

El bullying y sus tipos



Parece que no pero realmente es muy frecuente los casos de acoso entre los niños, en carne propia muchos padres de familia hemos vivido esa experiencia entre nuestros hijos, sin saber que decir y como actuar.

¿Que es el Bullying?

Es una palabra proviente del vocablo holandes que significa acoso.

El primero que empleó el término "bullying" en el sentido de acoso escolar en sus investigaciones fue Dan Olweus, quien implantó en la década de los '70 en Suecia un estudio a largo plazo que culminaría con un completo programa antiacoso para las escuelas de Noruega.

Anteriormente esta palabra no era tan comentada, pero debido al incremento alarmante en casos de persecución y agresiones que se están detectando en las escuelas, lo que lleva a muchos escolares a vivir situaciones verdaderamente aterradoras, es que ahora se esta hablando más del tema.

El bullying esta presente en casi cualquier lugar, no es exclusivo de algún sector de la sociedad o respecto al sexo, aunque en el perfil del agresor sí se aprecia predominancia en los varones. Tampoco existen diferencias en lo que respecta a las víctimas.

El agresor acosa a la víctima cuando esta solo, en los baños, en los pasillos, en el comedor, en el patio. Por esta razón los maestros muchas veces ni por enterados estan.

Sin embargo no se trata de un simple empujón o comentario, se trata de una situación que si no se detiene a tiempo puede provocar severos daños emocionales a la victima.

Esta práctica que se vuelve frecuente en los niveles de secundarias y preparatorias públicas o privadas de México, en otras partes del mundo se esta adaptando a la tecnología dando como resultado el cyber bullying, es decir, el acoso a través de Internet específicamente en páginas web, blogs o correos electrónicos.

Tipo de Bullying



Sexual: Es cuando se presenta un asedio, inducción o abuso sexual.

Exclusión social: Cuando se ignora, se aísla y se excluye al otro.

Verbal: Insultos y menosprecios en público para poner en evidencia al débil.

Psicológico: En este caso existe una persecución, intimidación, tiranía, chantaje, manipulación y amenazas al otro.

Físico: Hay golpes, empujones o se organiza una paliza al acosado.

Causas y consecuencias del bullying



Personales: Un niño que actúa de manera agresiva sufre intimidaciones o algún tipo de abuso en la escuela o en la familia.

Adquiere esta conducta cuando es frecuentemente humillado por los adultos.

Se siente superior, ya sea porque cuenta con el apoyo de otros atacantes o porque el acosado es un niño con muy poca capacidad de responder a las agresiones.

Familiares: El niño puede tener actitudes agresivas como una forma de expresar su sentir ante un entorno familiar poco afectivo, donde existen situaciones de ausencia de algún padre, divorcio, violencia, abuso o humillación ejercida por los padres y hermanos mayores; tal vez porque es un niño que posiblemente vive bajo constante presión para que tenga éxito en sus actividades o por el contrario es un niño sumamente mimado.

Todas estas situaciones pueden generar un comportamiento agresivo en los niños y llevarles a la violencia cuando sean adolescentes.

En la escuela: Cuanto más grande es la escuela hay mayor riesgo de que haya acoso escolar, sobre todo si a este factor se le suma la falta de control físico, vigilancia y respeto; humillación, amenazas o la exclusión entre personal docente y alumnos.

Por otro lado los nuevos modelos educativos a que son expuestos los niños como la ligereza con que se tratan y ponen en práctica los valores, la ausencia de límites y reglas de convivencia, han influenciado para que este tipo de comportamiento se presenten con mayor frecuencia.

Consecuencias para el o los agresores



Pueden convertirse posteriormente en delincuentes, la persona se siente frustrada porque se le dificulta la convivencia con los demás niños, cree que ningún esfuerzo que realice vale la pena para crear relaciones positivas con sus compañeros.

Consecuencias para la víctima

Evidente baja autoestima, actitudes pasivas, pérdida de interés por los estudios lo que puede llevar a una situación de fracaso escolar, trastornos emocionales, problemas psicosomáticos, depresión, ansiedad, pensamientos suicidas, lamentablemente algunos chicos, para no tener que soportar más esa situación se quitan la vida.

Cómo se comporta un agresor y la víctima



- Quienes ejercen el bullying lo hace para imponer su poder sobre el otro logrando con ello tenerlo bajo su completo dominio a lo largo de meses e incluso años.
- El niño o varios de ellos, comúnmente en grupo, constantemente tienen actitudes agresivas y amenazantes sin motivo alguno contra otro u otros niños.
- Es o son provocativos, cualquier cosa es para ellos motivo de burlas.
- Su forma de resolver conflictos es por medio de la agresión.
- No es nada empático, es decir no se pone en el lugar del otro.

Comportamiento de las víctimas del bullying



- Son comúnmente niños tímidos y poco sociables. Ante un acoso constante, lógicamente se sienten angustiados, tensos y con mucho miedo a tal grado que en algunos casos puede llevarlo a consecuencias devastadoras.
- El niño o adolescente se muestra agresivo con sus padres o maestros.
- Comienzan a poner pretextos y diversos argumentos para no asistir a clases, ni participar en actividades de la escuela .
- Se presenta un bajo rendimiento escolar.
- La víctima comienza a perder bienes materiales sin justificación alguna, o piden más dinero para cubrir chantajes del agresor.
- En los casos más severos presentan moretones o agresiones evidentes en la cara y el cuerpo.

Como deben actuar los padres ante un hijo acosador



- Tienes y debes acercarte a tu hijo, platica con él.
- Relaciónate más con los amigos de tu hijo y observa qué actividades realizan.
- Una vez que hallas creado un clima de comunicación y confianza con tu hijo, pregúntale el porque de su conducta.
- Si comprobaste que tu hijo es un acosador, no ignores la situación porque seguramente se agravará, calmadamente busca la forma de ayudarlo.
- Jamás debes usar la violencia para reparar el problema. Violencia genera violencia, ¿donde esta la solución? . Tampoco culpes a los demás por la mala conducta de tu hijo.
- Nunca dejes de demostrarle amor a tu hijo, pero también debes hacerle saber que no permitirás esas conductas agresivas e intimidatorias, deja muy claro además las mediadas que se tomarán a causa de su comportamiento y en caso de que continúe de esa manera.
- Cuando se detecta un caso de bullying, los padres del niño deben trabajar conjuntamente con la escuela para resolver el problema de una forma inmediata. Habla con los profesores, pídeles ayuda y escucha todas las críticas que te den sobre tu hijo. Mantente informado de como la escuela esta tratando dicho caso y los resultados que se estan obteniendo.
- A través de la comunicación con tu hijo podrás darte cuenta de sus gustos y aficiones, canaliza su conducta agresiva por ese lado; si por ejemplo le gusta el futbol inscríbalo en un club deportivo, si le gusta tocar algún instrumento llévalo para que tome clases.
- Crea un ambiente en tu hogar donde el chico se sienta con la confianza de manifestar sus insatisfacciones y frustraciones sin agredir . Enséñale buenos modales.
- Debes enseñarle a tu hijo a reconocer sus errores y a pedir disculpas a quienes les halla hecho daño, elogia esa buenas acciones.

Qué hacer si mi hijo es la víctima



- Investiga minuciosamente lo que está ocurriendo, platica con sus compañeros más cercanos, maestros, amigos y familiares.
- Platica con tu hijo y hazle sentir que puede confiar en ti , asi él se sentirá cómodo al hablar contigo acerca de todo lo bueno y lo malo que esté viviendo.
- Hablen del tema. Escucha a tu hijo, deja que se desahogue.
- Si efectivamente comprobaste que lo estan acosando, manten la calma y no demuestres preocupación, el niño tiene que ven en tu rostro determinación y positivismo.
- Comprometete a ayudar a tu hijo, y muy importante, hazle saber que él no es el culpable de esta situación.
- No trates de resolver el problema diciéndole a tu hijo que se defienda y tome venganza, esto empeoraría más la situación, es mejor que discutan como pueden responder asertivamente a los acosadores y practica respuestas con tu hijo.
- Debes ponerte en contacto con el maestro de tu hijo y con la dirección de la escuela para ponerlos al tanto de lo que esta ocurriendo, pídeles su cooperación en la resolución de los hechos.
- En caso de que el acoso continúe, tendrás que consultar a un abogado.
- Si tu hijo se encuentra muy dañado emocionalmente por toda esta situación, busca la asesoria de un psicólogo para ayudarle a que supere este trauma. Pero jamás te olvides que la mejor ayuda, en esos casos, es la de su familia.

Qué deben hacer los maestros



- Identificar a la víctima y el agresor.
- Si ha detectado a la víctima verifique preguntando a su padres si el niño presenta dificultad para conciliar el sueño, dolores en el estómago, el pecho, de cabeza, náuseas y vómitos, llanto constante, etc. Si es necesario investigue y observe más al niño.
- Siga al niño a una distancia prudente a lo lugares donde comúnmente esta sin vigilancia, seguramente se encontrará con el chico que lo esta acosando.
- En las paredes de los baños o las puertas de éstos, los niños suelen escribir burlas y agresiones, revíselas.
- Platique con los compañeros más cercanos de los niños(acosador y víctima), pueden darle información valiosa.
- Tenga consciencia de que tanto el agresor como la victima sufren, y por lo tanto necesitan ser atendidos y tratados.

Como prevenir el bullying



En la familia

La familia es la principal fuente de amor y educación de los niños; a partir de ella el niño aprende a socializarse basado en los valores, normas y comportamientos enseñados en casa; evitemos que nuestro hogar se convierta en un escenario hostil o por el contrario demasiado permisivo, tenga por seguro que esto siempre llevará a que los niños adquieran conductas agresivas.

Otro papel de la familia es estar informada constantemente, hay cursos en donde se orienta a los padres sobre como mantener alejados a sus hijos del bullying; éstos se basan normalmente en el amor y la comunicación entre padres e hijos, la observación para detectar inmediatamente cualquier conducta anormal en el chico, estar pendiente de las actividades de su hijo, la existencia de límites y normas, así como el vigilar que se cumplan.

Estos cursos le dan atención especial a la inteligencia emocional, es decir enseñan a los padres como ayudarle a sus hijos a controlar sus emociones y comportamientos hacia los demás de tal manera que puedan convivir sanamente.

En la escuela

La disciplina que se mantenga en el salón y la escuela en general es fundamental para la construcción de una buena conducta.

Es importante la supervisión de los alumnos dentro y fuera de los salones, en los patios, baños, comedores, etc.

Establecer claramente las reglas de la escuela y las acciones que se tomarán en conductas como el bullying.

Actuar rápido, directa y contundentemente en el caso de que se presente alguna sospecha de acoso escolar.

La escuela debe estar abierta a las quejas y sugerencias del alumnado y padres de familia, se sugiere la colocación de un buzón.

Realizar cursos o conferencias para padres y maestros donde se puedan tratar temas como el bullying.

Adicionar o reforzar el tema de educación en los valores en el curso de los estudiantes.

Los maestros pueden apoyarse en los alumnos para identificar casos de acoso, deben ser muy inteligentes y saber quien puede darles información valiosa.

Instituciones gubernamentales

Asi como existen líneas gratuitas para hablar o preguntar sobre métodos anticonceptivos, depresión, el sida, alcoholismo, etc, deben haber líneas abiertas para que los niños puedan hablar y denunciar conflictos que viven dentro y fuera del hogar.

Debe haber mayores campañas para informar a los padres sobre esta situación , la forma en que puede detectarse, tratarse y prevenirse.

Medios de comunicación y sociedad en general

Los niños son muy dados a ver programas de acción y violencia y aunque no lo creamos éstos influyen demasiado en su comportamiento. Los medios masivos de comunicación deben ser más concientes de ello y controlar más los contenidos que emiten o publican.

La sociedad en general también puede ayudar a prevenir y atacar el acoso entre los niños, vigilando y no dejando pasar este tipo de situaciones porque pensamos se trata de una simple broma.

Cuando un niño se burla, amenaza o pega a otro niño, se debe intervenir para que eso no se repita.

Cómo debe actuar un niño que es acosado



- No demuestres miedo, no llores ni te enojés: Eso es lo que el agresor pretende, así que no le des esa satisfacción. Más tarde podrás hablar o escribir sobre tus reacciones y lo que sentiste en ese momento.
- Si comienza a molestarte no te quedes ahí, sigue caminando y no lo mires, ni lo escuches .
- Si te insulta o ridiculiza por ejemplo con frases como: "Eres un gallina", "un miedoso", responde al agresor con tranquilidad y firmeza, di por ejemplo: "No, eso es sólo lo que tú piensas".
- Aléjate o corre si crees que puede haber peligro. Vete a un sitio donde haya un adulto.
- Platica con tus compañeros o amigos lo que te esta pasando.
- Es muy importante que también platiques sobre esto con un adulto a quien le tengas confianza.
- Si no quieres hablar a solas del tema con un adulto, pídele a un amigo o hermano que te acompañe.
- Deja claro al adulto con quien hables del tema que la situación te afecta profundamente.
- Si sientes que no puedes decir nada a nadie, trata de escribir una carta explicando lo que te pasa. Dásela a un adulto en quien confíes y guarda una copia para ti.
- Recuerda que tú no tienes la culpa de lo que te esta pasando.
- Debes saber que NO estas solo(a), tienes amigos y adultos que te quieren y te cuidan, acércate a ellos seguramente te ayudarán.
- Piensa que el niño que te agrede tienes problemas, tal vez en casa, por eso actúa de esa manera; no por eso vas a permitir que trate así.
- Trata a los demás como quieres que te traten a ti y ayuda al que lo necesite, así cuando tú necesites ayuda, te ayudarán.