



Contra el acoso escolar

¡Todos a una!



El acoso escolar o *bullying* se ha convertido en uno de los principales problemas de la comunidad escolar, a nivel mundial. El portal www.jupsin.com ha puesto en marcha un proyecto de formación integral sobre el acoso escolar. Dirigido a padres, profesores y alumnos ¡Todos a una! es una herramienta que aporta los conocimientos necesarios a los distintos grupos de la comunidad docente, para detectar casos de *bullying* y *ciberbullying* y erradicar esta pandemia.



Nuria
Martínez Moreno



Taller Activo de Comunicación

todosauna@talleractivo.com

www.jupsin.com



@mov_jupsin

El proyecto ¡Todos a una! Contra el acoso escolar, surge por iniciativa del portal www.jupsin.com y la aportación del despacho Psicología Velázquez con el objetivo de informar y formar a todos los colectivos que forman la comunidad educativa –padres, profesores y alumnos– sobre las causas que provocan el *bullying* y el *ciberbullying*, sus consecuencias, y sobre todo cómo evitarlo.

Jupsin nace en septiembre de 2016 por iniciativa del periodista y comunicador Jesús Larena, con el objetivo de publicar información y evitar cualquier tipo de acoso: laboral, escolar, de género, etc. Jupsin aborda el problema del acoso de forma holística: abogados, médicos, psicólogos, víctimas que se atreven a hacer pública su historia y profesionales de la educación publican contenidos y experiencias dirigidos a combatir y erradicar esta lacra social. “Nadie merece padecer las consecuencias del acoso, y menos los niños. Si a los adultos les cuesta reconocer que están siendo acosados, se sienten culpables y son incapaces de pedir ayuda y afrontarlo, ¿cómo pretendemos que un niño de 6 años o de 16 pueda aguantarlo?”, explica Jesús Larena.

Para Paloma López y Rocío Gavilán, psicólogas y peritos forenses de Psicología Velázquez, “nuestro objetivo principal es que tanto los menores, como los padres y profesores, sepan actuar de forma adecuada ante los conflictos normales entre los niños, y de esta manera prevenir el acoso. Pensamos que sigue siendo un tema tabú, sobre todo en los colegios, por miedo a la imagen que se dará, si eso sale a la luz. Pero creemos que es mucho más saludable, de cara a sus alumnos y a sus padres, un colegio que admite la lucha contra el acoso escolar, y defiende su protocolo de actuación en común con padres y con los propios niños. La idea es generar una comunicación adecuada entre padres y profesores, que tiene un mismo fin”.

El Colegio Castilla, ubicado en la localidad madrileña de Torrejón de la Calzada y con treinta y cinco años de trayectoria, ha sido el centro donde se ha llevado a



cabo el curso piloto de ¡Todos a una! Se ha trabajado con los cursos de 5º y 6º de primaria; con los padres, especialmente con el AMPA; y con el claustro de profesores. Gisela Rodríguez Bravo, directora del Colegio Castilla, es consciente de la importancia de adquirir las habilidades necesarias para afrontar casos de *bullying*: “Como centro escolar nos corresponde entender y corregir toda conducta

▲
¡Todos a una! Contra el acoso escolar



de acoso que se produzca en nuestra comunidad escolar. Es una gran responsabilidad que conlleva la preparación y la información de todos cuantos estamos implicados en formar en valores. Toda formación que pueda ayudarnos a frenar este tipo de conductas y a darle solución es muy bien recibida”.

¡Todos a una! consta de un total de dieciocho horas de formación distribuidas en seis horas para cada uno de los colectivos: alumnos, padres y profesores. Hay una parte introductoria en la que se explica qué es el acoso y cuáles son los síntomas que nos permiten detectar que un niño está siendo víctima de acoso. “En la formación con los niños hemos detectado que existe cierta confusión entre el conflicto en sí y la situación de acoso”, explica la psicóloga Rocío Gavilán, “además, nos ha llamado la atención que la mayoría de los niños entiende que es algo normal y por lo que tienen que pasar muchos de ellos”.

Se han identificado los perfiles que participan en el proceso de acoso: el acosador, el acosado y el grupo de iguales. El niño que ejerce acoso sobre sus compañeros suele tener un trasfondo que explica esta conducta: baja autoestima, problemas familiares, ira, necesidad de llamar la atención ejerciendo la fuerza.

La víctima, puede ser cualquiera, no existen unas circunstancias específicas,

aunque se da una mayor tendencia en niños introvertidos, con algún tipo de defecto físico o con escasas habilidades sociales o deportivas. Y sobre el grupo de iguales, el resto de compañeros que presencia el acoso, participa en ocasiones con risas o permanece pasivo “la mayoría de ellos nos han pedido cómo parar el acoso y pedir ayuda. Quieren ayudar a sus compañeros pero no saben cómo. Un ejemplo claro es el uso inadecuado que hacen de las redes sociales. No saben que la información que publican y que comparten sale de los límites del grupo y pasa a ser de dominio público y de forma permanente, explica la psicóloga Paloma López.

El curso contempla un apartado específico de formación en el uso seguro de las tecnologías de la información. “Desconocen los riesgos a los que se someten cuando acceden a una red social, publican contenido, lo comparten o contactan con desconocidos”, explica Jesús Larena. Musical.ly, WhatsApp, Facebook, los chats de las videoconsolas, Instagram, Snapchat, YouTube y Twitter son las redes sociales en las que más participan, y acceden a través de su propio teléfono móvil o el de sus padres. “Pero al hablar con ellos, descubrimos que ignoraban que todos los contenidos que publican y comparten permanecen en la red; reflexionamos sobre el hecho de que tener muchos seguidores no implica tener muchos amigos; y que bajo alias tan peculiares como Tom y Jerry pueden esconderse personas con intención de hacerles daño físico o psicológico”, continúa el creador de Jupsin.

La formación con los niños se ha completado con una dinámica de grupo conducida por Manuel Oliver¹, comunicador, mago y víctima de acoso escolar en su infancia. “Teníamos que dejar expresarse a los niños libremente. Nos reunimos con ellos en el salón de actos y allí comenzamos a dar rienda suelta a sus sentimientos. Creamos parejas y les instamos a que se dijieran mutuamente qué es lo que más les gustaba del otro. Hicimos hincapié en

1 www.manueloliver.es

CAMINANDO JUNTOS

¡Todos a una! contempla la formación para todas las edades, porque el piloto nos ha servido para conocer que se dan situaciones de acoso, aunque de forma inconsciente, desde la escuela infantil

que cada uno de ellos se metiera en la piel del compañero que es motivo de burla o de risas, y les hicimos reflexionar sobre si verdaderamente es gracioso. Y sobre todo les dimos la palabra, hasta el punto de que hubo valientes que se atrevieron a ponerse en pie y confesar a sus compañeros momentos en los que habían sufrido por el comportamiento del grupo. Vimos caras de emoción, abrazos y las manos de los más valientes que se ofrecieron a acompañar y acudir, si fuera necesario, a los profesores para acabar con posibles situaciones de acoso". La actividad concluyó con la elaboración de dos murales en los que, por grupos de cinco niños, trabajaron en seis aspectos concretos:

- El acoso es...
- ¿Qué le ocurre al acosado?
- ¿Qué hace el acosador?
- ¿Qué hacemos el grupo?
- No podemos hacer...
- ¡Todos a una!

¡Todos a una! contempla la formación para todas las edades, porque el piloto nos ha servido para conocer que se dan situaciones de acoso, aunque de forma inconsciente, desde la escuela infantil. En el caso concreto de la formación específica para secundaria, contemplamos la mediación como una herramienta de solución de conflictos en el propio grupo. En este sentido, consideramos que trabajar con los chicos los temas relacionados con la mediación, les aporta un conocimiento y una experiencia que les ayudará a lo largo de su vida a afrontar situaciones difíciles.

¿Se ha sobredimensionado el problema del acoso por parte de los medios de comunicación y por la comunidad educativa en general? Está claro que el uso de las redes sociales ha magnificado el problema, generando cifras alarmantes de niños víctimas de *bullying* y *ciberbullying*. ¿Qué podemos hacer como padres? Una estrecha comunicación con nuestros hijos, desde sus primeros años de vida, nos permitirá actuar sobre su comportamiento y conocer si nuestros hijos participan, de alguna forma, en un proceso de acoso: como acosador, como acosado, como testigo directo. Para Manuel Oliver "no siempre es fácil detectarlo por el sentimiento de culpabilidad que sienten las víctimas y porque, en muchos casos, temen que si acuden a un adulto —padres o profesores— sean tachados de chivatos, de cobardes o reciban la orden de ¡si te pegan, pega!". "El papel de los padres es fundamental", explica Gisela Rodríguez Bravo. "Las conversaciones de patio o los grupos de WhatsApp de las madres no solucionan el problema. Acudamos directamente al colegio, hablemos con los tutores de nuestros hijos, con el gabinete psicopedagógico y con la propia dirección. Solo si trabajamos en la misma línea acabaremos con ello".



Padres y profesores en acción

¡Todos a una! ha servido para concienciar sobre la necesidad de que padres y profesores trabajen de forma conjunta y en la misma dirección. En la encuesta de valoración realizada tras la formación a los padres, se ha puesto de manifiesto que existe un desconocimiento generalizado del uso que los niños hacen de internet y su presencia en redes sociales; y se ha demandado,



ÁGORA DE PROFESORES

Jupsin y el Colegio Castilla presentan “Diez de 10”, un decálogo sencillo y práctico dirigido a alumnos, padres y profesores contra el *bullying*. Os invitamos a que sigáis todos estos consejos y os pongáis una medalla por cada uno de ellos. Si sois capaces de reunir diez medallas de 10, os aseguramos que estáis aportando vuestro granito de arena para prevenir y actuar contra el acoso escolar.

Empatía y asertividad son las bases sobre las que Gisela Rodríguez Bravo ha construido este decálogo, que permite trabajar en el aula actitudes y emociones; fomenta la educación en valores y dota a los niños de las herramientas necesarias para crecer como personas sanas y seguras de sí mismas.

‘Una de 10’, juega limpio. Todo lo que haces tiene repercusión, sobre todo si lo haces con apoyo o con frecuencia. Hasta las cosas que tú consideras insignificantes (motes, empujones, risas, miradas...) pueden causar un gran daño en otro cuando no cesan. ¡JUEGA LIMPIO! ¡NO ABUSES DE LA CONFIANZA!

‘Dos de 10’, no excluyas. Cada persona es única y puede ofrecer mucho a los demás. Nadie es menos por ser distinto. No excluyas o rechaces a los que no son como tú en juegos y actividades. ¡ABRE LA PUERTA A LA DIVERSIDAD!

‘Tres de 10’, inmunízate. El rumor, chisme o cotilleo es como un virus que se transmite sin control y enferma a muchos organismos débiles: los que lo transmiten sin saber y los que lo reciben sin merecer. No contagies ¡INMUNÍZATE A LOS RUMORES!

‘Cuatro de 10’, habla. Callar, ocultar y negar que existe un problema, no lo soluciona. Si sabes que alguien no está bien o no actúa bien, busca un adulto a quien contárselo, por escrito o verbalmente. La ocultación o mentira no ayuda. ¡HABLA PARA SER LIBRE Y AYUDAR!

‘Cinco de 10’, no seas cómplice. No solo el acosador hace daño. Su círculo de seguidores son también cómplices cuando apoyan los abusos con gestos, palabras, risas o silencios. ¡SAL DEL CÍRCULO! ¡CRUZA LA LÍNEA!

‘Seis de 10’, no respondas igual. Alejarse de los problemas y de quienes los causan no es ser cobarde, es ser prudente. No es valiente el que se enfrenta, sino el que sabe buscar el momento y la forma de hacerle frente. ¡NO RESPONDAS CON LA MISMA MONEDA!

‘Siete de 10’, comparte. La tecnología nos conecta, pero también nos separa si no se hace un uso adecuado. Hay que ser responsable y no hacer daño amenazando o apoyando actitudes inapropiadas a través de las redes sociales. No son anónimas, todo queda grabado. ¡CONÉCTATE PARA COMPARTIR, NO PARA HERIR!

‘Ocho de 10’, levántate. Cuando el daño ya está hecho, cuando no se ha podido evitar, cuando alguien ha sido acosado... aún se puede levantar y empezar de nuevo si le tendemos la mano y fomentamos su confianza, en sí mismo y en los demás. Los dedos de tu mano abierta encajan en los huecos de la mano que pide socorro. ¡AYUDA A ENCAJAR LAS PIEZAS!

‘Nueve de 10’, en sus zapatos. A veces los acosadores son víctimas también. No reciben el afecto o el cariño que necesitan, no pertenecen a un entorno familiar seguro y protector que les indique cómo comportarse adecuadamente, no son tratados con igualdad. Sus acciones son reflejo de lo que viven ¡PONTE EN SUS ZAPATOS!

‘Diez de 10’, tu medalla.

Si en este “10 de 10” te has visto reflejado, como testigo, como víctima o como acosador, aún estás a tiempo de corregir conductas. Sigue estos pasos y busca la ayuda de adultos o de expertos. Hay muchos centros a los que puedes recurrir que ayudan a niños y adolescentes en situaciones de acoso de manera anónima. ¡PONTE UNA MEDALLA CONTRA EL ACOSO ESCOLAR!

Los padres empatizan mejor con la figura del padre del acosado que con el padre del acosador, porque este último caso, siempre conlleva problemas más serios que tienen que ver con el núcleo familiar

para futuras sesiones, formación específica en tecnologías de la información, para conocer lo que sus hijos publican y comparten en internet, tanto en sus círculos más próximos, como en entornos virtuales donde pueden sufrir *grooming*, acoso y chantajes provocados por adultos.

En el transcurso de las sesiones, “hemos detectado que los padres empatizan mejor con la figura del padre del acosado que con el padre del acosador, porque este último caso, siempre conlleva problemas más serios que tienen que ver con el núcleo familiar”, explica Jesús Larena. “Sin embargo, entre todos aportamos herramientas para potenciar la comunicación en la familia y la generación de confianza. Por ejemplo, una madre explicó que, desde hace unos meses y durante la cena, ha establecido la dinámica de que todos comenten qué les ha ocurrido positivo y negativo durante el día. Esta madre tiene dos hijos de diez y seis años, y lo que en un principio parecía imposible de conseguir, ahora se ha convertido en una práctica habitual que los propios niños inician”, añade Larena.

Los profesores juegan un papel clave en la prevención y detección de casos de acoso escolar. No en vano, los niños viven en el colegio ocho horas al día, durante cinco días a la semana. Algunos de los síntomas más relevantes, a la hora de identificar que un niño padece *bullying* son: la falta de interés por el teléfono móvil o la videoconsola; no querer ir al colegio; padecer dolores de tripa, de oídos o de cabeza; no hablar en casa sobre sus actividades en el colegio; no participar en actividades extraescolares ni lúdicas

con el resto del grupo; y en el caso de agresiones físicas, moratones, arañazos o marcas para las que no tiene una explicación concreta. Gisela Rodríguez Bravo explica que “cuando se detecta un caso de posible acoso, se pone en aviso a todos los docentes que tengan interacción con el alumno víctima del mismo, y se activa un protocolo de supervisión discreta para averiguar si se trata de un caso aislado de conflicto o es acoso real. Una vez se tienen indicios de que el acoso puede existir, se actúa siguiendo los pasos marcados por la Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid: notificación de los hechos, toma de información por parte de los responsables asignados, comunicación continua y con confidencialidad a la dirección del centro y valoración de los datos recogidos. En caso de confirmar la existencia de acoso, se comunica al Servicio de Inspección Educativa y se pone en marcha el plan de intervención”.

Sobre el curso ¡Todos a una! “La formación que hemos recibido contra el acoso ha sido muy positiva porque ha aunado las tres vías importantes para frenarlo: padres, profesores y alumnos. Cada uno hemos recibido la información que corresponde a nuestro rol y eso ha hecho que podamos ver la diversidad de características que hay que tener en cuenta a la hora de tratar estos casos, las diferentes perspectivas. Pero sobre todo, esta formación ha servido para romper con determinadas creencias y actuaciones que todos tenemos asociadas negativamente a los casos de acoso. Nos ha ayudado a que nos sensibilicemos con el tema, pero con la información adecuada, sabiendo distinguir y analizar los casos



para evitar caer en generalizaciones e inculpaciones no fundadas. Solo desde el conocimiento de todo esto, podemos frenar las actitudes de abuso y acoso”, concluye Gisela Rodríguez Bravo •

HEMOS HABLADO DE
Acoso escolar; bullying; Jupsin; ciberacoso; ¡Todos a una!

Este artículo fue solicitado por PADRES Y MAESTROS en septiembre de 2017, revisado y aceptado en diciembre de 2017.

PARA SABER MÁS

ALLUÉ ESCUR, S., CARMONA DURÁN, A., MIRA, M., y VELÁZQUEZ LEMUS, P. (2017). “Yo a eso no juego” *Guía de actuación frente al acoso y el ciberacoso para padres*. Recuperado de <https://goo.gl/HXTzzw>

CRESPO ESPERT, A., RODRÍGUEZ ROVIROSA, A., y LUENGO LATORRE, J. A. (2017). *Recursos para la elaboración de programas contra el acoso escolar en los centros educativos*. Recuperado de <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM016359.pdf>

CRESPO ESPERT, A., RODRÍGUEZ ROVIROSA, A., y LUENGO LATORRE, J. A. (2017). *Los equipos de ayuda en convivencia y el equipo para la prevención del acoso escolar y del ciberacoso del centro educativo*. Recuperado de <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM016357.pdf>