



La convivencia es cosa de todos



M^a Ángeles
Hernández



Equipo de orientación educativa y psicopedagógica de Latina
de la Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid

angeleshr53@gmail.com

La convivencia en los centros escolares es un tema de preocupación para la comunidad educativa, sobre todo cuando aparecen casos de violencia entre iguales, que es un fenómeno que, en la actualidad, constituye un problema escolar y social de primera magnitud. Para dar respuesta, tanto padres como profesorado, deben establecer una serie de medidas educativas que prevengan estos hechos y favorezcan una competencia social y cívica en el alumnado que favorezca una convivencia de calidad.



Existen una serie de factores que caracterizan los entornos sociales y educativos actuales y en cierta manera, la formación que reciben y perciben nuestros muchachos, condicionando el desarrollo de una convivencia positiva. Entre ellos podríamos considerar: una sociedad permisiva, la cultura de la violencia, la satisfacción del placer inmediato, la estructura y dinámica de la familia y su estilo educativo, la falta de definición de límites, el no asumir deberes y responsabilidades, la falta de capacidad empática, el exceso de cosas que implica la búsqueda de emociones nuevas, la baja resistencia a la frustración, el excesivo protagonismo, egocentrismo e individualismo, el no prever la consecuencia de sus acciones, la falta de educación en valores y el desarrollo de habilidades sociales, etc. Como se verá la lista resulta amplia y caracteriza la educación y modelos que ofrecemos

a nuestros chicos y chicas. Por lo tanto el desarrollo de la convivencia es una tarea educativa que es compartida por la sociedad, la familia y el centro educativo.

La convivencia es necesaria para prevenir los conflictos, y también para favorecer la participación y desarrollo de la competencia social y cívica, eliminar barreras para el aprendizaje y la participación en el centro educativo y favorecer el éxito escolar, ya que éste está vinculado a la educación y desarrollo socioemocional.

En los centros educativos, es importante afrontar la mejora de la convivencia desarrollando y poniendo en práctica planes de mejora, en los que se planifique y desarrollen acciones para la mejora de la misma y la prevención de la violencia escolar y que será un requisito imprescindible para conseguir una educación de calidad y coherente con los principios de equidad, inclusión, desarrollo integral del alumnado y su participación social.

Los planes de convivencia deben ser elaborados desde los propios centros educativos, teniendo en cuenta el análisis de sus características, la detección de sus necesidades, implicar a toda la comunidad educativa (padres, profesores, personal no docente y alumnado), los recursos con que cuenta, tanto internos como externos y la normativa legal vigente. Deben tener un carácter, prioritariamente educativo y debe "inundar" toda la vida del centro. Prioritariamente se debe trabajar la sensibilización y desterrar ideas o mitos como que los problemas de convivencia han ocurrido siempre, son bromas, son cosas de niños, estos problemas se solucionan con actuaciones drásticas, las situaciones de problemas en la relación ayudan al niño a madurar y forman parte de su crecimiento y desarrollo personal, etc. Desde la acción tutorial, el tutor debe abordar contenidos como respeto a las personas, interacción adecuada, reconocimiento de emociones, capacidad empática, desarrollo de habilidades sociales, desarrollo adecuado de la autoestima y alfabetización emocional, enseñar a comportarse (autocontrol, aceptación de normas y límites, resisten-



CAMINANDO JUNTOS

cia a la frustración, aceptación de la autoridad del adulto, etc.). Desde el Plan de Atención a la Diversidad, adecuación del currículo a las características del alumnado, adaptaciones curriculares y utilización de estrategias metodológicas que en el cómo enseñar favorezcan la cooperación, solidaridad, respeto a las diferencias y ayuda entre iguales. Utilización de actividades específicas y de mejora y trabajo de la convivencia, (mediación, cotutorías, etc.). También, cuando se haya detectado algún conflicto o problema hay que mantener coordinación con las familias de manera individual a través de la tutoría y con la implicación del psicólogo educativo.

En el mercado hay programas ya elaborados que tratan el tema de la convivencia como los de Rosario Ortega, Victoria Triánés, M^a José Díaz Aguado, entre otros, y últimamente el proyecto “KIVA” procedente de Finlandia. Estos programas nos pueden aportar sugerencias, ideas de trabajo, etc., pero cada centro debe elaborar su propio plan de convivencia que debe ser realista, estar adaptado a sus circunstancias y dé respuesta a sus necesidades. Nunca debe estar formado por un conjunto de actividades de “corta y pega”, ni tampoco por actividades puntuales que desde recursos externos a la escuela se desarrollen en ella. Todas las acciones que se hagan en el centro para trabajar y mejorar la convivencia, deben estar integradas y programadas para multiplicar los resultados y que así desde el propio centro, haya un compromiso de dar una respuesta global y efectiva.

En relación a la convivencia, hay que diferenciar entre lo que son problemas con la convivencia y situaciones de acoso. Los problemas de convivencia pueden ser debidos a conductas de rechazo al aprendizaje, conductas disruptivas y conductas de trato inadecuado. El acoso es una situación de maltrato que se caracteriza porque existe hostigamiento, intimidación, coacción o abuso, que en una situación de desigualdad e indefensión se realiza de un alumno a otro de manera reiterada. La situación de acoso, intimi-

Ya que un acosador no se hace de la noche a la mañana, vamos a enumerar algunas pautas educativas para prevenir que alguien se convierta en acosador:

- Establecer límites educativos consistentes y firmeza ante su cumplimiento.
- Hacerles percibir y asumir las consecuencias de sus acciones.
- Expresar clara y contundentemente el rechazo a las conductas violentas.
- Fomentar una conducta responsable tanto a nivel personal como escolar, social y familiar.
- Ejercer los adultos como figuras de autoridad y respeto.
- Ofrecer modelos positivos.
- Evitar que encuentre refuerzo ante sus conductas de acoso.
- Desarrollar la resistencia a la frustración.
- Fomento del esfuerzo para conseguir las cosas (autonomía, esfuerzo y constancia).
- No utilizar la violencia como forma para resolver los conflictos y problemas.
- Reforzar cualquier esfuerzo para solucionar los problemas de forma no violenta.
- Enseñar habilidades sociales y participación en actividades de socialización con iguales.
- Coordinación de familia y escuela.

Para prevenir el perfil de víctima sería conveniente:

- Evitar la sobreprotección.
- Favorecer la independencia y seguridad en sí mismo.
- Enseñar habilidades sociales de interacción y comunicativas.
- Desarrollo de la asertividad. Saber expresar las emociones.
- Enseñar estrategias de resolución de conflictos y afrontamiento del acoso.
- Desarrollar la autoestima y el autoconcepto positivo.
- Trabajar la socialización e inclusión en el grupo.
- Y muy importante trabajar y acabar con el concepto y mito de “chivato”.

En cuanto a la figura del espectador, desde los centros sería aconsejable desarrollar programas de ayuda entre iguales que les convierta en alumnos guardianes o ayudantes en la mejora de la convivencia y prevención de los casos de acoso.

Desde el centro educativo es necesario la detección de las situaciones de acoso así como las personas implicadas en el mismo. Es importante discernir entre aquellas situaciones de acoso real y otras que por su sintomatología así lo parecen pero que responden a otro tipo de problemas como problemas de adaptación, llamadas de atención o simulación. Después de la detección habrá que valorar las necesidades psicoeducativas del acosado, acosador y espectadores e intervenir desde el propio centro educativo y si se considera oportuno derivando a otros servicios de atención a la infancia si la gravedad de los síntomas así lo requieren.

dación o victimización va más allá de las malas relaciones entre escolares, aunque ambos cursen con algunas características semejantes. Las malas relaciones son un problema más generalizado pero menos intenso que el acoso.

El *bullying* es el caso más extremo y grave de la violencia entre iguales. Es una modalidad de conducta agresiva que presenta las siguientes características:



ÁGORA DE PROFESORES

Para mejorar la convivencia y prevenir el acoso es necesario desde la tutoría:

- ↘ Conocer la estructura social del grupo-clase, prestando especial atención a los alumnos y alumnas que están rechazados o excluidos.
- ↘ Trabajar la aceptación de la diversidad, el respeto a las diferencias y los valores para la convivencia.
- ↘ Utilizar una metodología mediante aprendizaje y grupos cooperativos.
- ↘ Utilizar la asamblea para trabajar y solucionar los problemas de convivencia y conflictos entre iguales.
- ↘ Rol del tutor como adulto de referencia y apoyo afectivo y un modelo y moderador en la resolución de conflictos.
- ↘ Trabajar en las reuniones con las familias:
 - ↘ La necesidad de compartir y dedicar un tiempo de calidad con sus hijos.
 - ↘ Controlar y dosificar la utilización de las TIC y destacar los peligros que conlleva una utilización inadecuada.
 - ↘ Necesidad de límites y normas de convivencia.
 - ↘ Necesidad de que los padres sean figuras de autoridad ejercida de forma democrática.

- Existe una agresión repetida sobre la víctima.
- La agresión se mantiene a lo largo del tiempo.
- Existe un desequilibrio de fuerzas entre el agresor o grupo de agresores y la víctima.
- La situación continuada de agresión provoca un deterioro personal y escolar en el acosado.
- Las víctimas tienen grandes dificultades para eliminar por sí mismas la situación de acoso.
- Los padres y profesores tardan tiempo en conocer la situación y en ocasiones, no se les informa.
- Es un fenómeno generalizado, esto es, no parece existir relación entre su incidencia y el entorno social del alumnado del centro, la titularidad pública o privada del mismo, etc.

El *bullying* es una forma de maltrato que puede tener diferentes tipos: verbal, que es el más frecuente y abundante, físico (golpes, patadas, empujones...) y psicosocial (marginación, aislamiento, rechazo, infamias, mentiras...). Se puede ejercer de forma directa es decir, sobre la persona o indirecta a través de sus cosas (robar, romper, destruir...). Es frecuente que aparezcan todos estos tipos simultáneamente. En el *bullying* podemos distinguir tres

La convivencia no sólo es necesaria para prevenir conflictos, sino también para favorecer el desarrollo socioemocional y el éxito escolar

tipos de implicados: la víctima, el agresor o "matón" y los espectadores. Para todos ellos hay unas consecuencias negativas. A la víctima le genera sufrimiento, baja autoestima, fracaso escolar, trauma psicológico, riesgo físico, ansiedad, sentimientos de infelicidad, problemas de personalidad, etc. Al agresor le genera conductas pre-delictivas, aprendizaje de obtención del poder mediante la agresión, valoración del hecho violento como socialmente aceptable, entre otros. A los espectadores pasividad ante los hechos violentos, sufrir este tipo de experiencias en vivo... Cualquiera puede ser víctima de *bullying*, pero generalmente éstos suelen tener una serie de características que les convierten en "diána", como por ejemplo tener hándicaps físicos, niños miedosos, tímidos, inseguros, con escasas habilidades sociales, rendimiento escolar inferior, abandono familiar, sobreprotección, con dificultades con su identificación sexual, etc...

Hay una serie de indicadores que pueden ser observados en la familia y en la escuela que nos pueden poner en la sospecha de que algún muchacho está sufriendo una situación de acoso, como por ejemplo: no querer ir al colegio, quejas somáticas, dificultades con la comida y el sueño, sentimientos de tristeza, miedo, dificultad con el control de esfínteres, ansiedad, aislamiento social, cambios repentinos de humor, dificultades de atención, concentración y memoria, desaparición continuada de cosas, lesiones, descenso del rendimiento escolar, agresividad cuando le regañan por cualquier motivo, intentar entrar o salir del colegio más tarde, no querer salir al recreo, alegar sentir

se mal para que le dejen irse a casa, evitar actividades, evitar contacto con el tutor u otros compañeros.

La utilización de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, ha traído consigo la aparición de una nueva forma de acoso el *ciberbullying*, que se describe como el “abuso psicológico” entre iguales o de edad similar a través de la utilización de estas tecnologías. La tecnología utilizada para ejercer esta violencia es principalmente Internet, el teléfono móvil y los videojuegos interactivos. Y como aplicaciones más comunes mensajería instantánea, redes sociales, correo electrónico, etc. En este tipo de acoso, las acciones se llevan a cabo mediante insultos, chantajes, acusaciones, humillaciones, divulgación de falsa información, manipulaciones, suplantaciones de perfiles, etc. Estas acciones se realizan de forma deliberada e intencionada para dañar a la persona acosada, siendo persistentes en el tiempo. En el *ciberbullying* la victimización es mayor debido a que el acceso está disponible las 24 horas al día durante los siete días de la semana, la viralidad y la audiencia está ampliada y por el desconocimiento de los acosadores. El acosador se envalentona por su efecto desinhibidor, por el anonimato, por no tener que enfrentarse cara a cara con la víctima, por la inmediatez y dificultad para percibir el daño causado.

Como prevención de la violencia y por consiguiente para mejorar la convivencia escolar debemos reflexionar sobre el papel que juega la sociedad en que viven los chi-



Como prevención de la violencia debemos reflexionar sobre el modelo de sociedad en que viven nuestros chicos y la educación que están recibiendo

cos de hoy en día y el papel protector que puede tener la educación que reciben.

En cuanto a los factores sociales se debería evitar la violencia omnipresente en los medios de comunicación, videojuegos y otras actividades de ocio, los modelos violentos que ven y aprenden en la familia y la comunidad inmediata y la violencia personalmente sufrida en distintos ámbitos •

Descárgate la Guía de Ciberbullying



PARA SABER MÁS

<https://goo.gl/H7AhMN>

<https://goo.gl/vh8Vft>

LUENGO LATORRE, J. A. (2010). *Ciberbullying, Prevenir y Actuar. Guía de recursos didácticos para centros educativos*. Madrid: Ed. Fundación Atresmedia y Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.



HEMOS HABLADO DE

Convivencia; prevención; pautas educativas; plan de convivencia.

Este artículo fue solicitado por PADRES y MAESTROS en junio de 2016, revisado y aceptado en diciembre de 2016.