en el tiempo, llegando a producirse incluso durante años. En Primaria es la etapa donde se produce con mayor frecuencia e intensidad, aunque en la ESO también se manifiesta con gran habitualidad.

## **5.4. La intensidad del daño causado (en una escala de 0 a 10)**

En cuanto a la intensidad del daño causado, se ha valorado dicha experiencia personal por medio de una escala simbólica de medición del dolor del 1 al 10 (siendo 1 el mínimo y 10 el máximo). Resulta curioso la forma en la que algunos de los entrevistados y entrevistadas han enfocado su respuesta, ya que uno de ellos expresa que en la infancia el umbral del dolor se encontraba entre un 9-10, mientras que en la adolescencia disminuía a un 6-7. Sin embargo, una de las entrevistadas lo plantea desde una perspectiva totalmente opuesta, y manifiesta que al principio el daño causado era de 5, pero que luego se fue intensificando, incluso hasta parecer que sobrepasaba el 10. Uno de los entrevistados realiza una distinción entre el daño físico y el daño psicológico, atribuyéndole al primero un 6 y al segundo un 10. El resto de los entrevistados consideran que el daño se asocia a un valor equivalente a 7 y a 10.

En general, se trata de valores muy altos, ya que la mayoría ha expresado el daño causado como máximo, por medio de la cifra representativa del 10.

## **5.5. Cómo afectó el acoso a las víctimas (física, psicológica o socialmente)**

La mayoría de los entrevistados y entrevistadas expresan que se ha encontrado a lo largo de su vida con grandes dificultades a la hora de sociabilizar, interactuar con grupos sociales amplios, crear vínculos sociales o confiar en otras personas; aunque un dato especialmente

preocupante es que tres de los entrevistados reconoce que ha llegado a autolesionarse, siendo algunas de estas lesiones graves y serias, puesto que se han hallado muy próximas al suicidio. En muchos casos se ha encontrado presente la violencia, aunque mayoritariamente se trata de una serie de efectos que principalmente han afectado de manera psicológica a las víctimas: ansiedad crónica, insomnio, agorafobia, estrés postraumático, muy baja autoestima, desequilibrios en el peso corporal, malestar psicológico, incapacidad de relacionarse, necesidad de aislarse, carencias y vacíos emocionales, etc.

### **5.6. Máscara o escudo de defensa de protección utilizado ante el acoso sufrido**

Haciendo referencia a las estrategias de protección y defensa propia utilizadas durante el acoso sufrido, los entrevistados manifiestan que la principal línea de actuación gira en torno al enfrentamiento negativo (haciendo uso de la violencia o reaccionando de la misma manera que los acosadores, adoptando así una postura vengativa) y la evitación por temor (fugarse de clase o no acudir al centro, esconderse o aislarse) Algunas de las líneas de actuación que expresan los entrevistados y entrevistadas son: autodefensa, autolesiones, refugiarse en las adicciones, el consumo de drogas y hábitos poco saludables (fumar cannabis, consumo de alcohol, consumo excesivo de cafeína, mantener sexo sin precedentes, abandonar estudios, etc.) Dos de las víctimas reconocen que llegaron a pedir ayuda a los profesores, pero que al no obtener ningún tipo de apoyo o respuesta por parte de estos, se creó una gran desconfianza y rechazo hacia todo. Solo una de las entrevistadas utilizó como escudo de defensa de protección el humor, puesto que expresa que procuraba tomarse la situación siempre con simpatía y quitarle importancia.

### **5.7. Lo que más les molestaba o les dolía a las víctimas**

Refiriéndonos ahora a aquello que más les llegó a doler o molestar a las víctimas, fue sobre todo la sensación de soledad y vacío, la falta de apoyo, comprensión y seguridad. Aunque a uno de los entrevistados también le atormentaba su incapacidad para entablar nuevas amistades o relacionarse con el resto. También se expresan otros aspectos como el no ser del todo consciente de la realidad vivenciada y no ser capaz recordar el por qué se producía realmente el acoso, o el tener que adquirir un rol que no le correspondía a modo de máscara de protección por temor hacia los acosadores.

### **5.8. Como se sienten las víctimas actualmente cuando recuerdan el acoso sufrido**

Actualmente, los entrevistados y entrevistadas experimentan todo tipo de sentimientos y emociones cuando recuerdan el acoso escolar sufrido: la mayoría manifiesta sentirse muy mal cuando recuerda el pasado, hallándose así invadidos por la tristeza, la rabia, el rencor, la melancolía, la frustración y una incontrolable impotencia. Sobre todo sienten ira, resentimiento y decepción hacia los docentes que, incluso siendo testigos del abuso ejercido, no hicieron absolutamente nada por ayudar o solucionar el problema. También sienten rabia hacia los acosadores que a día de hoy no recuerdan todo el daño que les ocasionaron en un pasado, ya que las víctimas son incapaces de olvidar tanto dolor. Algunas de las víctimas expresan que se sienten felices de haber podido superar el acoso, de haber reaccionado en un determinado momento y lograr frenar el maltrato. La mayoría recuerda esta negativa etapa de sus vidas con pesar y angustia, puesto que fueron momentos muy oscuros, en los que se sentían rechazados, abandonados, desprotegidos y completamente aislados de la sociedad.

### **5.9. Limitaciones encontradas / áreas sociales o personales afectadas**

En cuanto a las áreas afectadas o las limitaciones con las que se han encontrado los entrevistados y entrevistadas, todos consideran que el acoso escolar les ha afectado de una forma u otra, haciendo que sintieran temor, inseguridad y desconfianza hacia el resto. Dos de los entrevistados manifiestan las dificultades encontradas a la hora de mantener la concentración y la incapacidad de poder seguir estudiando. Una de las entrevistadas reconoce haber sentido ansiedad y miedo al tener que salir a la calle, mientras que otra menciona el arduo proceso que requiere la reconstrucción de su autoestima; por otro lado, uno de los entrevistados expresa lo complicado que le resulta socializar y entablar nuevas amistades, además de la gran incomodidad que siente en determinados espacios muy concurridos o en puntos de encuentros sociales. En general, está claro que tanto las áreas sociales como personales se han visto afectadas tras el acoso experimentado y les ha limitado y marcado emocionalmente a todas y cada una de las víctimas.

### **5.10. Sentimientos experimentados hacia los agresores en el pasado y en la actualidad**

La mayor parte de los agredidos y agredidas, sintieron en un pasado odio y rabia hacia los acosadores, aunque otros también expresan algunos sentimientos experimentados tales como frustración, impotencia, envidia, miedo, asco, rechazo o indiferencia. Actualmente, algunas de las víctimas optan por la templanza, el perdón, la empatía y la falta de rencor. No obstante, una de las entrevistadas reconoce no haber sido capaz de perdonar, por lo que continua sintiendo un incontrolable odio hacia los agresores.

### **5.11. Formas de enfrentar el acoso y personas a las que acudieron en busca de ayuda**

Centrándonos ahora en las personas a las que le pidieron ayuda las víctimas, resulta relevante destacar que la gran mayoría de los entrevistados y entrevistadas reconocen haber pedido ayuda tanto a los docentes como a sus padres, pero que jamás obtuvieron ningún tipo de respuesta o apoyo por parte de los mismos. Al sentirse solos, desamparados y desprotegidos, no les quedó otra opción más que intentar afrontar el problema de manera independiente, sin contar con nadie ni esperar la ayuda de los demás. Incluso una de las entrevistadas manifiesta que una de las profesoras del centro llegó en cierta manera a formar parte del acoso ejercido, puesto que apoyaba las acciones de su hija, la cual era una de las acosadoras; y otro de los entrevistados también comenta que los profesores defendían y justificaban al agresor. También hay quién nunca llegó pedir a ayuda, y decidió solucionar el problema de forma solitaria desde el principio. No obstante es importante aclarar que la mayor parte si lo intentó, aunque nunca recibieron la ayuda que necesitaban.

### **5.12. Comentarios extras y personales aportados por parte de los entrevistados**

Por último, los comentarios y reflexiones que han aportado las víctimas a la entrevista son variados y difieren unos de otros, puesto que cada uno se basa en su propia experiencia: el primer entrevistado manifiesta la falta de apoyo familiar en el proceso de enfrentamiento y superación, y las grandes dificultades halladas a la hora de estudiar y avanzar académicamente, resaltando las enormes secuelas originadas tras el acoso sufrido; el segundo manda un mensaje de ánimo y apoyo hacia las demás víctimas del bullying, invitándolas a no sentir miedo y a superarlo con coraje y determinación; la tercera entrevistada comparte el dolor que siente al recordar y su incapacidad para olvidar los acontecimientos vivenciados; la cuarta relata algunas escenas traumáticas vividas (autolesiones graves, intentos de suicidio), y menciona que no solo sufrió el acoso en la escuela, sino que también llegaron a acosarla en otros ámbitos y que además también fue víctima de cyberbullying; la penúltima de las entrevistadas declara que siente más odio y rencor hacia los docentes que nunca hicieron nada por ayudarla, que hacia los propios agresores; y finalmente, el último entrevistado da su opinión personal respecto a la superación del bullying, manifestando su deseo de que algún día podremos terminar con este tipo de abusos (educando en valores desde el hogar, permitiéndole una mayor libertad de intervención al docente en este tipo de situaciones, etc.)

## **6. Discusión y conclusiones**

Definitivamente, el acoso escolar es un fenómeno que se da con una frecuencia mucho mayor de la que podríamos imaginar, hasta unos niveles de violencia y sufrimiento que superan, en muchas ocasiones, a cualquier idea que podamos hacernos acerca de esta gran problemática. Hemos podido constatar que el acoso escolar deja tras de sí una serie de secuelas y consecuencias severas, terribles, alarmantes e irreversibles en muchos casos, ya sea a nivel físico, psicológico o social, además de que la mayor parte de los entrevistados y entrevistadas han experimentado y presentado un rango amplio de problemas generalmente encuadrables en los trastornos de ansiedad (ansiedad crónica, insomnio, agorafobia, estrés postraumático, muy baja autoestima, desequilibrios en el peso corporal, trastornos de apetito y de sueño, malestar psicológico, retraimiento social, carencias y vacíos emocionales, ideación e intento suicida, etc.)

Basándonos únicamente en los casos particulares que se han estudiado y presentado en esta investigación, podemos corroborar que dentro de lo que denominamos acoso escolar, se da con intencionalidad por parte del agresor, produciéndose además un desequilibrio de poder en la víctima y repitiéndose en el tiempo, dependiendo también no solo de la duración sino también de la intensidad. No obstante, surgen dudas respecto al dato que manifiesta que “solamente el 10% del acoso escolar es físico y el 90% psicológico”, puesto que, a pesar de que es cierto de que todos los entrevistados y entrevistadas afirmaron haber sufrido algún tipo de maltrato psicológico por parte de los agresores, algunos de ellos también han experimentado situaciones muy graves de violencia, produciéndose en otros casos autolesiones alarmantes (la mitad de los entrevistados presentaron conductas e intentos suicidas). Por ende, es evidente que la rapidez juega un papel fundamental en estos casos, ya que en muchas ocasiones puede ser demasiado tarde si no se detecta el problema a tiempo y se actúa en consecuencia.

Una de las más importantes conclusiones que podemos extraer de esta investigación, es que el apoyo recibido por parte de las familias y el profesorado, resulta fundamental a la hora de enfrentar el acoso escolar, mitigar su efecto e influir positivamente en la satisfacción con la vida; y que, así mismo, el no contar con este apoyo provoca que el panorama empeore notablemente y las consecuencias terminen siendo mucho peores. Respecto a esta cuestión, prácticamente todos los entrevistados y entrevistadas afirman que intentaron pedir ayuda a sus padres o al profesorado, pero que nunca obtuvieron respuesta por parte de los mismos. De hecho, resulta difícil creer que algunos docentes llegaron, incluso, a adoptar una postura a favor de los agresores, justificando en algunos casos sus actos e ignorando por completo a las víctimas. Esta falta de responsabilidad y protección de los docentes hacia los agredidos y agredidas, nos hace reflexionar sobre la importancia de aprender a sensibilizarnos en el tema de la violencia y la convivencia y de abordar el tema desde la observación diaria y la toma de

conciencia absoluta. Suponemos que, hace unos años atrás, las escuelas no contaban con un sistema de protección que implicara el desarrollo de un protocolo de actuación veloz y eficaz que estableciera mecanismos claros y conocidos por todos, y que incluyese la participación de las víctimas para la búsqueda de soluciones conjuntas. Los docentes han ido formándose con el tiempo en esta cuestión y hoy en día las escuelas cuentan con una serie de protocolos, herramientas, estrategias y un sin fin de guías formadas por diversas pautas ante el acoso escolar. Lo mismo ocurre con las familias, las cuales, igualmente, tienen acceso actualmente a un conjunto de materiales (guías, lecturas, recomendaciones, etc.) de cara a detectar e identificar el acoso escolar. Antiguamente, los recursos eran escasos o prácticamente inexistentes, las estrategias de actuación no se hallaban bien definidas y la sociedad no estaban tan concienciada con este tipo de violencia, por lo que no poseían la preparación necesaria para responder acertadamente y confrontar la situación de manera exitosa y eficiente.

Por otro lado, podemos afirmar y reconocer como verdadero el hecho de que las víctimas han sido acosadas fundamentalmente por su aspecto físico. Sin embargo, el dato que desestima el tópico de que la mayoría de los alumnos y alumnas que sufren de acoso escolar carecen de habilidades sociales o se encuentran con grandes dificultades a la hora de relacionarse y hacer nuevas amistades, resultaría falso; ya que otro de los principales motivos por los que se produce el acoso escolar, basándonos en las declaraciones realizadas por parte de los entrevistados y entrevistadas, resulta ser, justamente, la falta de habilidades sociales. Por tanto, en este caso, los resultados demuestran que las víctimas no muestran grandes capacidades para entablar relaciones con otros compañeros.

Haciendo referencia a las estrategias de actuación llevadas a cabo por las propias víctimas, expuestas en los datos que constituyen el marco teórico de la investigación, encontramos que en la mayoría de los casos, la estrategia más común es la de pedir ayuda o buscar soluciones. Podemos afirmar, comparando este dato con los datos obtenidos por medio de las entrevistas, que esta afirmación es verdadera. La primera estrategia de actuación que llevaron a cabo los entrevistados y entrevistadas fue la de buscar apoyo y protección, la de compartir su problema con el resto; no obstante, al no recibir la respuesta que esperaban, decidieron actuar de otro modo. Es aquí donde encontramos la segunda estrategia más utilizada, la de recurrir a la gestión interna e intentar afrontar el problema en soledad y sin depender de la ayuda de nadie. La tercera estrategia, supuestamente, es la de ver la situación de otra manera, positivamente y con sentido del humor; respecto a esta estrategia, solo una de las entrevistadas adoptó este modo de actuación. La cuarta correspondería con el enfrentamiento (actuar del mismo modo, vengarse, etc.) o tomar sustancias psicoactivas y la quinta con la evitación del

problema; en cuanto a estas dos últimas estrategias, se produce en mayor medida la cuarta, dándose la quinta solo en uno de los casos (nunca llegó a pedir ayuda).

Por ende, una última conclusión que podemos extraer, teniendo en cuenta estos últimos datos, es que el mayor problema que se ha podido detectar, reside en la falta de información, concienciación, sensibilidad, y apoyo por parte de los docentes y las familias, los cuales no supieron como actuar y hacerle frente a la situación, o directamente optaron por ignorar el problema, quitarle importancia o desentenderse del mismo; circunstancias que, afortunadamente, han ido cambiando y han hecho que actualmente la situación haya mejorado notablemente. Es triste pensar que si los adultos hubiesen actuado justo a tiempo y como es debido, estos niños, niñas y adolescentes que, todavía a día de hoy sufren las consecuencias del maltrato que experimentaron en un pasado, probablemente notarían en menor medida las consecuencias, las cuales podrían haber resultado menos impactantes, e incluso, reversibles. La falta de ayuda llevó a estos menores de edad a recurrir a medidas tan espantosas como la de adoptar estilos de vida negativos y poco saludables, optando por la toma de sustancias psicoactivas o presentando comportamientos suicidas, poniendo así sus propias vidas en peligro. Quizás, si hubiesen contado con el apoyo necesario, sus vidas hubiesen sido totalmente distintas y no habrían sentido la necesidad de acudir a este tipo de refugios.

Además, no podemos olvidar la consecuencia más grave de todas y la que sigue afectando a las víctimas actualmente: el daño psicológico causado. Los golpes son dolorosos, pero las heridas de la piel siempre terminan por curarse y cicatrizarse; a diferencia de las que residen en la mente, que siempre permanecerán con nosotros. Estos niños y niñas jamás lograrán olvidar las traumáticas escenas que protagonizaron unas determinadas etapas de sus vidas, de su infancia. Es un dolor que supera a cualquier maltrato físico, porque desprendernos de nuestros recuerdos o aprender a aceptar y superar el dolor es una ardua tarea que implica un compromiso personal inmenso, basado en la fortaleza mental y emocional (resiliencia), el desarrollo de una alta autoestima y la capacidad de perdón.

## **7. Referencias bibliográficas**

*Armero Pedreira, P., Bernardino Cuesta, B., & Bonet de Luna, C. (2012, enero 30). Acoso escolar. Pediatría Atención Primaria. Recuperado de <https://pap.es>*

*Asociación Española para la Prevención del Acoso Escolar (AEPAE). (s. f.). Acoso escolar. Recuperado 19 de abril de 2020, de <https://aepae.es/acoso-escolar>*

*Acoso Escolar. (s. f.). En Wikipedia. Recuperado 15 de abril de 2020, de [https://es.wikipedia.org/wiki/Acoso\\_escolar](https://es.wikipedia.org/wiki/Acoso_escolar)*

*Orjuela López, L., Save The Children, Cabrera de los Santos Finalé, B., & Mora-Merchán, J. A. (2014). Acoso Escolar y Ciberacoso: Propuestas para la acción. Recuperado de [https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/acoso\\_escolar\\_y\\_ciberacoso\\_informe\\_vok\\_-\\_05.14.pdf](https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/acoso_escolar_y_ciberacoso_informe_vok_-_05.14.pdf)*

*Creciendo Sanos. (2016, junio 6). [Blog]. Recuperado de <https://www.educo.org/Blog/como-actuar-frente-al-bullying-guia-para-padres-y-docentes>*

*Save the Children, Calmaestra, J., Escorial, A., García, P., Del Moral, C., Perazzo, C., & Ubrich, T. (2016). Yo a eso no juego. Recuperado de [https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/yo\\_a\\_eso\\_no\\_juego.pdf](https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/yo_a_eso_no_juego.pdf)*

*Górriz Plumed, A. B. (2009). Roles implicados en el acoso escolar: Comprensión de la mente, maquiavelismo y evitación de responsabilidad. Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología de la Universidad Jaime I (Universitat Jaume I). Recuperado de <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10530/gorritz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>*

*Gobierno de Canarias. (s. f.). Prevención y ayuda contra el acoso escolar . Recuperado 19 de abril de 2020, de <https://www.gobiernodecanarias.org/educacion/web/servicios/prevencion-acoso-escolar/index.html>*

*Europa Press. (2019, enero 10). Acoso escolar: 100 casos en Canarias en un año. La Provincia. Diario de las Palmas. Recuperado de <https://www.laprovincia.es>*

*Miranda, R., Oriol, X., Amutio, A., & Ortúzar, H. (2018, septiembre, 11). Bullying en la adolescencia y satisfacción con la vida: ¿puede el apoyo de los adultos de la familia y de la escuela mitigar este efecto? Revista de Psicodidáctica. Recuperado de <https://www.elsevier.es>*

*Tresgallo Saiz, E., & Colegio Compañía de María (Ferrol). (2019). Las víctimas del «bullying»: el antes y el después del impacto agresivo. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6946583>*

*León, F. (2015, mayo 15). Guía para el profesorado: Marco general de actuación ante un posible acoso escolar. Recuperado 27 de mayo de 2020, de <http://www.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cprofesortedetenerife/guia-para-el-profesorado-marco-general-de-actuacion-ante-un-posible-acoso-escolar/>*

## ***ANEXOS: ENTREVISTAS***

### **Entrevista 1**

Por medio de la siguiente entrevista, se pretende descubrir y conocer los principales motivos y consecuencias del acoso escolar desde una perspectiva adulta, echando una mirada al pasado y procurando recordar y plasmar cómo se sentía aquel niño o niña que en su día tuvo que experimentar y sufrir personalmente este tipo de maltrato, ya sea físico, psicológico o una combinación de ambos. Se trata de estudiar el bullying desde otro enfoque, centrándonos sobre todo en las emociones, reacciones, comportamientos y circunstancias de los agredidos o agredidas, y en los distintos mecanismos o estrategias utilizadas por los mismos para lidiar con los problemas surgidos durante las situaciones experimentadas.

Solicitamos, para ello, su colaboración en esta investigación. Deben de tener en cuenta que se trata de una entrevista totalmente anónima y personal. Agradecemos su participación y apoyo, puesto que sin su ayuda este trabajo no podría ser llevado a cabo.

Es fundamental que contesten a las preguntas sintiéndose libres y cómodos, como si estuvieran conversando con ustedes mismos o con ese niño o adolescente que fueron algún día. Lo más importante es que las respuestas sean sinceras.

Una vez más, muchas gracias por su aportación.

Deben, en primer lugar, rellenar una serie de datos básicos, los cuales no delatarán en ningún momento su identidad:

-Sexo: hombre

-Edad actual: 21

-Nivel de estudios alcanzado: Bachillerato

Una vez rellenados los datos, pueden comenzar a realizar la entrevista. Pueden tomarse el tiempo que necesiten para contestar. Es aconsejable que traten de reflexionar y de recordar todo aquello que mantenga relación con la cuestión en sí. Cualquier detalle por insignificante que parezca, puede resultar útil e interesante para la investigación, por lo que piensen bien antes de responder y procuren ser lo más veraces posibles.

#### **1. ¿Por qué crees que te acosaban?**

Considero que fue un cúmulo de circunstancias encadenadas desde mi traslado escolar en 2º de Primaria. Las enumero sin saber muy bien cuál es su relevancia: acento mixto madrileño-

canario en un colegio de La Orotava, apariencia física inocente, altas capacidades (se me ofrecieron múltiples ascensos de curso que nunca acepté por no acentuar el acoso), colaboración por parte de varios profesores en el acoso (se sentían amenazados porque cuestionara sus conocimientos en clase o simplemente les caía mal), gustos asociados al "frikismo" (desde el anime a la ficción clásica, estudiar japonés como algo exótico, etc.) y mi consecuente actitud desagradable.

## **2. ¿En qué consistía el acoso?**

Los profesores me evidenciaban en clase cuando casualmente cometía un fallo, me ponían notes junto al alumnado. Dichos profesores no atendían mis preguntas en clase o fuera de la misma "por empollón y enterado", retándome a dar la clase por ellos tras manifestar dudas. Insultos constantes en clase y fuera de la misma con mucha fijación en aspectos como el físico (cara infantil y algo rechoncho), agresiones físicas casi diarias, de las que me defendía con mucha vehemencia (siempre se me culpaba a mí de cualquier tipo de incidente, aludiendo a mi falta de sociabilidad, incluso de fe cristiana). En numerosas ocasiones tuve que enfrentarme a grupos de 3 y 4 niños, muchos mayores que yo con el beneplácito de algunos responsables del recreo. Como aporte, en casa de mi abuela también sufría el acoso de mis primos hermanos, con el apoyo de mi familia materna a excepción de mi tío político y mi abuelo, creo que fue decisivo para no tener confianza y pedir ayuda a tiempo.

## **3. ¿Durante cuánto tiempo te acosaron y en qué cursos?**

Desde 2º de Primaria hasta 4º de la ESO. 7-16 años.

## **4. ¿De 0 a 10 como de intenso era el daño que te causaba?**

En la infancia llegó al 9-10, gracias al trabajo personal, y exclusivamente personal, se redujo drásticamente a un 6, máximo 7 en la adolescencia.

## **5. ¿Y cómo te afectó? (física, psicológica o socialmente)**

Físicamente me maltrataba a mí mismo a base de puñetazos en la cara, estómago o piernas con mucha fuerza, llegué a dejarme inconsciente a mí mismo a base de golpes. Experimenté varias tentativas de suicidio, con cartas que nunca entregué desde los 8 a los 11 años, proyectándome al borde de una ventana esperando las fuerzas para saltar y acabar con todo. Aún tengo secuelas (tengo 21 años) a la hora de interactuar, sintiendo pánico en espacios como aulas o grupos sociales amplios y ataques de ansiedad cuando me siento grupalmente intimidado. Además sufrí insomnio hasta los 18 años.

**6. ¿Cuál fue tu máscara o escudo de defensa de protección ante el acoso que sufriste? Por ejemplo: pedir ayuda, gestión interna (controlar la situación internamente pensando en otra cosa), reevaluación (ver el abuso desde el humor o de forma positiva), enfrentarlo negativamente (haciendo lo mismo a otros o consumiendo algún tipo de sustancia psicoactiva), evitación (apagar el móvil o irse), fugarse o negarse a ir al colegio...etc.**

Al principio mi auto-defensa era infraproporcional, una patada se respondía con un empujón, no con una patada. En cuanto la situación escaló en 3º, un año después del inicio del acoso, me volví muy agresivo de cara a casi todo el mundo, salvo parte de mi familia, llegando a romper algún hueso en años posteriores a agresores ocasionales. Hasta cierto punto, disfruté la crueldad con la que respondía a los abusos. Al finalizar 2º de la ESO, cuando ya ejercía un abuso considerable sobre otros compañeros, decidí redimirme y sólo emplear la autodefensa, el cambio no fue inmediato. A nivel psicológico me refugiaba en la venganza ya descrita, algún compañero que compartía el mismo abuso y la ficción y videojuegos, desarrollando adicción. También me volví adicto a la cafeína, tomaba unas 6 bolsitas de té en dos tazas de agua, casi diarias, en parte para justificar mis ataques de pánico o ira y alimentarlos más. A los 17 comencé a fumar cannabis, hasta hoy, de forma repetida, aunque he ido sustituyendo el THC por mayores concentraciones de CBD y CBG. También, como consecuencia, faltaba a clase todo lo que podía aludiendo a cualquier dolencia o potencial enfermedad, llegué a tener mi propio "récord" de faltas médicas justificadas en el centro.

**7. ¿Qué era lo que más te molestaba o te dolía del acoso que te hacían?**

Al principio era un niño alegre y prometedor, por miedo a intensificar mi situación empecé a sacar notas bajas y a seguir un rol "pasota y oscuro", siento que perdí la mayor parte de mi infancia irremediadamente.

**8. ¿Cómo te sientes a día de hoy cuando recuerdas el pasado?**

Feliz de haber podido enfrentarme a todo. Decepcionado hasta la médula con el centro educativo, muchos de los profesionales en él y en parte con la humanidad. A veces me remite una ira irracional hacia mis acosadores, aunque he podido controlarme de agredirles una vez los he visto en la actualidad, prefiero no guardar un rencor inútil.

**9. ¿Piensas que el acoso que sufriste influyó negativamente en tu vida y te ha afectado o limitado seriamente en ciertas áreas (ya sean sociales o personales)?**

Absolutamente, aunque me quiero mucho como soy y me gusta ser así, tener que vivir con esta carga lastra mis intentos de estudiar una carrera y de gestionar otros problemas ajenos, que nos trae la vida.

10. **¿Qué sentías hacia los agresores? ¿A día de hoy sigues experimentando los mismos sentimientos? En caso afirmativo ¿con la misma intensidad? y en caso negativo ¿qué sientes ahora hacia ellos? ¿Si te encontraras ahora con ellos, ¿cómo reaccionarías?**

Ampliando los datos que comenté antes, en su momento sentía la necesidad de matar a algunos de ellos o de agredirles dejando secuelas de por vida, por suerte nunca culminó en un acto de esa magnitud. A veces me compadecía, muy ególatra, de su incapacidad, falta de ética o estupidez, otras verbalizaba este desprecio. Las situaciones en las que me reencuentro son muy violentas, pero estas personas, en su mayoría, recibieron un escarmiento físico en su momento o temen posibles represalias, sabiendo que practicaba boxeo y recordando la ira que les guardo. A día de hoy es una pérdida de tiempo apreciar esos aspectos, comprendo mejor que no todos tuvieron una vida fácil y el rencor, sin que me vuelvan a agredir, no sirve de nada. De darse el caso en que reincidieran, no sé qué tan bien aguantaría o con qué fuerza respondería, aunque estoy tranquilo, llevo 4 años sin pelearme directamente.

11. **¿A quién pediste ayuda? ¿Te ayudó a mejorar esta forma de afrontar el acoso?**

A mi padre, según él hablaba con el colegio, nunca sirvió para nada, salvo que me llamaran chivato, pues nunca se involucró más allá. Tampoco mis padres me facilitaron la ayuda psicológica que demandé todo ese tiempo, hasta los 16 años que por fin se me concedió. También acudí a jefes de estudio de primaria, ninguno movió un dedo e incluso me achacaron responsabilidad, o reconocieron la situación pero me instaron a soportarlo. Mi único apoyo fue mi ego, amigos que también eran acosados y gente ajena al ambiente escolar (que tuvieron que pagar muchos de mis problemas).

12. **¿Consideras que hay algo más que contar o comentar, referido al acoso escolar, y por lo que no te hemos preguntado? Puedes añadir lo que consideres oportuno:**

Considero que en todos estos procesos fue vital la ausencia de un apoyo familiar. Mi madre con quien residía, padeció una adicción y tenía malos hábitos durante mi infancia, estaba separada de mi padre, quien prefería invertir el tiempo conmigo en "otras cosas" para "no pensar sólo en eso" y disfrutar de su parte de la custodia. Dudo que la mayoría de los infantes puedan superar

estas situaciones por sí solos sin sufrir, como mínimo, gravísimas secuelas de por vida, que esta sociedad clasifica de "formas de ser" y "personalidades", relegando la responsabilidad, de nuevo, en los infantes, a quienes de paso, no se suele tomar en serio cuando reúnen las fuerzas para exponer sus casos. Como última observación, estoy seguro que de no ser por la extrema facilidad que han presentado los estudios para mí, me hubiera sido imposible avanzar con normalidad a través de los cursos, nunca pude entrenar un hábito de estudio, avancé porque nunca fue un reto. Muchas gracias por darnos una ventana y contribuir a la investigación académica de este campo tan necesitado. Pido disculpas de antemano si no he respondido bajo los parámetros exactos, es un tema un poco turbio.

Muchas gracias, de nuevo, por tu colaboración.

## **Entrevista 2**

Por medio de la siguiente entrevista, se pretende descubrir y conocer los principales motivos y consecuencias del acoso escolar desde una perspectiva adulta, echando una mirada al pasado y procurando recordar y plasmar cómo se sentía aquel niño o niña que en su día tuvo que experimentar y sufrir personalmente este tipo de maltrato, ya sea físico, psicológico o una combinación de ambos. Se trata de estudiar el bullying desde otro enfoque, centrándonos sobre todo en las emociones, reacciones, comportamientos y circunstancias de los agredidos o agredidas, y en los distintos mecanismos o estrategias utilizadas por los mismos para lidiar con los problemas surgidos durante las situaciones experimentadas.

Solicitamos, para ello, su colaboración en esta investigación. Deben de tener en cuenta que se trata de una entrevista totalmente anónima y personal. Agradecemos su participación y apoyo, puesto que sin su ayuda este trabajo no podría ser llevado a cabo.

Es fundamental que contesten a las preguntas sintiéndose libres y cómodos, como si estuvieran conversando con ustedes mismos o con ese niño o adolescente que fueron algún día. Lo más importante es que las respuestas sean sinceras.

Una vez más, muchas gracias por su aportación.

Deben, en primer lugar, rellenar una serie de datos básicos, los cuales no delatarán en ningún momento su identidad:

-Sexo: Varón

-Edad actual: 18

-Nivel de estudios alcanzado: ESO

Una vez rellenados los datos, pueden comenzar a realizar la entrevista. Pueden tomarse el tiempo que necesiten para contestar. Es aconsejable que traten de reflexionar y de recordar todo aquello que mantenga relación con la cuestión en sí. Cualquier detalle por insignificante que parezca, puede resultar útil e interesante para la investigación, por lo que piensen bien antes de responder y procuren ser lo más veraces posibles.

**1. ¿Por qué crees que te acosaban?**

Porque nací con un parpado vago y apenas tenía el ojo abierto.

**2. ¿En qué consistía el acoso?**

Todos los días cuando iba a clase estaba el famoso matón que siempre se quiere hacer el gracioso metiéndose con los demás pero al parecer yo era su favorito siempre, cada vez que me veía se dirigía a mi con una burla, como por ejemplo: me hacia gestos de pirata mientras que cerraba un ojo y me miraba y decía mi nombre. Cuando pasaba de sus burlas el me decía que si no me hacia gracia y que si no me reía me dejaba el ojo bien como el otro.

**3. ¿Durante cuánto tiempo te acosaron y en qué cursos?** Todos los cursos de primaria.

**4. ¿De 0 a 10 como de intenso era el daño que te causaba?** Un 7.

**5. ¿Y cómo te afectó? (física, psicológica o socialmente)** Más psicológicamente porque siempre me hería de forma verbal pero a veces recurría a la violencia.

**6. ¿Cuál fue tu máscara o escudo de defensa de protección ante el acoso que sufriste? Por ejemplo: pedir ayuda, gestión interna (controlar la situación internamente pensando en otra cosa), reevaluación (ver el abuso desde el humor o de forma positiva), enfrentarlo negativamente (haciendo lo mismo a otros o consumiendo algún tipo de sustancia psicoactiva), evitación (apagar el móvil o irse), fugarse o negarse a ir al colegio...etc.**

Siempre que se burlaba de mi yo también me burlaba de el, pero cuando lo hacia recurría a la violencia así que la mayoría de las veces me callaba y dejaba que se metiera conmigo, cuando se cansaba de meterse conmigo se iba y me dejaba en paz.

**7. ¿Qué era lo que más te molestaba o te dolía del acoso que te hacían?**

Que la gente le reía la gracia y nadie me defendía, solamente disfrutaban con las burlas del matón.

**8. ¿Cómo te sientes a día de hoy cuando recuerdas el pasado?**

Por una parte me siento mal pero por otra bien porque en 6º de primaria le pare los pies plantándole cara y nunca más me volvió a molestar pero mal porque no supe como pararlo antes.

**9. ¿Piensas que el acoso que sufriste influyó negativamente en tu vida y te ha afectado o limitado seriamente en ciertas áreas (ya sean sociales o personales)?**

Si, antes me costaba muchísimo confiar en una persona porque pensaba que iba a ser igual que ese matón.

10. **¿Qué sentías hacia los agresores? ¿A día de hoy sigues experimentando los mismos sentimientos? En caso afirmativo ¿con la misma intensidad? y en caso negativo ¿qué sientes ahora hacia ellos? ¿Si te encontraras ahora con ellos, ¿cómo reaccionarías?** Sentía mucha rabia hacia el matón y hacia aquellos que le reían la gracia. A día de hoy no experimento los mismos sentimientos porque vamos a decir que la vida lo puso en su sitio y si me lo encontrara ahora hablaría con el tranquilamente porque ya me ha pedido perdón por lo que me hizo.
11. **¿A quién pediste ayuda? ¿Te ayudó a mejorar esta forma de afrontar el acoso?** No le pedí ayuda a nadie. Digamos que supe enfrentarlo solo, aunque si hubiera pedido ayuda en su momento no se me hubiera hecho tan pesado.
12. **¿Consideras que hay algo más que contar o comentar, referido al acoso escolar, y por lo que no te hemos preguntado? Puedes añadir lo que consideres oportuno:** Me gustaría comentar que si alguien que lea esto sufre de acoso escolar que no tenga miedo de pedir ayuda, seguro que habrá mucha gente que este dispuesta a ayudarlos.

Muchas gracias, de nuevo, por tu colaboración.

### **Entrevista 3**

Por medio de la siguiente entrevista, se pretende descubrir y conocer los principales motivos y consecuencias del acoso escolar desde una perspectiva adulta, echando una mirada al pasado y procurando recordar y plasmar cómo se sentía aquel niño o niña que en su día tuvo que experimentar y sufrir personalmente este tipo de maltrato, ya sea físico, psicológico o una combinación de ambos. Se trata de estudiar el bullying desde otro enfoque, centrándonos sobre todo en las emociones, reacciones, comportamientos y circunstancias de los agredidos o agredidas, y en los distintos mecanismos o estrategias utilizadas por los mismos para lidiar con los problemas surgidos durante las situaciones experimentadas.

Solicitamos, para ello, su colaboración en esta investigación. Deben de tener en cuenta que se trata de una entrevista totalmente anónima y personal. Agradecemos su participación y apoyo, puesto que sin su ayuda este trabajo no podría ser llevado a cabo.

Es fundamental que contesten a las preguntas sintiéndose libres y cómodos, como si estuvieran conversando con ustedes mismos o con ese niño o adolescente que fueron algún día. Lo más importante es que las respuestas sean sinceras.

Una vez más, muchas gracias por su aportación.

Deben, en primer lugar, rellenar una serie de datos básicos, los cuales no delatarán en ningún momento su identidad:

-Sexo:mujer

-Edad actual:22

-Nivel de estudios alcanzado:ESO

Una vez rellenos los datos, pueden comenzar a realizar la entrevista. Pueden tomarse el tiempo que necesiten para contestar. Es aconsejable que traten de reflexionar y de recordar todo aquello que mantenga relación con la cuestión en sí. Cualquier detalle por insignificante que parezca, puede resultar útil e interesante para la investigación, por lo que piensen bien antes de responder y procuren ser lo más veraces posibles.

**1. ¿Por qué crees que te acosaban?**

Nunca entendí bien por qué me acosaban. Crecí y estudié en el mismo colegio con los mismos alumnos, (salvo cuando repetí curso) creería que sería por haber nacido siendo yo. Pero factores como la pobreza, situación familiar y debilidad psicológica les dio las puerta.

**2. ¿En qué consistía el acoso?**

Mayoritariamente era acoso psicológico. Desgraciadamente mi cerebro no aguantó tanta presión dadas a muchas circunstancias ajenas a mi y no recuerdo nada de 0-8 años.

En ese camino no estaba sola y gracias a esas compañías he podido saber qué ocurría. Y parece que el único factor era porque era fea y nunca me interesé en crear un vínculo con ellas. (Digo ellas porque la mayoría eran chicas).

**3. ¿Durante cuánto tiempo te acosaron y en qué cursos?**

Me acosaron durante toda primaria, aunque decayó cuando repetí. El problema ya no eran ellas, si no los demás. Se había creado una realidad en la que nadie podía tener contacto conmigo porque era la excluida, la que tenía piojos, la fea. Cuando pasé al instituto me llevé ese pronombre e intenté tener contacto con personas que no tenían absolutamente nada que ver con ellas, pero es imposible. Chicos y adolescencia, aprovecharon la situación y ya no era la fea, si no la puta. La gente me veía con asco hasta 3º de la ESO. Y siempre estuve en el punto de mira de los acosadores.

**4. ¿De 0 a 10 como de intenso era el daño que te causaba?**

Cuando era pequeña estaba absenta del dolor, viví en un estado de trauma y he de decir que gracias a ello no recuerdo el dolor. Pero sí que quedan secuelas, demasiadas y camufladas. No puedo describir el daño y cuantificarlo, para mi sería un 10, porque voy a estar toda la vida pensando que soy fea y vivir así no es lo que espera uno.

**5. ¿Y cómo te afectó? (física, psicológica o socialmente)**

Como comentaba antes, permanecí en estado de trauma. (No solo fue a causa de eso, mi situación familiar tampoco era la adecuada). Nunca he sabido qué pasó, cómo pasó y por qué, y aunque haya dicho que gracias a ello no hay muchos recuerdos, el propio dolor está en ese vacío que hay que nadie podrá llenar nunca.

Me autolesiono desde que tengo 14 años y no sé por qué, muchas veces me obligo a no comer y ayunar para no verme fea. Mi cara se ha convertido en un puzzle, y cada día las piezas son diferentes, no soy capaz de reconocirme aunque sé que esa misma soy yo.

Psicológicamente me ha inhabilitado, siempre creí que era inteligente pero nunca pude demostrarlo por la ansiedad crónica y la constante auto humillación.

Me cuesta crear vínculos con chicas porque pienso que todas son mejores que yo e intento superarlas, pero a la vez me castigo porque nunca he querido ser ellas.

Socialmente afectó muchísimo haberme criado en el mismo lugar, con tan poca gente como para que todos conocieran quién era yo, y vivo en constante alarma por si alguien decide volver abrir la boca con mi pasado para denigrar. .

**6. ¿Cuál fue tu máscara o escudo de defensa de protección ante el acoso que sufriste? Por ejemplo: pedir ayuda, gestión interna (controlar la situación internamente pensando en otra cosa), reevaluación (ver el abuso desde el humor o de forma positiva), enfrentarlo negativamente (haciendo lo mismo a otros o consumiendo algún tipo de sustancia psicoactiva), evitación (apagar el móvil o irse), fugarse o negarse a ir al colegio...etc.**

Cuando salí de ese estado de trauma (8 o 10 años) justo repetí de curso, cree una máscara, de no me importa. Intenté llevar a los de mi clase nueva a mi lado, no resultó mucho, pero podía tener estabilidad en clase y eso me calmaba.

Cuando pasé al instituto algo en mi prendió fuego. Me volví más agresiva y contestona, nunca pensé en deshacerme de ellas (las acosadoras) porque ellas solo fueron pólvora, el detonante es la sociedad. Empecé a tener amistades algo más tóxicas, ya que esas personas me daban seguridad social. Empecé a salir a beber a la

playa y a fumar. Todo en mi inocencia, nunca sobrepasé el límite porque yo solo quería divertirme y ser parte de algo.

En el instituto empecé a ligar con muchos chicos, dejé de ser la inocente a ser la fiera, prefería que me odiaran por eso que por fea. Cuando tuve 14 o 15 la cosa empeoró. En mi cerebro era melancolía y rabia. Me lleve mucho dolor por cosas que hice o cosas que me hicieron y siempre reprimí todo eso, incluso la parte familiar. Entendí muchas cosas de esas amistades tóxicas e intente crear algo sano, pero yo no lo estaba. Autolesiones, fumar cannabis, salir y beber, mantener sexo sin precedentes.

Nunca tuve la intención de ser mala, o no estudiar, siempre quise, pero era tanto el dolor que me impedía ver que podía con eso. Y me dediqué a vivir el día y nada más que eso. Algo en mi nunca estuvo bien. Pero no conocí otra cosa que eso.

**7. ¿Qué era lo que más te molestaba o te dolía del acoso que te hacían?**

Lo que más me molesta es no saber por qué y cómo fue todo.

**8. ¿Cómo te sientes a día de hoy cuando recuerdas el pasado?**

Siento rabia, melancolía, frustración e impotencia.

**9. ¿Piensas que el acoso que sufriste influyó negativamente en tu vida y te ha afectado o limitado seriamente en ciertas áreas (ya sean sociales o personales)?**

Me limitó y me marcó, como a los animales que sellan para sacrificar, yo llevo viviendo toda la vida pensando que estoy sentenciada.

**10. ¿Qué sentías hacia los agresores? ¿A día de hoy sigues experimentando los mismos sentimientos? En caso afirmativo ¿con la misma intensidad? y en caso negativo ¿qué sientes ahora hacia ellos? ¿Si te encontraras ahora con ellos, ¿cómo reaccionarías?**

Envidia, sentía muchísima envidia. Pero a la vez odio, miedo y frustración. A día de hoy sigo sintiendo exactamente lo mismo aunque casi no reconozca quienes

fueron.

**11.¿A quién pediste ayuda? ¿Te ayudó a mejorar esta forma de afrontar el acoso?**

Pedí ayuda a mi madre y esta nunca le dio esa importancia, quizás ella estaba más centrada en otras cuestiones.

El colegio fue espectador de eso, incluso una de las acosadoras era la hija de la que fue directora, incluso he de decir que ese profesorado influyó un poco también en ese acoso, no quiero decir que ha sido todo una culpa o un detonante, pero sí facilitaron las cuestiones por las que se me acosaba.

Nunca se hizo nada.

**12.¿Consideras que hay algo más que contar o comentar, referido al acoso escolar, y por lo que no te hemos preguntado? Puedes añadir lo que consideres oportuno:**

Si yo viví eso, no me quiero ni imaginar casos incluso más graves que el mío.

No somos un rebaño al cual sellar y separar por su calidad. Somos personas, y eso es lo que no ve la gente. Nunca se irá, porque hasta día de hoy sueño y tengo lapsus de traumas. Yo no quiero morir creyendo que la gente me ve como me veían ellas, porque yo soy más que eso.

Muchas gracias, de nuevo, por tu colaboración.

#### **Entrevista 4**

Por medio de la siguiente entrevista, se pretende descubrir y conocer los principales motivos y consecuencias del acoso escolar desde una perspectiva adulta, echando una mirada al pasado y procurando recordar y plasmar cómo se sentía aquel niño o niña que en su día tuvo que experimentar y sufrir personalmente este tipo de maltrato, ya sea físico, psicológico o una combinación de ambos. Se trata de estudiar el bullying desde otro enfoque, centrándonos sobre todo en las emociones, reacciones, comportamientos y circunstancias de los agredidos o agredidas, y en los distintos mecanismos o estrategias

utilizadas por los mismos para lidiar con los problemas surgidos durante las situaciones experimentadas.

Solicitamos, para ello, su colaboración en esta investigación. Deben de tener en cuenta que se trata de una entrevista totalmente anónima y personal. Agradecemos su participación y apoyo, puesto que sin su ayuda este trabajo no podría ser llevado a cabo.

Es fundamental que contesten a las preguntas sintiéndose libres y cómodos, como si estuvieran conversando con ustedes mismos o con ese niño o adolescente que fueron algún día. Lo más importante es que las respuestas sean sinceras.

Una vez más, muchas gracias por su aportación.

Deben, en primer lugar, rellenar una serie de datos básicos, los cuales no delatarán en ningún momento su identidad:

-Sexo: Mujer (trans)

-Edad actual: 22

-Nivel de estudios alcanzado: ESO

Una vez rellenados los datos, pueden comenzar a realizar la entrevista. Pueden tomarse el tiempo que necesiten para contestar. Es aconsejable que traten de reflexionar y de recordar todo aquello que mantenga relación con la cuestión en sí. Cualquier detalle por insignificante que parezca, puede resultar útil e interesante para la investigación, por lo que piensen bien antes de responder y procuren ser lo más veraces posibles.

### **1. ¿Por qué crees que te acosaban?**

Nunca lo he sabido, solo me puedo hacer una idea, aunque en 5 y 6 de primaria fui al colegio donde trabajaba mi padre y este fue mi tutor esos años lo que propicio que varios estudiantes si me acosaran llegando incluso a manifestar que el motivo era ser "hijo de el profesor" aunque no era el unico motivo durante esos dos años. Llegado 1 de la eso creo que mi actitud poco sociable y timida provoco que muchos otros estudiantes me vieran como el blanco mas facil para atacar durante los años que venian.

### **2. ¿En qué consistía el acoso?**

En muchas cosas, tantas que ni me acuerdo, en el patio de infantil me pegaban y me humillaban, los 4 primeros años de primaria me marginaban, se reian de mi fisico, de mi en general, cualquier cosa, durante esos 4 años tambien tenia problemas para pronunciar la letra R y eso fue una constante esos años, incluyendo que a veces me mandaban a salir de clase para acudir con la logopeda (creo que era eso) y literalmente toda la clase empezaba

a reírse de mí por ello y la profesora nunca hizo nada, hasta el punto de que salía llorando de camino al otro aula. Esos 4 años también me agredían mucho físicamente además de verbal, cada semana me metía en una pelea aunque siempre en defensa personal, hasta el punto de que sentí que nadie de ese colegio me quería allí y pase la gran mayoría de esos años aislado.

Continuaría igual aunque mis padres me cambiaran de colegio, disminuiría en 5 y 6 las peleas físicas, pero el bullying psicológico aumentó muchísimo, incluso en medio de las clases.

Todo empeoró en el instituto, apenas recuerdo cosas antes de ello, pero recuerdo el instituto como un infierno. Día sí y día también de bullying. Recuerdo en concreto un chico que me hizo la vida imposible todos los años. Cada día me escupía, metía la zancadilla, se traía 6 o 7 amigos y un macarra de bachillerato para perseguirme por el instituto a ver si me pegaban, me tiraban balonazos con todas sus fuerzas, si me sentaba en algún lugar del patio hacían que las 50 personas que estaban por esa zona empezaran a burlarse de mí (cosa que recuerdo porque fue de los primeros días de instituto, no podía comprender como todo el mundo podía llegar a ser tan odioso, solo una persona me sacó de allí y sería de mis pocos amigos aunque al final este también acabaría pasando de mí). Todos los días la persona de la que hablé antes me tiraba trozos de goma o papel mojado a la cabeza porque se sentaba detrás de mí, le daría patadas a mi silla y mi mochila, me quejé todos los días a la profesora y los alumnos me tenían por quejica igual que la profesora la cual me echaba a mí la culpa. Podría seguir pero ni me acuerdo de la mayoría de mi juventud ni sé si es la manera de responder esta encuesta, o me explayé demasiado.

### **3. ¿Durante cuánto tiempo te acosaron y en qué cursos?**

No recuerdo un solo momento de mi vida en el que no me hayan acosado, me atrevería a decir que tuve malas experiencias en la guardería aunque como para yo acordarme a ciencia cierta, pero sí puedo asegurar que desde el primer día de infantil hasta el último día de bachillerato (el cual nunca acabe por mucho que intentara) fue un infierno para mí, incluso cuando abandone 2 de bachiller y fui a la orla de él que fue mi curso para despedirme de ellos, incluso ahí, aunque en bachiller ya no sufría bullying físico, el psicológico continuó, incluido cuando en aquella fiesta me encontré con la persona que me amargó toda la ESO, supo que abandone bachiller y me humilló delante de todos en la fiesta haciéndose pasar por mi coleguilla como si fuésemos amigos de toda la vida.

Pero si tengo que hablar del acoso más largo que tuve, fue sin duda desde 1 de la ESO hasta 1 de bachiller, donde absolutamente todo el mundo se metía conmigo por mi sobrepeso y en concreto con mi pecho, el cual también debido a un problema con mis hormonas había

sufrido un aumento muy grande de grasa pero tambien de tejido mamario, lo que provoco que cuando adelgazara, y no de una forma saludable, por muy flaco que estuviera seguia teniendo las "tetas de tia". "Tetas de tia" fue como estuvieron llamandome facilmente 5 años seguidos, todo el instituto.

**4. ¿De 0 a 10 como de intenso era el daño que te causaba?**

El suficiente como para que me hierva la sangre cada vez que pienso sobre mi vida de los 18 años para atras. No seria capaz de numerarlo, porque si al principio el daño que me causaba era de 5, mes a mes, año a año, cada vez era mas hasta el punto de no sentir. Aunque seguramente habiendo sobrepasado el 10 probablemente en 1 de la ESO, habiendo momentos en el que el daño para mi era siempre era el maximo y en algunos momentos hasta incalculable

**5. ¿Y cómo te afectó? (física, psicológica o socialmente)**

Fisicamente engordaba y adelgazaba constantemente, nunca tuve un peso fijo aunque mayoritariamente rondaba el sobrepeso, psicologicamente recuerdo que no estaba bien, aunque nunca supe por que, ya por 5 de primaria recuerdo tener mis primeros pensamientos sobre la muerte, apenas podia hablar en publico sin echarme a llorar, aunque no lo recuerdo bien, se que por culpa del bullying nunca tuve habilidades sociales, aunque si tuve ansiedad social. Siempre que podia evitaba cualquier contacto social incluido con mi familia. Pase casi toda mi vida y sigo pasandola dentro de mi casa, lejos del contacto de la gente. Lo de mi pecho fue sin duda lo que mas me afecto, tanto fisica como psicologicamente, empeece a vestirme con camisas el doble de grandes de mi talla y no paraba de estirarlas con el brazo para ocultar mi pecho, y siempre sudaderas enormes incluso en verano, y si podia no salir ni a comprar el pan pues mejor. Tambien recuerdo como en 5 de primaria ya empezaba a pasar las noches sin apenas dormir porque no podia, aunque fue peor en el instituto, donde a veces solo dormia 1 hora al dia durante varias semanas. Sigo a dia de hoy y desde entonces con problemas para dormir.

**6. ¿Cuál fue tu máscara o escudo de defensa de protección ante el acoso que sufriste? Por ejemplo: pedir ayuda, gestión interna (controlar la situación internamente pensando en otra cosa), reevaluación (ver el abuso desde el humor o de forma positiva), enfrentarlo negativamente (haciendo lo mismo a otros o consumiendo algún tipo de sustancia psicoactiva), evitación (apagar el móvil o irse), fugarse o negarse a ir al colegio...etc.**

Pase un poco por todo, en infantil recuerdo esconderme debajo del tobogan los 30 minutos de patio para que no me encontraran, siempre pedía ayuda a todos los profesores aunque nunca ni uno me ayudo, por lo que en ocasiones simplemente salía corriendo de la clase y me iba a esconder a cualquier parte del colegio. Cuando consideraba que era demasiado me corría tanta furia que pasaba a pelearme sin razonar. Mis padres me dijeron que a partir de 2 de primaria pasaba todos los recreos encerrado en la biblioteca, sin nadie, leyendo, aunque yo no tengo ningún recuerdo de eso. En la ESO tuve menos peleas pero parece que funcionaron en cierta medida, porque me cogieron cierto miedo supongo, porque hubo un momento en el que yo deseaba que me pusieran una mano encima para aplastarles la cabeza. Pero recurrieron más al psicológico desde entonces y lo que hice fue recluírme durante años en una salita pequeña donde si acaso venían 1 o 2 personas con problemas como yo a pasar el recreo.

Mi máscara fue adoptar el nihilismo sin saber que era desde una edad bastante temprana, escudarme en el nada importa y si me muero da igual. Hasta el punto de que no sentía nada, salvo que llegó un punto de inflexión antes de empezar en 2 de bachiller. No pude soportar ese verano, la única persona de ese insti que consideraba amigo aunque él también me hacía bullying con ese pretexto, me traicionó e intentó comprar mi perdón con dinero, ya no tenía nada que hacer allí y odiaba a los profesores y los alumnos, el primer día fui pero no entré a ninguna clase, y así durante una semana hasta que me pillaron entonces pase de ir, aunque un mes más tarde empezaría en otro instituto en el cual me fugaba de clase metiéndome 6 horas en el baño y donde empecé a cortarme las muñecas, arañarme el cuerpo y arrancarme pelos, evitar comer y si me obligaban luego lo vomitaba, etc. Más adelante empezaría a cortarme los brazos y piernas en mi casa a altas horas de la noche. Ya no soportaba más mentalmente el instituto fuera cual fuera.

**7. ¿Qué era lo que más te molestaba o te dolía del acoso que te hacían?**

La sensación de vacío que sigo teniendo a día de hoy. Que nadie me apoyara. La sensación eterna de soledad e incompreensión.

**8. ¿Cómo te sientes a día de hoy cuando recuerdas el pasado?**

Mal. Horrible, no me gusta pensar en ello, hasta el punto de que considero que empecé a vivir a partir de los 19 años, en parte porque a penas recuerdo nada tampoco.

**9. ¿Piensas que el acoso que sufriste influyó negativamente en tu vida y te ha afectado o limitado seriamente en ciertas áreas (ya sean sociales o personales)?**

Si. Tengo una incapacidad enorme de ponerme a estudiar por el miedo y no he acabado bachiller. Tengo 1 amigo al que me da hasta miedo ver y no se por que. Odio salir a la calle porque pienso que estoy en peligro constantemente y vivo envuelta en ansiedad.

10. **¿Qué sentías hacia los agresores? ¿A día de hoy sigues experimentando los mismos sentimientos? En caso afirmativo ¿con la misma intensidad? y en caso negativo ¿qué sientes ahora hacia ellos? ¿Si te encontraras ahora con ellos, ¿cómo reaccionarías?**

Los odiaba con todo mi ser y los sigo odiando, cada vez que pienso en ello siento una rabia y odio inmensos. Ya me he encontrado con ellos y me alegro de sus desgracias, que ni de lejos han llegado a asemejarse a como de desgraciada me hicieron sentir 18 de mis 22 años. Por mi pueden morir de una sobredosis de cocaína, que fue lo que me ofrecieron al reencontrarnos. Cocaína, en fin. Ni un miserable perdon.

11. **¿A quién pediste ayuda? ¿Te ayudó a mejorar esta forma de afrontar el acoso?**

Nunca pedi ayuda a nadie, bueno, miento. Pedi ayuda y nunca la tuve, lo que me hizo renegarme a buscar mas ayuda en el futuro. Todo me lo guardaba para mi, y eso en parte provoco que fuera incapaz apenas de expresar como me siento, o siquiera hablar delante de una persona para pedir ayuda, ni si quiera a mis padres, aunque ellos lo sabian y tampoco me ayudaron mucho.

12. **¿Consideras que hay algo más que contar o comentar, referido al acoso escolar, y por lo que no te hemos preguntado? Puedes añadir lo que consideres oportuno:**

No se si he hecho muy bien la entrevista, creo que muchas cosas de las que conte anteriormente deberian de ir aqui, aunque hay 2 cosas que no he contado y considero oportuno contar aqui aunque no me extendere demasiado por lo mencionado anteriormente.

Primero, el primer trimestre en el segundo instituto, donde empece a autolesionarme, cuando quedaban pocas semanas para acabar el trimestre, en vez de entrar ese dia al instituto volvi a casa donde me tome 50 pastillas y practicamente me mutile el antebrazo. Fue el unico dia en mi vida en el que me he sentido feliz de verdad. Por fin me libraba de todo el mundo, no tendria que volver a aguantar la vida nunca mas, porque para mi la vida era el bullying porque no conocia otra cosa. Se que es sobre el acoso escolar pero tambien lo sufria en la calle, en las clases de musica, al entrenar baloncesto en 2 equipos diferentes

y por internet y no se si me dejo alguno. Segun el medico sobreviví de milagro, aunque a dia de hoy todavia siento dolores en el tendón que casi me corte. Me tuvieron 1 mes y medio encerrada en psiquiatria del hospital de candelaria en santa cruz, donde lo unico que pensaba era salir para volver a intentarlo, nunca me perdone el estar tan cerca y no conseguirlo, pero a partir de ahí es otra historia.

Lo segundo y mas importante fue que hasta los 19 años nunca supe que yo era transexual. Por eso hablo de mi en masculino respondiendo a las preguntas. La primera vez que vi esa palabra y alguien que lo era y lo explico, se me saltaron las lágrimas a pesar de que creia que ya no podría llorar nunca mas. Nunca supe por que pero nunca me correspondí con mi cuerpo con como funcionaban las cosas en mi cabeza, y sinceramente, saberlo problemente en 5 de primaria al menos me hubiera ahorrado una gran cantidad de problemas relacionados con el bullying. Sobre todo las "tetas de tia", el cual me obsesione hasta tal punto que mis padres me dijeron de operarmelo, porque por muy flaco que estuviese, seguía teniendolas. Ahora tengo el pecho hundido y me duele, fisica y mentalmente por haber tenido que llegar hasta ese punto y hoy en dia me sigue afectando mucho, todos esos años de bullying. Y si, me arrepiento de habermelas operado y las hecho de menos porque gracias a eso perdi unos complejos sobre mi cuerpo que me habian inducido años de abusos y que eran falsos en el fondo. Creo que voy a parar aquí.

Muchas gracias, de nuevo, por tu colaboración.

## **Entrevista 5**

Por medio de la siguiente entrevista, se pretende descubrir y conocer los principales motivos y consecuencias del acoso escolar desde una perspectiva adulta, echando una mirada al pasado y procurando recordar y plasmar cómo se sentía aquel niño o niña que en su día tuvo que experimentar y sufrir personalmente este tipo de maltrato, ya sea físico, psicológico o una combinación de ambos. Se trata de estudiar el bullying desde otro enfoque, centrándonos sobre todo en las emociones, reacciones, comportamientos y circunstancias de los agredidos o agredidas, y en los distintos mecanismos o estrategias utilizadas por los mismos para lidiar con los problemas surgidos durante las situaciones experimentadas.

Solicitamos, para ello, su colaboración en esta investigación. Deben de tener en cuenta que se trata de una entrevista totalmente anónima y personal. Agradecemos su participación y apoyo, puesto que sin su ayuda este trabajo no podría ser llevado a cabo.

Es fundamental que contesten a las preguntas sintiéndose libres y cómodos, como si estuvieran conversando con ustedes mismos o con ese niño o adolescente que fueron algún día. Lo más importante es que las respuestas sean sinceras.

Una vez más, muchas gracias por su aportación.

Deben, en primer lugar, rellenar una serie de datos básicos, los cuales no delatarán en ningún momento su identidad:

-Sexo: Mujer

-Edad actual: 22

-Nivel de estudios alcanzado: CFGS

Una vez rellenados los datos, pueden comenzar a realizar la entrevista. Pueden tomarse el tiempo que necesiten para contestar. Es aconsejable que traten de reflexionar y de recordar todo aquello que mantenga relación con la cuestión en sí. Cualquier detalle por insignificante que parezca, puede resultar útil e interesante para la investigación, por lo que piensen bien antes de responder y procuren ser lo más veraces posibles.

**1. ¿Por qué crees que te acosaban?**

Por estar gorda, o al menos eran las razones que me daban

**2. ¿En qué consistía el acoso?**

Insultos, acoso (perseguirme diciendo cosas hirientes), y acciones humillantes.

**3. ¿Durante cuánto tiempo te acosaron y en qué cursos?**

Desde muy pequeña, aproximadamente desde los 6 años, hasta los 18 aproximadamente.

**4. ¿De 0 a 10 como de intenso era el daño que te causaba?**

En su momento creo que llegaba al 10

**5. ¿Y cómo te afectó? (física, psicológica o socialmente)**

Dañaba a mi físico porque lo odiaba, mi autoestima casi era inexistente y me volví muy tímida, no sabía socializar.

**6. ¿Cuál fue tu máscara o escudo de defensa de protección ante el acoso que sufriste? Por ejemplo: pedir ayuda, gestión interna (controlar la situación internamente pensando en otra cosa), reevaluación (ver el abuso desde el humor o de forma positiva), enfrentarlo negativamente (haciendo lo mismo a otros o consumiendo algún tipo de sustancia psicoactiva), evitación (apagar el móvil o irse), fugarse o negarse a ir al colegio...etc.**

Tomármelo con humor. Actualmente también sigo haciéndolo.

**7. ¿Qué era lo que más te molestaba o te dolía del acoso que te hacían?**

Que nunca me sentía segura.

**8. ¿Cómo te sientes a día de hoy cuando recuerdas el pasado?**

Frustración, rencor, sobre todo al darme cuenta de que las personas que me acosaban ni siquiera se acuerdan de lo que me hicieron, pero yo no lo olvido.

**9. ¿Piensas que el acoso que sufriste influyó negativamente en tu vida y te ha afectado o limitado seriamente en ciertas áreas (ya sean sociales o personales)?**

Sí, actualmente sigo en proceso de construir mi autoestima.

**10. ¿Qué sentías hacia los agresores? ¿A día de hoy sigues experimentando los mismos sentimientos? En caso afirmativo ¿con la misma intensidad? y en caso negativo ¿qué sientes ahora hacia ellos? ¿Si te encontraras ahora con ellos, ¿cómo reaccionarías?**

Asco. Con algunas personas siento lo mismo, con otras siento que nunca me podrán caer bien, y hay algunas otras que me dan igual. Creo que depende de lo que en su momento me hicieron.

**11. ¿A quién pediste ayuda? ¿Te ayudó a mejorar esta forma de afrontar el acoso?**

A nadie. En alguna ocasión lo intenté comentar con profesorxs, y la respuesta solía ser la misma “es que esa persona tiene problemas”, “es que lo pasa mal en casa”. En definitiva, nunca fueron de apoyo y defendían al agresorx.

**12. ¿Consideras que hay algo más que contar o comentar, referido al acoso escolar, y por lo que no te hemos preguntado? Puedes añadir lo que consideres oportuno:**

Lo que comenté en la respuesta anterior. Dado que actualmente creo que le guardo más rencor a lxs profesorxs que nunca me ayudaron y que defendían a lxs que me acosaban. Cuando de repente existió el “bullying”, y se empezó a hacer un movimiento de ello, se plantearon actuaciones y salieron profesorxs hablando de que nunca lo permitirían, he de reconocer que me molestó mucho y lo vi como si se tratara de hipócritas. Aunque sé que estaba influida por mi historia personal. Y sé que todxs no serán así.

Muchas gracias, de nuevo, por tu colaboración.

## **Entrevista 6**

Por medio de la siguiente entrevista, se pretende descubrir y conocer los principales motivos y consecuencias del acoso escolar desde una perspectiva adulta, echando una mirada al pasado y procurando recordar y plasmar cómo se sentía aquel niño o niña que en su día tuvo que experimentar y sufrir personalmente este tipo de maltrato, ya sea físico, psicológico o una combinación de ambos. Se trata de estudiar el bullying desde otro enfoque, centrándonos sobre todo en las emociones, reacciones, comportamientos y circunstancias de los agredidos o agredidas, y en los distintos mecanismos o estrategias

utilizadas por los mismos para lidiar con los problemas surgidos durante las situaciones experimentadas.

Solicitamos, para ello, su colaboración en esta investigación. Deben de tener en cuenta que se trata de una entrevista totalmente anónima y personal. Agradecemos su participación y apoyo, puesto que sin su ayuda este trabajo no podría ser llevado a cabo.

Es fundamental que contesten a las preguntas sintiéndose libres y cómodos, como si estuvieran conversando con ustedes mismos o con ese niño o adolescente que fueron algún día. Lo más importante es que las respuestas sean sinceras.

Una vez más, muchas gracias por su aportación.

Deben, en primer lugar, rellenar una serie de datos básicos, los cuales no delatarán en ningún momento su identidad:

-Sexo: Hombre

-Edad actual: 29

-Nivel de estudios alcanzado: Grado Superior

Una vez rellenados los datos, pueden comenzar a realizar la entrevista. Pueden tomarse el tiempo que necesiten para contestar. Es aconsejable que traten de reflexionar y de recordar todo aquello que mantenga relación con la cuestión en sí. Cualquier detalle por insignificante que parezca, puede resultar útil e interesante para la investigación, por lo que piensen bien antes de responder y procuren ser lo más veraces posibles.

### **1. ¿Por qué crees que te acosaban?**

Sinceramente ignoro la razón. Supongo que es algo que uno se pregunta constantemente durante un largo tiempo, incluso atribuyéndose la culpa uno mismo por la creencia de que es algo que hacemos mal lo que origina el acoso.

### **2. ¿En qué consistía el acoso?**

Básicamente en intimidar, amenazar, daño físico, etc.

**3. ¿Durante cuánto tiempo te acosaron y en qué cursos?**

Durante ...¿años?, ignoro cuanto tiempo realmente, ya que no fue algo constante, pero sí que puedo recordar situaciones horribles en 2º de primaria y en 1º, 3º y 4º de la ESO.

**4. ¿De 0 a 10 como de intenso era el daño que te causaba?**

En un principio el acoso de carácter físico me importaba más bien poco dado que pasado un cierto tiempo, uno aceptaba la situación como algo normal, del día a día. Lo malo era el acoso psicológico, el sentirse apartado a raíz del miedo, el no querer hacer vida social por miedo a situaciones parecidas, por lo que el daño físico lo colocaría en un 6, relativamente, mientras que el psicológico iría en un 10.

**5. ¿Y cómo te afectó? (física, psicológica o socialmente)**

Pues como ya comenté, me creó mucha ansiedad y generó en mí la necesidad de evitar rodearme de demasiada gente y tampoco quise crear vínculo con nadie por desconfianza.

**6. ¿Cuál fue tu máscara o escudo de defensa de protección ante el acoso que sufriste? Por ejemplo: pedir ayuda, gestión interna (controlar la situación internamente pensando en otra cosa), reevaluación (ver el abuso desde el humor o de forma positiva), enfrentarlo negativamente (haciendo lo mismo a otros o consumiendo algún tipo de sustancia psicoactiva), evitación (apagar el móvil o irse), fugarse o negarse a ir al colegio...etc.**

Hablarlo con mayores (profesores o padres) nunca sirvió de nada por que nunca estaban en situación de poder hacer nada, según parecía. A raíz de eso me volví bastante desconfiado y decidí juntarme únicamente con gente que pasado un cierto tiempo consideraba que podía confiar.

**7. ¿Qué era lo que más te molestaba o te dolía del acoso que te hacían?**

Realmente el sentirme solo, allí donde he ido era “el nuevo” debido a tantas mudanzas por lo que mientras la mayoría tenía sus grupos de amigos y se apoyaban mutuamente yo nunca tuve a nadie. Eso sumado a ser hijo de inmigrante, con un vocabulario algo diferente, sin familia cerca y sin amigos de la infancia acentuaban la sensación de soledad.

**8. ¿Cómo te sientes a día de hoy cuando recuerdas el pasado?**

A día de hoy lo sigo viendo como algo asqueroso, no puedo sentir el más mínimo respeto por personas que, ya fuese a mí o a otras personas, se jactaban de ir haciendo sentir miserables a quienes no sabían o podían defenderse.

**9. ¿Piensas que el acoso que sufriste influyó negativamente en tu vida y te ha afectado o limitado seriamente en ciertas áreas (ya sean sociales o personales)?**

Yo diría que sí, hasta cierto punto. Nunca acabas de librarte del todo de eso que se suele decir que “el instituto nunca acaba”. Hay aspectos que reconozco de mí mismo al respecto, como el hecho de que me siento bastante incómodo en lugares muy concurridos con gente que no conozco de nada. No me gustan las fiestas ni socializar de cero con gente que no conozco si no hay al menos un persona conocida en situación.

**10. ¿Qué sentías hacia los agresores? ¿A día de hoy sigues experimentando los mismos sentimientos? En caso afirmativo ¿con la misma intensidad? y en caso negativo ¿qué sientes ahora hacia ellos? ¿Si te encontraras ahora con ellos, ¿cómo reaccionarías?**

Simplemente frustración, porque sabía que defenderme sólo llevaría a más problemas y no a soluciones. Aprendí por las malas a dejar estar las cosas dado que las pocas veces que decidí responder nada mejoró.

Me he encontrado años después con gente así, y la verdad, agradezco saber cómo son para así poder evitarlos. Alguien tan mezquino en su infancia/adolescencia no puede ser buena persona en su etapa adulta y lo tengo comprobado. Tiempo después entendí también que muchas de estas personas tenían vidas muy difíciles, padres maltratadores, situaciones de vida o familiares que aunque no justificaban me hacían empatizar bastante y en cierto modo ‘perdonar’ muchas cosas. Quiero aclarar que no le deseo el mal a nadie y espero que las cosas les hayan ido lo mejor posible.

**11. ¿A quién pediste ayuda? ¿Te ayudó a mejorar esta forma de afrontar el acoso?**

Como dije antes prefería no hacerlo, aunque si que tuve una charla sobre bullying en mi etapa de instituto que me ayudó a enfocar las cosas y saber llevarlas.

**12. ¿Consideras que hay algo más que contar o comentar, referido al acoso escolar, y por lo que no te hemos preguntado? Puedes añadir lo que consideres oportuno:**

Yo creo que el acoso escolar es un lastre social que se irá superando como se está haciendo con el machismo, el racismo, o el clasismo. A medida que avance la sociedad y si se da con un buen cimiento en cuanto a lo referido a la educación en valores desde casa, sumado a una mayor libertad legal del personal docente en canto a la intervención en dichas situaciones, puede que llegue el día en el que el bullying realmente sea algo muy mal visto por las generaciones venideras y poco a poco quede en el olvido.

Muchas gracias, de nuevo, por tu colaboración.