

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

**DISERTACIÓN PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIADA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN Y PROFESORA
SUPERIOR EN DOCENCIA Y GESTIÓN DE EDUCACIÓN BÁSICA,
MENCIÓN HISTORIA, GEOGRAFÍA Y ANTROPOLOGÍA**

**PROPUESTA DE UN MANUAL DIRIGIDO A DOCENTES DE
OCTAVO Y NOVENO DE BÁSICA PARA ERRADICAR EL
BULLYING DENTRO DEL AULA**

**AUTORA: MARGARITA REECE GUARDERAS
DIRECTORA: MSC. ANA LUCIA MEDIAVILLA V.**

QUITO, 2011

DEDICATORIA

A mi hija, Luciana, por ser mi razón de vida, mi motor para continuar y por ser la inspiración para pensar en la posibilidad de un mundo mejor en el que el amor, el respeto y la paz sean lo único que guíe la vida de las personas. TE AMO.

A mis padres y a Rosy por todo su apoyo constante en todos los momentos, ya sean tristes y amargos y aquellos llenos de felicidad. Gracias, no hubiera logrado todo esto sin su apoyo y paciencia.

AGRADECIMIENTOS

A mi profesora Anita por todo su cariño y paciencia en la elaboración de este trabajo. Gracias por todo, sobre todo por nunca haberme abandonado en este camino que ha sido largo.

A mi amiga Soledad por su apoyo en momentos cruciales de mi vida, gracias por estar ahí en el momento preciso.

ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
INTRODUCCIÓN	6
JUSTIFICACIÓN	8
PLANTEAMIENTO Y DELIMITACIÓN DEL TEMA	8
CONTEXTUALIZACIÓN DEL TEMA	8
OBJETIVOS	9
MARCO TEÓRICO	10
MARCO METODOLÓGICO	13
CAPÍTULO I LA VIOLENCIA	14
1.1 Conceptualización	14
1.2 Tipos de violencia	16
1.3 Causas para la violencia	30
CAPÍTULO II LA VIOLENCIA ESCOLAR Y SUS EFECTOS	34
2.1 Causas de la violencia escolar	34
2.2 Consecuencias de la violencia escolar	38
2.3 Consecuencias en las aulas	39
2.4 Consecuencias en la familia	41
2.5 Consecuencias en la comunidad escolar	42
2.6 El Bullying	43
CAPÍTULO III LOS ADOLESCENTES ENTRE 12 Y 14 AÑOS	49
3.1 Características Físicas	50
3.2 Características Psicológicas	51
3.3 Comportamiento de los adolescentes entre 12 y 14 años	53
CAPÍTULO IV DISEÑO DE UN MANUAL DIRIGIDO A DOCENTES DE OCTAVO Y NOVENO DE BÁSICA CON MIRAS A DETECTAR EL BULLYING DENTRO DEL AULA.	57
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	58

BIBLIOGRAFÍA	60
MANUAL DIRIGIDO A DOCENTES DE OCTAVO Y NOVENO DE BÁSICA PARA ERRADICAR EL BULLYING DENTRO DEL AULA	62
AL DOCENTE	63
1. EL BULLYING	64
Definición de Bullying	64
Causas para que se de el bullying	65
Tipos de bullying	66
Dónde se produce el bullying	67
Qué no es bullying	68
Consecuencias del bullying	70
Qué no funciona cuando hay bullying	70
Los docentes y el bullying	71
2. ELEMENTOS DEL BULLYING	74
Perfil del acosador	74
Perfil de la víctima	78
Los observadores	80
3. ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES PARA TRATAR EL BULLYING O ACOSO ESCOLAR DENTRO DEL AULA	82
Actividades para saber qué es bullying	83
Estrategias y técnicas para mejorar la convivencia y prevenir el bullying	87
Actividades y estrategias para trabajar con las víctimas de bullying	103
Actividades y estrategias para trabajar con los acosadores o bullies	117

PROPUESTA DE UN MANUAL DIRIGIDO A DOCENTES DE OCTAVO Y NOVENO DE BÁSICA PARA ERRADICAR EL BULLYING DENTRO DEL AULA

Margarita Reece

El recrudecimiento de la violencia a nivel mundial y local ha hecho que los centros educativos también sea lugares llenos de violencia.

La violencia en los centros educativos es cada vez más frecuente y más grave. El bullying, el acoso escolar sistematizado, una nueva forma de violencia escolar, ha hecho que varios estudiantes alrededor del mundo, debido a la serie de ataques violentos cometidos por parte de sus compañeros, incluso se suiciden.

Este manual esta dirigido especialmente a los docentes de octavo y noveno y tiene como objetivo hacer que el maestro conozca qué es el bullying y qué es lo que puede hacer para combatir el bullying en su centro educativo.

El manual es una herramienta útil en el aula para detectar el bullying y en caso de ya haberse dado este problema, se sugiere algunas estrategias para tratar de mejorar el mismo y así el trabajo en el aula sea más productivo tanto para el docente como para los estudiantes

INTRODUCCIÓN

"A nuestros hijos, los ciudadanos más vulnerables de cualquier sociedad, les debemos un vida sin violencia ni temor. Para garantizarla hemos de ser incansables en nuestros esfuerzos por lograr la paz, la justicia y la prosperidad no sólo para los países, sino también para las comunidades y los miembros de una misma familia. Debemos hacer frente a las raíces de la violencia. Sólo entonces transformaremos el legado del siglo pasado de lastre oneroso en experiencia aleccionadora."

Nelson Mandela

Fragmento del Prólogo del Informe Mundial sobre violencia y salud. 2002

A través de la historia se ha demostrado que somos violentos. Cualquier persona lo podrá percibir fácilmente al leer un libro de Historia Universal, en el que saltan a la vista fácilmente palabras como "guerra", "conflicto", "conquista", "poder". No se diga de esas imágenes, que dedicados artistas hicieron para recrear las innumerables batallas por las que ha atravesado la humanidad, en las que no faltan los victoriosos conquistadores con sus armas ensangrentadas y los humillados perdedores a quienes, sin exagerar, les salían las entrañas.

La televisión también presenta un panorama muy parecido, los noticieros se han especializado en seleccionar como parte de las noticias destacadas toda clase de asesinatos, muertes y suicidios, mostrando a los fallecidos como si fueran simples pedazos de carne en medio de ríos de sangre.

También es muy común escuchar en los noticieros palabras como guerra, guerrilla, narcotráfico y terrorismo, los mismos que, si bien, no siempre van acompañados de imágenes violentas, minan nuestro subconsciente haciéndonos creer que el mundo es un lugar violento y aterrador.

El milagro del Internet, ha abierto las puertas a un mundo ilimitado de información, también ha sido un gran aporte para convencernos de que el mundo no es un lugar apto para vivir, pues a través de miles y miles de cadenas, no sólo nos han convencido de que todos los productos que circulan en el mercado producen cáncer, sino que además nos han hecho creer que el bus, la calle, las casas son lugares inseguros en los que "en el momento menos pensado" un loco, un asesino, un drogadicto puede violarnos, secuestrarnos o matarnos.

Esta tormenta informativa que llega a diario, ha logrado que cada vez seamos más y más violentos. La violencia doméstica cada día tiene cifras más altas y cada vez más involucrados.

Por supuesto la violencia que se sufre en el hogar se transmite a otros ámbitos, el trabajo y la escuela. Éste último lugar ha sufrido un alarmante aumento de la violencia y cada vez es más común escuchar, por boca de profesores y estudiantes, historias en las que unos compañeros maltratan a otros, en muchos casos llegan a realizar verdaderas torturas.

Lamentablemente esta es una realidad cada vez más próxima a nuestro entorno, la violencia escolar está presente en la mayoría de centros educativos de nuestro país y no hemos hecho nada por evitar que se propague.

Muchos pensarán que los maestros y directivos son los únicos convocados a lidiar con esta problemática, pero no es así, todos los integrantes de la comunidad están llamados a combatir esta agresiva realidad y maestros, estudiantes, padres y directivos debemos aprender estrategias para luchar contra la violencia escolar.

El presente trabajo tiene como objetivo ofrecer un apoyo a los docentes quienes muchas veces son testigos de la violencia que se da en los centros educativos y que, con frecuencia, por falta de conocimiento sobre como tratar éste tipo de situaciones, callan.

JUSTIFICACIÓN

La violencia es un problema presente en todas las partes del mundo, en algunos lugares se da con mayor fuerza y en otros con menor intensidad.

Es muy común escuchar casos de personas que han sufrido de algún tipo de violencia, muchas veces en un país distante, pero lamentablemente muchos de éstos casos ocurren aquí, en nuestra ciudad, en nuestra comunidad, en nuestro entorno.

Uno de los lugares que ha sido invadido con fuerza por esta ola violenta es la escuela, las situaciones de violencia escolar y de bullying (el acoso escolar sistematizado) son mucho más frecuentes de lo que el común de la gente pensaría (ElComercio.com, 2008).

La violencia que se presenta al interior de los centros educativos, plantea una interrogante constante, ¿qué se debe hacer para erradicar este problema?, problema que cada día es más fuerte y constante en nuestro medio.

Acciones a tomar existen muchas, pero es importante que éstas estén enfocadas, no sólo en combatir pequeños incidentes violentos en la escuela, sino en crear una conciencia en las personas de que la violencia escolar es un problema muy grave y que debe ser un asunto de preocupación de toda la comunidad educativa y ella debe tomar medidas preventivas para lograrlo.

PLANTEAMIENTO Y DELIMITACIÓN DEL TEMA

¿Cuáles son las pautas que un docente debe tomar en cuenta para detectar al bullying en el aula?

CONTEXTUALIZACIÓN DEL TEMA

En el mundo en que se vive actualmente, la violencia se ha convertido en una realidad influyente en el desarrollo del ser humano, no hay día en el que no se oiga de asesinatos, matanzas, torturas. La violencia ha inundado la vida de todas las personas y los medios de comunicación facilitan el ingreso a sus hogares.

Con toda esta lluvia de información violenta, es de esperar que ésta sea parte de la vida cotidiana y ya no sólo esté en los hogares con nuestras familias, sino que vaya a todo lugar en el que nos encontremos, y uno de estos lugares son las escuelas en donde el maltrato a estudiantes, por parte de otros estudiantes, es pan de cada día.

El maltrato al interior de las escuelas y colegios, entre estudiantes, es un fenómeno tan viejo como las mismas escuelas y colegios. Nosotros mismo hemos sido

victimarios o víctimas de nuestros compañeros, pues para muchos es considerado normal que se ponga apodos, se insulte o golpee de vez en cuando a un compañero.

Sin embargo el maltrato en las escuelas ha ido mucho más allá de una simple violencia escolar, pues ya no se puede hablar de maltrato, sino de una tortura que ha sumido a la víctima en el silencio y al victimario en una esfera de poder.

El bullying, nombre que recibe éste nuevo nivel de violencia escolar, es un problema que ya existe en las aulas del Ecuador (EiComercio.com, 2008) el que debe ser controlado a tiempo y merece la atención de todos los elementos del ámbito educativo, estudiantes, padres y por supuesto profesores y directivos.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Proponer un manual dirigido a docentes de octavo y noveno de básica para detectar el bullying en las aulas

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conceptualizar a la violencia, sus causas y consecuencias.
- Identificar las características del bullying.
- Caracterización de los adolescentes de los doce a los catorce años.
- Diseñar el manual para los docentes de octavo y noveno de básica a fin de que se pueda detectar el bullying en las aulas.

MARCO TEÓRICO

ANTECEDENTES

Es importante destacar que la información y el material escrito sobre el bullying o acoso escolar es limitado debido a que es un fenómeno no muy antiguo y mucha de la información que se encuentra está basada en estudios de caso, más no en el tema en sí.

Allan L. Beane en su libro, *Bullying, Aulas libres de acoso* (Beane, 2006), propone un sistema de trabajo, mediante juegos y lecturas, para conocer y poner al descubierto el bullying en las aulas y desmitificar al bullying y diferenciarlo de otro tipo de violencias que se pueden dar en los centros educativos. También da guías sobre cómo deben actuar e intervenir los profesores, las autoridades y padres ante casos de bullying y cómo crear un ambiente favorable de trabajo y convivencia armoniosa.

Ferran Barri, en "SOS BULLYING, prevenir el acoso escolar y mejorar la convivencia" (Barri, 2006) hace una definición clara sobre las actitudes disruptivas, entre éstas define lo que es el bullying, sus posibles causas, la forma en la que se desarrolla el mismo y cuales son las consecuencias de éste tipo de actitudes violentas y cómo se debe actuar ante posibles casos de bullying.

En España se estima que un 1.6% de los niños y jóvenes estudiantes sufren por éste fenómeno de manera constante y que un 5.7% lo vive esporádicamente. Los datos varían en función de la fuente de procedencia y del enfoque que se maneja al hacer el estudio. Una encuesta del INJUVE, Instituto de la Juventud de España, afirma que un 16% de los niños y jóvenes encuestados ha participado en exclusiones a compañeros o en agresiones psicológicas.

En España, en septiembre de 2004, el joven Jokin Zeberio, de 14 años, víctima de continuas amenazas, humillaciones, insultos, golpes, palizas por parte de sus compañeros, se suicidó. "Libre, libre. Mis ojos seguirán aunque paren mis pies", fueron algunas de las últimas palabras que dejó escritas, antes de suicidarse, tirándose al vacío con su bicicleta, desde lo alto de una muralla de Hondarribia.

Un estudio del INFA (Instituto Nacional de la Niñez y la Familia) y de DNI (Defensa de los Niños Internacional) realizado entre junio y julio de 2008 reveló que un 32%, 1'054.112 niños y adolescentes, del total de 5 millones que hay en el país, es pegado e insultado "a veces" por sus compañeros. Sin embargo este estudio no es referente para el tema del bullying pues no se distingue entre la violencia escolar común y el acoso sistemático por parte de una misma persona.

FUNDAMENTACIÓN SOCIOLÓGICA

La perspectiva funcionalista de la Sociología será la guía para el presente trabajo, pues ésta define a la sociedad como un sistema estable, en el que cada individuo es interdependiente de los demás; y, por lo tanto, para que la sociedad continúe es necesario el funcionamiento armónico de todas sus partes, sean éstas individuos o instituciones.(Gelles & Levine, 2000)

Por supuesto para que el funcionamiento armónico de la sociedad es necesaria la cooperación de los individuos y su consenso sobre los valores fundamentales y los patrones de conducta. Cuando los patrones de conducta contribuyen al desarrollo armónico y mantienen el equilibrio de la sociedad, son funcionales, cuando estos patrones, por el contrario, contribuyen a la destrucción de la sociedad, son disfuncionales.

Las aulas son concentraciones disminuidas de la sociedad, pero al igual que la sociedad ampliada, tiene su funcionamiento armónico apoyado en la cooperación y el consenso.

Así mismo, existen patrones de conducta funcionales y patrones de conducta disfuncionales. Entre los patrones de conducta disfuncionales se encuentra la violencia escolar, ya que ésta está orientada a la destrucción de la armonía que debe existir en el aula.

FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA

El constructivismo es una teoría importante dentro de la pedagogía, ya que ésta se centra en afirmar que el aprendizaje en un individuo es un proceso mental y éste se da por la interacción del individuo con su entorno.

Dentro del constructivismo se encuentra el constructivismo social, el que afirma que el ambiente de aprendizaje ideal es aquel donde existe una interacción dinámica entre los profesores, los estudiantes y las actividades, la misma que genera oportunidades a los estudiantes para crear su propia verdad, debido a la interacción con otros individuos.

Por lo tanto, el constructivismo social destaca la importancia de la cultura y el contexto para la construcción de aprendizaje.

Al ser la violencia escolar, un fenómeno casi imposible de evitar al interior de los centros educativos, ésta también debe ser considerada como parte de todo el fenómeno educativo, pues así como se puede aprender a ser violento, se puede aprender a ser tolerante y respetuoso y este aprendizaje se lo construye con todos los individuos que forman parte de este proceso, por lo que considero que el constructivismo social es parte importante de la fundamentación de la propuesta de elaborar un manual para erradicar la violencia de las aulas.

MARCO METODOLÓGICO

ENFOQUE

El enfoque del presente trabajo será de tipo cuantitativo, ya que se enfocará en las cifras que existen sobre la violencia escolar, pero también tendrá un enfoque cualitativo, ya que abordará la perspectiva social de la violencia escolar y los problemas que ésta puede generar tanto en las personas que sufren de la violencia escolar directamente y en los centros educativos donde ésta se desarrolla.

Se realizará una encuesta a los estudiantes de octavo y noveno grado de un colegio particular de la ciudad de Quito acerca de su percepción sobre el bullying en las aulas, así mismo se realizará entrevistas a docentes y estudiantes de octavo y noveno grado acerca de su conocimiento sobre el bullying y cuáles son las pautas para identificarlo en el aula.

NIVEL DE INVESTIGACIÓN:

Se buscará dar un fundamento científico acerca del problema de la violencia escolar en las aulas, con apoyo bibliográfico, ya que se basará en investigaciones y estudios previos sobre la violencia escolar, de páginas de la red (Internet), que es donde se encuentra la mayoría de la información y estudios acerca del bullying.

POBLACIÓN Y MUESTRA

Este estudio se realizará en un colegio particular de la Ciudad de Quito, con los docentes y estudiantes de octavo y noveno de básica, durante el año lectivo 2009-2010.

La población de profesores es de 17

La población de estudiantes es de 158

CAPÍTULO I LA VIOLENCIA

1.1 Conceptualización de Violencia

Constantemente se escucha hablar de la violencia. Todos los medios de comunicación se encargan de hacer saber que los niveles violencia, tanto en nuestro país, como en el mundo entero, han aumentado. Reportajes de atentados, asesinatos y maltrato son parte del menú que presentan los noticieros, sin importar si éstos son locales o internacionales.

Pero, a pesar de todo este bombardeo informativo sobre la violencia, pocas ocasiones se reflexiona sobre el verdadero significado de lo qué es la violencia, qué no es violencia, cuáles son sus causas y consecuencias y cómo esto afecta a las personas involucradas en un suceso violento.

La violencia es un fenómeno sumamente complejo y difuso, es más bien una cuestión de apreciación, razón por la cual no puede tener una exactitud científica y por lo tanto su definición es muy compleja. (Organización Panamericana de la Salud, 2002)

La palabra violencia proviene "Del latín *violentia*, la violencia es la cualidad de violento o la acción y efecto de violentar o violentarse. Lo violento por su parte, es aquello que está fuera de su natural estado, situación o modo; que se ejecuta con fuerza, ímpetu o brusquedad; o que se hace contra el gusto o voluntad de uno mismo" (definición.de, 2008)

La Organización Mundial de la Salud define a la violencia como "el uso intencional de la fuerza física o el poder contra uno mismo, hacia otra persona, grupos o comunidades y que tiene como consecuencias probables lesiones físicas, daños psicológicos, alteraciones del desarrollo, abandono e incluso la muerte"(Semfyc, 2007)

Esta definición de la Organización Mundial de la Salud incluye tanto a la violencia interpersonal, como al comportamiento suicida y los conflictos armados. Además incluye las consecuencias que se podrían derivar de la violencia como los daños psicológicos, privaciones y deficiencias del desarrollo que comprenden el bienestar no sólo de el individuo, sino de las familias y las comunidades.(Organización Panamericana de la Salud, 2002)

Es importante recalcar que la violencia no es una agresión física únicamente, la violencia puede ser psicológica y sexual, ya que al ser un comportamiento deliberado, tiene un objetivo muy claro que es el de causar daño a la víctima, además de obtener o imponer algo por la fuerza.

La violencia es un fenómeno sumamente complejo que hunde sus raíces en la interacción de muchos factores de tipo biológico, social, cultural, económico y político (Organización Panamericana de la Salud, 2002); por lo tanto, al igual que otros muchos

fenómenos sociales, puede variar de cultura a cultura o de país a país, por ejemplo el maltrato a la mujer, en el mundo occidental es considerado como un delito, sin embargo en muchas sociedades, como la ecuatoriana, muchas mujeres son violentadas por sus esposos, pero las mismas mujeres permiten esto al afirmar que es su marido y por lo tanto, el hombre, se ha ganado el derecho de maltratar a su mujer.

En muchas cultura la reacciones violentas pueden ser mal vistas, por ejemplo en Sri Lanka, un persona debe aprender a autocontrolarse, por lo que no suelen existir problemas de violencia callejera, contrario a países como el nuestro en el que la violencia es considerada un acto de virilidad, por lo que normalmente los actos violentos callejeros no son mal vistos y tampoco suelen ser reprimidos por las autoridades.(Baron, 1996)

Otro ámbito en el que se puede observar esta violenta realidad es en la educación. En la actualidad en el Ecuador, por ejemplo, un profesor puede ser denunciado por dar coscachos a sus estudiantes o por golpear las manos de los mismos con una regla, sin embargo esto era considerado normal hace veinte años, de hecho muchos padres daban “permiso” al profesor para que golpee a sus hijos si éstos se merecían y se podría decir que aún se mantiene esta situación especialmente en algunas de las escuelas fiscales.

En la actualidad igualmente la violencia en los centros educativos cada día es mayor, la violencia ha alcanzado niveles nunca antes vistos. Si bien se puede dar cierta violencia desde el estudiante al profesor esto no es muy común, pero la violencia entre estudiantes es muy común y muy grave. Muchas veces los jóvenes aprovechándose de la tecnología han filmado peleas entre estudiantes, en los que se ve como se golpean y luego los publican en Internet.

Lastimosamente esto no se queda ahí, muchos estudiantes acosan a sus compañeros golpeándolos o maltratándolos psicológicamente, pero este acoso es completamente intencional y su finalidad es hacer daño al otro.

Como se puede apreciar, la violencia no sólo es difícil de definir, sino que además es muy complicado y complejo reconocerla ya que ésta se hunde en los entramados de las distintas sociedades, pues en muchos pueblos un fenómeno violento puede ser considerado completamente normal y en otras sociedades simplemente puede ser considerado como algo digno de denuncia y castigo.

Se debe reconocer el problema que representa la violencia dentro de una sociedad, puesto que ésta hace que los gobiernos gasten dinero en campañas que buscan detener el avance de la violencia y ésta además tiene costos sociales muy altos

ya que miles de personas mueren al rededor del mundo debido a actos violentos. (ver cuadro nº 1)

Cuadro nº 1

Cifras estimadas de defunciones debidas a la violencia en el mundo año 2000

Tipo de violencia	Número ^a	Porción total (%)
Homicidios	520 000	31,3
Suicidios	815 000	49,1
Causadas por acciones bélicas	310 000	18,6
Total	1 659 000	100,0
Países de ingreso bajo a mediano	1 510 000	91,1
Países de ingreso alto	149 000	8,9

^a Redondeado al millar más cercano

(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

No cabe duda de que la violencia es un fenómeno que debe ser arrancado de la sociedad, ya que ésta no conduce a ningún beneficio a ninguna comunidad, ni ningún individuo, debe ser eliminada de las prácticas cotidianas para que así la humanidad pueda evolucionar a una mejor vida.

Los seres humanos deben tomar conciencia de este gran problema que aqueja a todas las sociedades del mundo, deben comprender que todos hemos sido en algún momento generadores de violencia y que la única forma de poder solucionar este problema es aportando con tolerancia y respeto a todos aquellos que nos rodean, esto es, por supuesto, algo difícil de hacer pues existe la fuerte costumbre de creer que se debe recibir y no dar, pero la mejor solución es respetar y tolerar a todos por igual.

1.2 Tipos de violencia

Se podría decir que existen tantos tipos de violencia, como relaciones sociales existen entre los humanos, ya que una persona puede sentirse ofendida o violentada, por otra persona, al sentir que su integridad está afectada de alguna forma.

Según un informe presentado por la Organización Panamericana de la Salud sobre violencia y salud, la violencia puede ser dividida en tres grandes categorías según el autor del acto violento: violencia autoinfligida, violencia interpersonal y violencia

colectiva(Organización Panamericana de la Salud, 2002). Estos tres tipos de violencia a su vez están subdivididos, en varias categorías. (Ver figura nº 1)

Figura nº 1

		Violencia									
		Autoinfligida		Interpersonal					Colectiva		
		Autolesiones	Comportamiento suicida	Familia/pareja			Comunidad		Social	Política	Económica
				Menores	Pareja	Ancianos	Amistades	Extraños			
Naturaleza de la violencia											
Física											
Sexual											
Psicológica											
Privaciones o desatención											

(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

Violencia Autoinfligida

La violencia autoinfligida se divide en autolesiones y automutilación y comportamiento suicida, el mismo que va desde el hecho de pensar en cometer al acto de suicidio, la búsqueda de un medio para quitarse la vida y la consumación del acto.

La violencia autoinfligida es aquella en la que una persona intenta hacer o se hace daño a si misma, estas lesiones pueden incluir golpes, quemaduras, cortaduras, sin que éstas necesariamente tengan la intención de cometer suicidio o al menos no conscientemente.

Dentro de la automutilación existen tres categorías:

- Automutilación grave, la cual incluye cegarse y amputarse dedos, manos, brazos, pies o genitales.

- Automutilación estereotípica, esta incluye golpearse la cabeza contra la pared, morderse manos o brazos, apretarse los ojos o la garganta y arrancarse los cabellos.
- Automutilación superficial o moderada, que incluye cortarse, quemarse la piel, clavarse agujas, arañarse y halarse del cabello compulsivamente.

También se considera como violencia autoinfligida a todos los actos que lleven al cometimiento de un suicidio o el intento del mismo, lo que a su vez sino se consuma puede generar gran cantidad de lesiones de las que en ocasiones los autoagresores no pueden recuperarse.

La violencia autoinfligida también se refiere a todos los ataques de tipo psicológico que la víctima/agresor puede crear en su mente, tales como insultarse, tener ideas de inferioridad, sentirse incapaz o inútil y también hace referencia a la desatención o privaciones a las que se puede someter como no comer, no asistir al médico en caso de enfermedad o de lesiones producto de los ataques autoinfligidos o simplemente negarse a salir del hogar.

Las causas para las automutilaciones, los intentos de suicidio y el suicidio generalmente están asociadas a una baja autoestima, la misma que podría generar graves casos de depresión. Las personas que tienden a automutilarse también padecen sensación de desesperanza, ansiedad, trastornos de conducta y personalidad o pueden sufrir de alguna enfermedad psiquiátrica como esquizofrenia o de trastorno bipolar.(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

El consumo de alcohol o drogas también puede ser una causa o puede ser un disparador de la violencia autoinfligida, ya que cuando las personas que tienen tendencia a la autodestrucción consumen cualquiera de estas sustancias la posibilidad de realizar cualquier acto contra su propio ser aumentan.

Existen también una serie de factores sociales y ambientales que pueden favorecer la automutilación o el suicidio como por ejemplo el lugar de residencia, la situación laboral, las creencias religiosas y la disponibilidad de un medio para cometer suicidio.(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

Dentro de la violencia autoinfligida el suicidio es el que más destaca, ya que cada vez aumenta el número de personas muertas por esta causa y a su vez ha aumentado el número de personas que ha intentado suicidarse o que ha pensado alguna vez suicidarse.

Para el año de 1999,según datos del Ministerio de Salud Pública del Ecuador, en nuestro país la cantidad de suicidios era de 82 personas en todo el país, mientras que en

el 2005 esta cifra aumento a 101 personas en todo el país. (Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2010) Estas cifras no sólo indican que cada vez existen más casos de violencia autoinfligida en nuestro país, sino que, contrario a los que generalmente se piensa, si existen y cada vez con más frecuencia casos de personas que prefieren acabar con su vida a tener que enfrentar una dura realidad.

Las consecuencias de la violencia autoinfligida son básicamente las lesiones auto provocadas ya sea por la intención de lastimarse o por el intento de suicidio y finalmente el suicidio mismo, pero también existen otras consecuencias de tipo social ya que una persona que comete éste tipo de violencia también es una persona que suele tener problemas con su familia, sus amistades o en su trabajo y ésto a su vez contribuye a que la persona, debido a sus problemas relacionales, busque pretextos para seguir auto lesionándose.

Violencia Interpersonal

La violencia interpersonal se divide en dos categorías que son la violencia hacia la familia o la pareja y la violencia a la comunidad.

La violencia intrafamiliar se produce, como su nombre lo dice, entre los miembros de la familia y ocurre generalmente dentro del hogar, ésta puede ser dirigida a la pareja, a los niños o a los ancianos miembros de una familia.

La violencia comunitaria es la que se produce entre individuos no relacionados entre sí, los mismos que pueden o no conocerse y generalmente se produce fuera del hogar. Aquí se incluye la violencia juvenil, las agresiones sexuales, la violencia escolar, la violencia laboral.

Violencia de pareja

La violencia de pareja ocurre mayoritariamente hacia las mujeres, esta violencia es generada por la pareja de la misma, sea éste su marido o conviviente. La violencia en la pareja se produce en todos los países, independientemente del grupo social, económico, religioso o cultural. “Aunque las mujeres pueden agredir a sus parejas masculinas, la violencia en la pareja es soportada en proporción abrumadora por las mujeres e infligida por los hombres”. (Organización Panamericana de la Salud, 2003)

La violencia en la pareja se refiere a cualquier tipo de acciones dentro de una relación íntima que cause daño físico, psíquico o sexual a los miembros de la misma. Estas acciones pueden incluir:

- Maltrato Físico: abofetear, golpear con los puños, patear.

- Maltrato psicológico: mediante intimidación, denigración y humillación constantes, ridiculización en público, continuos reclamos.
- Maltrato sexual: relaciones sexuales no consentidas u obligadas
- Comportamientos dominantes: por ejemplo, aislar a la persona de su familia y amigos, vigilar sus movimientos y restringir su acceso a la información o asistencia, controlar a la pareja por medio del dinero.(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

La violencia de pareja puede incluir sólo una de las acciones mencionadas anteriormente, pero con que exista una sola se considera que existe violencia de pareja, en la mayoría de los casos el tipo de violencia que se da es la violencia psicológica y los comportamientos dominantes, estos pueden ser muy sutiles, razón por la cual muchas mujeres no creen que están siendo violentadas por sus parejas.

Las causas de la violencia de parejas son muy variadas, estas causas pueden ser individuales, propias de la relación o comunitarias.

Dentro de las causas individuales para que una persona lastime a su pareja se encuentra principalmente un bajo nivel de educación y una situación económica no favorable. También se ha encontrado que existe una mayor relación entre la edad del agresor y la violencia de pareja, la mayoría de agresores suelen ser jóvenes. (Organización Panamericana de la Salud, 2003)

Otro factor importante para la violencia de pareja es el consumo de alcohol, ya que éste al desinhibir y nublar el juicio, hace que el número de posibilidades de que un hombre maltrate a su pareja es mucho mayor. También se considera como una causa frecuente a los trastornos de personalidad, la baja autoestima, la inseguridad y la dependencia emocional.

Las causas propias de la relación se refieren a los conflictos típicos de una relación que terminan en violencia estos están relacionados con la situación socio - económica de la parejas, la estabilidad, el compañerismo, entre otros.(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

Los factores comunitarios que dan para la violencia de parejas están relacionados con el papel que el hombre debe cumplir en el rol familiar y si por alguna razón éste no lo logra puede ser causa para la violencia de pareja. Por ejemplo una situación económica desfavorable puede hacer que un hombre no pueda “mantener” a su familia, función que se espera de él, al sentir este fracaso de no poder cumplir con ese rol socialmente impuesto el hombre puede descargar su frustración contra su pareja.

Las tradiciones sociales con respecto al comportamiento que un hombre debe presentar frente a una mujer son una causa muy importante para la violencia de pareja, ya que tradicionalmente las mujeres han sido relegadas y muchas sociedades se niegan

a superar esa visión. Debido a ésto un hombre puede maltratar a su pareja por que ésta no tuvo la comida lista a tiempo, no contestó correctamente, salió de la casa sin permiso o no obedeció a su pareja.

Se debe considerar la gravedad de este problema, pues miles de mujeres mueren al rededor del mundo debido a esta causa, ya que las cifras de maltrato han ido en aumento, pero lastimosamente estas cifras pueden no ser reales debido a que muy pocas mujeres denuncian que sufren éste tipo de maltrato, la mayoría por temor a las represalias por parte de su pareja, pero también por la vergüenza de reconocer que son abusadas por sus esposos, quienes supuestamente les deberían dar protección.

Las consecuencias de la violencia de pareja pueden ser físicas, psicológicas, a largo plazo y sociales. Las consecuencia físicas pueden ser todo tipo de traumatismos leves hasta los que pueden producir la muerte. Cuando la mujer que recibe estos maltratos está en estado de gestación se puede provocar abortos, partos pretérmino y recién nacidos con bajo peso.(Semfyc, 2007)

La violencia de pareja también puede crear problemas somáticos que están relacionados con el estrés crónico como trastornos gastrointestinales, dolor de espalda y de cabeza.(Semfyc, 2007)

Las consecuencias psicológicas generan ansiedad, depresión y riesgo de suicidio, abuso de alcohol y drogas, trastornos alimentarios y disfunciones sexuales y las consecuencias a largo plazo pueden hacer que la mujer violentada maltrate a sus propios hijos y han existido casos en los que la víctima presenta trastornos mentales. Las consecuencias sociales pueden ser aislamiento social, ausentismo laboral y pérdida de empleo.(Semfyc, 2007)

Debemos ser concientes de que cuando existe violencia contra la mujer ésta genera un problema más grave, pues los hijos al ser testigos de estos actos se ven afectados en su desarrollo integral, por lo que en un determinado momento podrían repetir éste tipo de acciones en otros lugares como la escuela y generar así un círculo más amplio de violencia.(Semfyc, 2007)

Violencia infantil

El maltrato de menores incluye todas las formas de malos tratos físicos y emocionales, abuso sexual, descuido o negligencia, o explotación comercial, que originen un daño real o potencial para la salud del niño, su supervivencia, desarrollo o dignidad en

el contexto de una relación de responsabilidad, confianza o poder.(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

Se define el maltrato físico de un niño como los actos infligidos por un cuidador que causan un daño físico real o tienen el potencial de provocarlo. El abuso sexual se define como los actos en que una persona usa a un niño para su gratificación sexual. El maltrato emocional se da cuando la persona que está a cargo del cuidado del niño no brinda las condiciones apropiadas y propicias e incluye actos que tienen efectos perjudiciales sobre la salud emocional y el desarrollo del niño. Estos actos incluyen la restricción de los movimientos del menor, la denigración, la ridiculización, las amenazas e intimidación, la discriminación, el rechazo y otras formas no físicas de tratamiento hostil.(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

El descuido se produce cuando uno de los padres no toma medidas para promover el desarrollo del niño y está en condiciones de en una o varias de las siguientes áreas: la salud, la educación, el desarrollo emocional, la nutrición, el amparo y las condiciones de vida seguras. (Organización Panamericana de la Salud, 2003)

No se puede hablar de la existencia de causas para la violencia contra los infantes debido a que éstos, no suelen provocar a sus agresores desde ningún punto de vista, por lo que se podría afirmar que no existen causas para el maltrato infantil, más aún cuando el nivel más alto de violencia contra los infantes se da en los dos primeros años de vida.

Sin embargo se podría decir que socialmente existe una causa para el maltrato infantil y es el castigo propinado por sus padres o sus cuidadores. El castigo está aceptado en muchas culturas y éste varía de cultura en cultura, sin embargo es muy común que a los padres “se les pase la mano” y por supuestamente castigar o educar a sus hijos los maltratan y esto puede generar lesiones, incluso mortales.

Las consecuencias del maltrato infantil pueden ser muy graves, ya que éste afecta su desarrollo integral, afectando principalmente su autoestima, lo cual en un futuro podría generar trastornos en sus relaciones sociales, adicciones y conductas antisociales.

Cualquier tipo de maltrato o descuido que viva un niño es potencialmente peligroso, no sólo por el daño físico que se puede causar en el menor, sino que las lesiones psicológicas que le pueden causar, podrían convertirse en un problema para la sociedad en el futuro, pues, aunque no necesariamente es una regla, un menor violentado puede convertirse en un agresor en su edad adulta y por lo tanto repetir el círculo de violencia con sus propios hijos, su pareja o amistades.

Las sociedades deben comprometerse a proteger a sus niños, ya que en ellos se podrá crear una nueva generación libre de violencia, una generación tolerante y respetuosa, pero claro, para que ésto suceda no sólo se debe eliminar el maltrato a los

menores, sino eliminar la violencia a la que ellos se encuentran expuestos diariamente, ya sea en su hogar, en los centros educativos o aquella que reciben a través de los medios de comunicación.

Maltrato a los ancianos

Miles de culturas ancestrales siempre trataron a sus ancianos como la parte más importante del grupo, ya que ellos eran quienes poseían la experiencia necesaria para poder resolver cualquier tipo de problema, eran considerados los más sabios y por lo tanto eran los más respetados e incluso venerados.

Lastimosamente en la actualidad la vida acelerada los ha puesto como estorbos, como gente, que debido a su lentitud y su necesidad de ayuda, no sirve pues no permite al resto avanzar en su vida vertiginosa.

Se define al maltrato a los ancianos como “cualquier acto u omisión que produzca daño, intencionado o no, practicado sobre personas mayores de 65 años, que ocurra en el medio familiar, comunitario o institucional, que vulnere o ponga en peligro la integridad física, psíquica, así como el principio de autonomía o el resto de los derechos fundamentales del individuo”.(Semfyc, 2007)

Las formas de maltrato que puede recibir un anciano son de tipo físico, golpes, quemaduras, fracturas, administración abusiva de fármacos; emocionales, negación de afecto, aislamiento, incomunicación; negligencia física, como negación de alimentos, cuidados higiénicos, vivienda, seguridad y tratamientos médicos; maltrato psicológico, manipulación, intimidación, amenazas, chantajes, desprecio impedimento de tomar decisiones; abuso económico, impedir el uso y control de su dinero; abuso sexual, relaciones sexuales no consentidas o cuando la persona es incapaz de dar su consentimiento.(Semfyc, 2007)

También existen otras formas de maltrato al anciano como el maltrato estructural y social, que consiste en el maltrato ejercido por los gobiernos e instituciones, como la discriminación en las políticas de los ancianos, la falta de recursos para cubrir sus necesidades, así como la seguridad de sus ingresos y alojamiento. La falta de respeto y prejuicios contra el mayor, que son los prejuicios y estereotipos sobre los ancianos que se convierten en actitudes irrespetuosas y maltrato verbal y emocional de las que pueden ser víctimas los ancianos.(Semfyc, 2007)

Una posible causa para el maltrato hacia los ancianos es el cambio de valores en los que se destaca la juventud y la productividad por lo que los ancianos son infravalorados y considerados como “cargas” para sus familias. Estos sentimientos negativos hacia el anciano pueden ser a su vez la causa para el maltrato al anciano.

Se considera como una causa importante para el maltrato al anciano el estrés del cuidador, ya que esto puede suponer una sobrecarga física y emocional para quien cuida de un anciano puede provocar que éste maltrate al anciano.

Las consecuencias del maltrato al anciano pueden ser de tipo físico como traumatismos, desnutrición, deshidratación, quemadura, intoxicaciones; psicológicas, como tristeza sufrimiento, depresión, ansiedad somatizaciones y pseudodemencias; y sociales como aislamiento.

Las personas deben darse cuenta de que todos en un determinado momento seremos ancianos y por lo tanto se debe tratar a éstos con respeto y cariño, como quisiéramos que nos traten a nosotros. Es nuestro deber protegerlos y darles cariño para hacer su vida más llevadera y fácil.

Violencia Colectiva

Aunque posiblemente el término no nos resulte tan familiar, la violencia colectiva es muchísimo más común de lo que se podría pensar, de hecho se ve y escucha a diario en los medios de comunicación información referente a éste tipo de violencia.

La violencia colectiva que puede ser de tipo social, político y económica y puede manifestarse como genocidios, violaciones a los derechos humanos, terrorismo, crimen organizado y conflictos armados dentro de los estados o entre ellos. La violencia colectiva se da entre los miembros de una comunidad y que se identifican a si mismas como integrantes de la misma.

Se define a la violencia colectiva como el uso de la violencia, por parte de personas que se identifican a sí mismas como parte de un grupo contra otro grupo, como un instrumento para lograr objetivos políticos, económicos o sociales.(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

La violencia colectiva puede tomar múltiples formas como las guerras, el terrorismo y conflictos políticos violentos; también puede ser la violencia generada por el estado como los genocidios, la represión, las desapariciones, tortura y cualquier violación de los derechos humanos; y finalmente la delincuencia organizada por ejemplo las pandillas.

Existen múltiples factores para que se generen conflictos violentos los mismos que se convierten en violencia colectiva. El cuadro nº 2 contiene una serie de factores de riesgo para países en riesgo de colapso y conflictos internos, estos factores quizá por si solos no pueden generar un suceso violento pero un conjunto de ellos pondría en riesgo la estabilidad del mismo.

Cuadro n°2

Indicadores para países en riesgo de colapso y conflictos internos	
Indicador	Signos
Desigualdad	<ul style="list-style-type: none"> - Crecientes desigualdades sociales y económicas, especialmente entre grupos definidos de la población.
Características demográficas rápidamente cambiantes	<ul style="list-style-type: none"> - Tasa elevadas de mortalidad infantil - Cambios rápidos en la estructura de la población - Densidad demográfica excesivamente alta - Niveles elevados de desempleo, en especial entre los jóvenes - Abastecimiento insuficiente de alimentos o falta de acceso al agua potable - Disputas de tierra o de recursos ambientales entre grupos étnicos distintos
Falta de procesos democráticos	<ul style="list-style-type: none"> - Violaciones de los derechos humanos - Comportamiento delictivo del estado - Gobiernos corruptos
Inestabilidad política	<ul style="list-style-type: none"> - Cambios rápidos de los regímenes
Composición étnica del grupo gobernante drásticamente diferente a la de la población general	<ul style="list-style-type: none"> - Poder político y económico ejercido – y aplicado en forma diferencial - según la identidad étnica o religiosa - Profanación de símbolos étnicos o religiosos

Deterioro de los servicios públicos	<ul style="list-style-type: none"> - Disminución significativa del alcance y eficacia de las redes de seguridad social destinadas a asegurar las normas universales mínimas del servicio
Declinación económica grave	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo económico desigual - Ganancias o pérdidas excesivamente desiguales entre diferentes grupos de población o zonas geográficas como resultado de grandes cambios económicos - Transferencias o pérdidas económicas masivas en períodos breves
Ciclos de venganza violenta	<ul style="list-style-type: none"> - Un ciclo continuo de violencia entre grupos rivales

(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

Los factores generadores de violencia colectiva pueden clasificarse entre políticos, económicos y sociales.

Los factores políticos hacen referencia a la percepción que tiene el pueblo de sus gobernantes o de la situación política que se vive en el país, entre estos se puede contar a la falta de procesos democráticos y el desigual acceso al poder.

El aspecto económico se refiere al acceso desigual a los recursos y los servicios como la educación y la salud, la distribución excesivamente desigual de los recursos, el control de los recursos naturales y el control sobre la producción y comercialización de drogas.

Los factores sociales pueden ser la desigualdad de los distintos grupos sociales, sobretodo cuando estos sienten que existe una repartición desigual de los recursos.

Como se puede ver la violencia colectiva es más común de lo que se piensa y de hecho se la vive a diario en este país, especialmente las clases desfavorecidas, pues son quienes sufren más de estos factores que son generadores de la violencia colectiva.(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

Estos actos violentos también son clasificados de acuerdo a su naturaleza y pueden ser: violencia psicológica, violencia física y violencia sexual, que es probablemente la clasificación más común que se hace de la violencia.

Violencia Psicológica

Las definiciones que se pueden encontrar en el Internet con respecto a qué es violencia psicológica hacen referencia al maltrato emocional que recibe la mujer de parte de un hombre, negando por completo el hecho de que todas las personas son susceptibles de éste tipo de maltrato, que es tanto o más común que la violencia física, pero que a diferencia de ésta, la violencia psicológica, pasa desapercibida.

La violencia psicológica se puede definir como un conjunto de comportamientos que producen daño o trastorno psicológico o emocional a una persona.(slideshare). Son una serie de conductas que afectan a nivel psicológico a la víctima y crean en ésta inseguridad y temor. Estos maltratos pueden incluir humillaciones, desvaloraciones, críticas exageradas y públicas, lenguaje soez y humillante, insultos, amenazas, culpabilizaciones, aislamiento social o bien pueden manifestarse como la ausencia de atención o afecto.

Dentro del maltrato psicológico se reconocen dos facetas, que aunque son muy distintas, tienen el mismo efecto sobre la víctima, una es el maltrato pasivo y otra es el maltrato activo.

En el maltrato pasivo la víctima sufre la falta de atención ya que ésta se encuentra en una situación de dependencia con el agresor, las víctimas más comunes de éste tipo de maltrato son los infantes, los ancianos y los discapacitados y en algunos casos mujeres que se encuentran, incluso, en una situación de dependencia económica con el agresor.

En el maltrato activo el agresor ataca continuamente a la dignidad de la víctima con insultos, críticas excesivas y públicas de tal forma que ataca directamente a la autoestima de ésta.

Dentro de la violencia psicológica también se encuentra el acoso psicológico, el mismo que se da cuando el agresor, con conocimiento de su intención, ataca a la víctima con amenazas estratégicas para conseguir algo específico por parte de la víctima, este acoso puede ser público o privado.

El acoso psicológico se basa en el uso de críticas, amenazas, calumnias, injurias, las mismas que afectan de tal manera a la víctima que ésta se siente incapaz de

reaccionar o defenderse y sucumbe ante el agresor ya que su autoestima y seguridad se han visto afectadas.(Martos)

El acoso psicológico puede ser vertical u horizontal. El acoso vertical se da cuando una persona abusando de su situación de poder amenaza a la víctima que tiene un situación inferior o de menor poder. Éste tipo de acoso se da especialmente en el ámbito laboral y es conocido como *Mobbing*. El acoso psicológico horizontal se da entre iguales, es decir entre personas que se encuentran en una situación de igualdad y el agresor hace uso de su fuerza moral y física para atacar a su víctima, aquí se encuentra especialmente la violencia escolar entre estudiantes o mejor conocida como *Bullying*. (Martos)

En la actualidad se recurre al abuso verbal, violencia psicológica, como forma de castigo, en lugar del castigo físico. Muchos jóvenes aseguran recibir de sus padres constantes reproches por su conducta o sus calificaciones. Igualmente resulta con un gran número de docentes que, abusando de su posición, agreden verbalmente a sus estudiantes ya sea tratándolos de vagos e ignorantes o amenazándolos con informar a sus padres sobre su conducta o hacerlos perder el año. (Cisneros & Gallegos G., 2010)

Violencia Física

La violencia física se da cuando el espacio físico de una persona se ve afectado por la irrupción violenta de otra. Ésta es ejercida mediante el uso de la fuerza física para causar daño en la víctima, para cumplir con éste objetivo el agresor puede golpear, empujar, halar, morder a la víctima es decir causar heridas de forma directa con manos y puños o se la puede realizar mediante el uso de otro tipo de objetos como armas de fuego, armas blancas o uso directo de fuego sobre la víctima.

La violencia física también se da cuando el agresor, haciendo uso de su fuerza física, encierra a la víctima, le limita su espacio o le niega la satisfacción de cuidados básicos, como ocurre con los infantes, ancianos y discapacitados, debido a que el agresor puede negarle alimentos, higiene, vivienda, seguridad y cuidados médicos necesarios.(Semfyc, 2007)

La violencia física por supuesto lleva una carga emocional muy importante, ya que la víctima además de sentirse agredida físicamente, se siente invadida en su espacio personal por lo que se experimenta, aunque indirectamente, un abuso emocional al sentir que no se puede controlar al agresor y que éste le ha vencido tanto en el aspecto físico como moral, por lo que se siente indefensa e incapaz de acudir a solicitar ayuda, pues le aquejan sentimientos de vergüenza por su estado físico, presencia de moretones, lastimados, etc., y por haber sucumbido ante la fuerza de alguien más.

Violencia Sexual

La violencia sexual es una forma de violencia física, sin embargo debido a su magnitud e impacto en la víctima ésta se clasifica como otro tipo de violencia. La violencia sexual se da cuando se atenta contra la libertad sexual de la persona y se lesiona su dignidad mediante las relaciones sexuales forzadas, el abuso sexual y la violación. (Semfyc, 2007)

Se define como violencia sexual todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, las insinuaciones o comentarios sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier modo la sexualidad de una persona mediante coacción por parte de otra persona, independientemente de la relación de ésta con la víctima, en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo. (Organización Panamericana de la Salud, 2003)

Los actos de violencia sexual pueden ser muy variados ya que las circunstancias en las que los mismos se dan son muy amplias, por ejemplo cuando a una mujer su marido le exige tener relaciones sexuales, cuando alguien insinúa o acosa a otra persona y exige mantener relaciones sexuales a cambio de favores, cuando se abusa sexualmente de discapacitados, menores o ancianos, la negación del uso de anticonceptivos, la prostitución forzada, el matrimonio de menores, entre otros.

La violencia sexual es muy grave y la información que existe sobre la misma es muy escasa debido al hecho de que pocas personas, especialmente las casadas, se niegan a reconocer que son abusadas por sus parejas y generalmente lo aceptan como algo normal, pues piensan que por el hecho de tener una pareja se ven obligadas a satisfacer sexualmente a la misma, aunque esa no sea su voluntad.

Otras personas, especialmente las mujeres y en especial en nuestra sociedad, consideran normal que en sus lugares de trabajo haya insinuaciones de tipo sexual por parte de sus compañeros, sea ésto entre bromas o en forma de acoso directo y no lo denuncian pues temen perder sus empleos a causa de esto.

Lastimosamente en nuestro país la violencia sexual es considerada como algo normal en cierto tipo de circunstancias, especialmente en el ámbito laboral, como el hecho de que cuando se solicita personal femenino se solicita buena presencia, refiriéndose al cuerpo y la cara de la persona, y no se considera su valor como profesional, además en muchos lugares se exige el uso de falda en las mujeres. Lo cual indica que no sólo existe violencia sexual, sino un alto grado de machismo.

Las consecuencias de la violencia sexual son variadas ya que puede causar daño

psicológico en la víctima, llegando incluso a trastornos mentales, así como traumas de tipo físico cuando se trata de relaciones sexuales forzadas, embarazos no deseados y por consiguiente aumento de abortos y mayor mortalidad de mujeres, enfermedades de transmisión sexual, entre otras.

Sin embargo éstas no son las únicas formas de violencia que existen o la única clasificación, ya que se puede clasificar a la violencia de acuerdo al lugar en que ésta se desarrolla, por ejemplo, de acuerdo al lugar las formas de violencia más frecuentes son la violencia familiar, o intrafamiliar, la misma que se da dentro del los hogares y entre los miembros de una familia o convivientes; violencia escolar, aquella propia de los centros educativos, que incluye a los estudiantes, a los profesores y personal administrativo o violencia laboral, propia de cualquier centro de trabajo.

Sea cual sea la forma a la que se puede clasificar a la violencia las personas deben tomar conciencia de que éste es un problema que aflige a todas las sociedades, ya que ésta retrasa el desarrollo natural y el bienestar de las personas.

De hecho, en 1996 la Asamblea Mundial de la Salud celebrada en Ginebra declaró a la violencia como uno de los principales problemas de salud pública del mundo, lo cual indica que se debe buscar soluciones para detener el aumento de la misma y hacer de nuestros países sociedades más justas y equitativas, donde aquellos desfavorecidos o considerados débiles tengan los mismos derechos y oportunidades y así todos vivir un pleno desarrollo y bienestar.

La violencia es un problema de salud pública además por todo el dinero que invierten los gobiernos en combatir la misma, ya sea en campañas públicas de prevención de la violencia o en el dinero destinado a las instituciones de salud pública para socorrer a las víctimas de los distintos actos de violencia.

1.3 Causas para la violencia

Al igual que existen muchos tipos de violencia, también existen diversas causas que generan la misma y al igual que resulta complicado definir a la violencia, definir sus causas es también complejo, ya que existen muchos factores que pueden ser los que provoquen la violencia. Por esto es importante analizar los contextos y la interacción de los individuos para saber como es que surge la violencia.

No se debe olvidar que existen miles de estímulos y factores sociales, culturales, familiares, relacionales e individuales que pueden influir para que se de la violencia.(Semfyc, 2007)

Por ejemplo algunos autores, como Sigmund Freud, aseguran que la violencia es algo innato en el ser humano, mientras que otros creen que ésta se debe a factores genéticos y biológicos, asegurando que los niveles de serotonina en el cerebro (neurotransmisor asociado a la inhibición de la agresión y otras funciones corporales) influyen en el comportamiento violento. (Baron, 1996)

La Organización Panamericana de la Salud en su Informe mundial sobre la violencia y la salud hace referencia a un “modelo ecológico” para definir las posibles causas de la violencia y la interacción entre distintos factores para que ésta se produzca.(Organización Panamericana de la Salud, 2002)

Este modelo ecológico está organizado en cuatro niveles que son en el primero el individuo, en el segundo las relaciones, el tercero la comunidad y finalmente la sociedad. En el primer nivel, el del individuo se encuentran los factores biológicos y la historia personal, los mismos que influyen en la conducta de cada individuo y pueden ser determinantes al momento de que una persona se convierta en víctima o agresor, entre estos factores se encuentran la edad, el nivel de educación e ingresos, los trastornos de personalidad, adicciones y antecedentes de haber sido maltratados o de cometer actos de violencia.

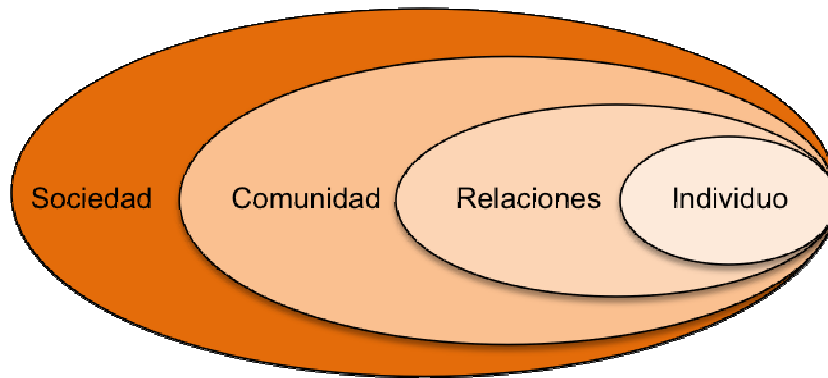
En el segundo nivel estudian las relaciones más cercanas al individuo, es decir las relaciones familiares, con amigos, de pareja y cómo éstas influyen en la posibilidad de cometer actos violentos, por ejemplo si un niño vive en un ambiente violento en su hogar, lo más probable es que repita ese tipo de comportamiento en otros lugares, como por ejemplo la escuela.

En el tercer nivel están las relaciones dentro de las comunidades a las que pertenece el individuo como el trabajo, la escuela, el vecindario y factores que pueden modificar la vida de las mismas como la densidad de población, niveles de desempleo, tráfico de drogas, etc.

Y finalmente en el cuarto nivel se encuentra la estructura de la sociedad, la misma que con sus prácticas puede alentar o contrarrestar actos de violencia, por ejemplo una sociedad que no controla la tenencia de armas, es una sociedad que propicia la violencia entre sus individuos, pero también puede usar mecanismos un poco más sutiles e imperceptibles como el apoyo o no, a programas de desarrollo humano, salud pública, etc.

La figura nº 2 muestra cómo el modelo ecológico incluye un nivel dentro del otro.

Figura nº 2



(Organización Panamericana de la Salud, 2003)

Existen también otro tipo de factores que pueden influir o provocar violencia estos factores son el consumo y abuso de alcohol y drogas, el nivel de educación y la situación económica del individuo.

Consumo de alcohol y drogas

Un muy alto porcentaje de las personas que se han visto envueltas en actos violentos son personas que se han encontrado bajo los efectos del alcohol o las drogas. Al ser estos desinhibidores de la personalidad desencadenan sentimientos y resentimientos en el agresor y éste es fácilmente irritable por lo que existe una mayor tendencia a que reaccione de manera violenta a cualquier estímulo.

Es muy común, que personas que normalmente tienen una actitud pacífica y que incluso se comportan tímidamente, bajo el efecto del alcohol, no sólo reaccionen con violencia, sino que incluso sean ellos quienes provoquen situaciones para hacer uso de su fuerza física.

El alcohol afecta directamente las funciones cognitivas y físicas del individuo por lo que éste tiene un menor autocontrol lo cual aumenta las probabilidades de que actúe de forma violenta o que, al tener afectadas sus capacidades, sea una presa fácil de otras personas. (Organización Mundial de la Salud, 2006)

Ésto nos indica que el alcohol y cualquier otra sustancia que afecte las funciones físicas y cognitivas de un individuo puede ser un precursor para cometer actos violentos o como un justificativo para haberlos cometido.

Nivel de educación y situación económica

Si bien la situación económica y el nivel de educación no son factores que influyen directamente en la violencia que se pueda dar entre los individuos, son factores que algún momento podrían provocar un suceso violento.

Muchas veces la ignorancia de las personas las lleva a creer que la violencia es natural y que hay personas que se merecen ser atacadas, como es el caso de las mujeres golpeadas por sus parejas, o que la violencia es la única forma de educar, típica situación en la que un padre golpea a sus hijos para tratar de reprimir algún tipo de conducta molesta.

A la falta de educación se puede sumar la precaria situación económica que viven muchas personas, la mayoría de la población mundial, lo cual hace que la convivencia armónica entre los miembros de la familia o de una comunidad se vea obstruida por una serie de sentimientos de frustración y resentimiento con respecto a otros y a la sociedad en general, por lo que la mayoría de los casos de violencia se da en los estratos bajos de la sociedad, por supuesto sin que esto sea una regla, ya que esto no quiere decir que las personas económicamente acomodadas no vivan o sufran situaciones violentas.

Muchos psicólogos aseguran que la causa para la violencia es el bajo nivel de educación de la gente y que este va asociado a la situación económica precaria, pues en muchos hogares quién provee el sustento se siente en una situación de poder, ya que es “quien manda”. (Cisneros & Gallegos G., 2010)

CAPÍTULO II LA VIOLENCIA ESCOLAR

La violencia escolar abarca toda clase de actos violentos que se dan al interior de los centros educativos y en sus alrededores o instancias que están relacionados al mismo, como son los buses de transporte escolar o los lugares en los que los estudiantes de podrían reunir para realizar alguna actividad de tipo escolar.

La violencia escolar involucra a todos los integrantes de la comunidad escolar directivos, maestros, personal de apoyo, padres de familia y estudiantes. Hay un énfasis en este último grupo pues todas las actividades desarrolladas dentro de los centros educativos tienen como objetivo el desarrollo de los estudiantes, sin que esto implique que no se den actos violentos entre otros elementos de ésta comunidad.

2.1 Causas para la violencia escolar

Las causas para la violencia en los centros educativos están relacionadas con las causas para la violencia común, pero éstas se centran en el individuo, que en este caso es un estudiante de un centro educativo o las personas que laboran en el mismo como profesores, directivos y personal de apoyo o que se encuentran vinculadas como los padres de familia. En esta ocasión nos vamos a referir exclusivamente a los estudiantes de los centros educativos ya que son la población más representativa de la violencia escolar.

Las causas que se aplican a la violencia común se aplican a la violencia escolar, sin embargo las mismas hacen un énfasis en los estudiantes y el entorno que los rodea, es decir, el mismo ambiente escolar, la vida familiar, su grupo de amigos, el barrio en el que vive e incluso el lugar en que se encuentra el centro educativo.

Es muy importante recordar, que no nos referimos exclusivamente a la violencia física, puede ser violencia psicológica al usar vocabulario poco adecuado dentro del centro educativo o cuando un estudiante trata a sus compañeros de forma intimidante o grosera. Los casos de violencia sexual entre estudiantes no suelen ser comunes, pero si suceden.

Muchos de los integrantes de la comunidad escolar, directivos, profesores y padres, tienen dificultades para definir a la violencia y en la mayor parte de los casos lo asocian con la violencia física especialmente con la televisión. (Cisneros & Gallegos G., 2010)

Los directivos de los colegios de Quito aseguran que hay violencia escolar, pero cuando se trata de reconocer que ese problema se da al interior de sus centros educativos lo niegan o no le dan mayor importancia, y dicen que la violencia escolar está

fuera del centro educativo debido a la presencia de integrantes de pandillas, delincuentes y lugares en los que se expenden bebidas alcohólicas.(Cisneros & Gallegos G., 2010)

Violencia escolar y ambiente familiar

El ambiente familiar es un determinante importante en el comportamiento que tienen los estudiantes dentro de los centros educativos, aunque esto no es una regla, existe una relación entre la violencia que vive el estudiante en su hogar y la violencia escolar de la que puede ser víctima o victimario.

Es decir, un estudiante que es víctima de la violencia en su hogar probablemente será una víctima de sus compañeros o si observa que la violencia es considerado algo normal en su hogar probablemente procederá de la misma forma en su centro educativo.

Sin embargo, el que un estudiante viva un ambiente de violencia en su hogar no es la única causa para que éste manifieste una conducta violenta en la escuela. Una posible causa puede ser el abandono al que se ven sometidos tanto niños como adolescentes que tiene reacciones violentas en la escuela, esto por supuesto no es necesariamente culpa de los padres, ya que en la mayoría de los hogares ambos padres deben trabajar para aportar al hogar por lo que el tiempo que se dedica a la vida familiar es cada vez menor.

Los padres de familia están concientes de que la falta de atención y relaciones positivas dentro del hogar, sumado a los castigos y agresiones dentro hogar, si son causa para que los estudiantes repliquen esas conductas en sus centros educativos.(Cisneros & Gallegos G., 2010)

Violencia Escolar y televisión

Una causa importante para la violencia escolar es la exposición constante y cada vez más frecuente a la violencia proporcionada por los medios de comunicación, muchísimos estudios han comprobado la relación determinante que existe entre el tiempo en que los escolares pasan expuestos a la violencia de la televisión y sus acciones y reacciones violentas.

La explicación para la relación que existe entre las horas frente al televisor y la agresividad de los niños es que normalmente en los programas cargados de violencia se premia la actitud violenta o ésta está relacionada al héroe que con su violencia ayuda al resto.(Gelles & Levine, 2000)

Varios estudios “concluyeron que la televisión afecta las creencias de los niños y el comportamiento de dos formas: primero, le proporciona numerosos modelos de resolver conflictos mediante la fuerza física; incluso “los tipos buenos” tienen que luchar

por sus derechos; segundo, la televisión ocupa tiempo que los niños podrían emplear en juegos imaginativos y de simulación. Entre más aprendan los niños a ejercitar su imaginación, más capaces serán de entretenerse, de lidiar con miedos y frustraciones y desarrollar un sentido de dominio en su ambiente” (Gelles & Levine, 2000)

Los investigadores señalan que la relación entre la violencia de los medios de comunicación y la agresión es cíclica. Ya que los niños que ven muchas escenas violentas en la televisión aprenden estas formas de comportamiento agresivo y tienen fantasías sobre las mismas, más aún cuando el comportamiento agresivo es premiado, Por ejemplo cuando el personaje principal “el bueno” mata a todos “los malos” y a cambio recibe premios o consideraciones.(Gelles & Levine, 2000)

Estos modelos resultan ser perjudiciales cuando los niños y jóvenes se enfrentan a un problema social y responden agresivamente, ya que no conocen otra forma de reaccionar ante una situación de ese tipo. Esto a su vez provoca que los pares de estos jóvenes o niños, les teman y podrían alejarse para evitarlos, por lo que los niños y adolescentes agresivos se refugiarán en la televisión nuevamente, para ver a los héroes con los que se identifican. Es decir la violencia y la televisión generan un círculo vicioso.(Gelles & Levine, 2000)

La televisión también está asociada a la violencia ya que un estudio realizado por los psicólogos Jerome y Dorothy Singer, demostraron que aquellos niños que ven un mayor número de horas de televisión tienen mayores problemas de concentración y que tienen problemas para permanecer sentados por largos períodos de tiempo, lo cual interfiere en su atención en clase, por lo que comienzan a molestar a otros niños y probablemente en algún momento reaccionaran violentamente.(Gelles & Levine, 2000)

Es importante considerar que la violencia de la televisión no hace referencia únicamente a la de los programas considerados infantiles o para todo público, sino que también los niños y adolescentes se ven expuestos a la violencia que se presenta en los noticieros que tienen secciones dedicadas a la crónica roja o a aquellos programas de farándula en los que suelen burlarse de las personas o imponer una frívola realidad basada en la fama y la riqueza.

Por lo tanto los programas de televisión deberían regularse pues la televisión influye en actitudes y comportamiento de todos los que a ella se encuentran expuestos. Además los niños (3 a 12 años) parecen más vulnerables a la violencia en televisión y como se ha demostrado en algunos estudios ellos son los más propensos a imitar ese tipo de actitudes.

Existiría una posible solución a este problema, mayor control y vigilancia por parte de los padres sobre que tipos de programas ven sus hijos y cuanto tiempo dedican a ver

televisión. Pero lamentablemente esto resulta cada vez más complicado pues debido a la situación económica ambos padres deben trabajar, por lo que la vigilancia no se realiza.(Gelles & Levine, 2000)

En una investigación realizada en Quito entre el año 2008 y 2009 en la que se entrevistó a todos los elementos que conforman la comunidad escolar (estudiantes, maestros, directivos y padres de familia) los participantes coinciden en que los medios de comunicación son fuente de violencia y que en la televisión se puede ver toda clase de agresiones.(Cisneros & Gallegos G., 2010)

Los participantes creen que la televisión y los medios de comunicación deberían ser usados con fines productivos, pero que el control sobre lo que los mismos ofrecen es difícil debido a la falta de tiempo para supervisar sus contenidos. (Cisneros & Gallegos G., 2010)

Violencia escolar y falta de reglas claras

Un factor determinante en la existencia de violencia escolar o la permanencia de la misma dentro de un centro educativo es la presencia o ausencia de reglas claras, las mismas que determinen los tipos de conductas que pueden ser aceptados o no dentro del centro educativo.

La falta de reglas claras o castigos puntuales pueden ser una invitación a la violencia por lo que si en el centro educativo no existe un lineamiento claro sobre que es lo que es considerado correcto y permitido o si la disciplina se va imponiendo sobre la marcha y no con un objetivo claro se podría indirectamente provocar incidentes violentos.

Por ley todo centro educativo en nuestro país debe tener un reglamento interno en el que se determinen las conductas aceptadas, tanto para estudiantes como para el personal docente y administrativo, éste está apoyado en la ley de educación vigente para todos los centros educativos. Sin embargo, el hecho de que exista un reglamento no es una garantía de que el mismo sea cumplido, de hecho muchas veces los profesores desconocen el contenido de este reglamento.

Al no contar con este apoyo, o desconocer el mismo, los profesores deben actuar de acuerdo a su buen juicio con respecto a que normas disciplinarias se deben tomar de acuerdo a la situación que se este viviendo, pero se debe reconocer que no todos los maestros actúan de la misma forma y que por más que se diga que sí, no se trata de igual forma a todos los estudiantes.

Por lo tanto, si existe un consenso sobre como se debe proceder en cada caso de indisciplina, y mejor aún si éste está por escrito y es conocido y aprobado por toda la

comunidad educativa, el manejo de las conductas será más fácil, pues los estudiantes sabrán exactamente en que momento están quebrando las normas y por lo tanto sabrán a qué castigos atenerse y así de alguna forma se podría paliar la violencia escolar.

2.2 Consecuencias de la violencia escolar

El 20 de abril de 1999 en la comunidad de Columbine, Colorado en Estados Unidos, dos jóvenes, Erik Harris y Dylan Klebold estudiantes del Instituto Columbine, entraron a su escuela armados con pistolas de grueso calibre y mataron a doce estudiantes y un profesor y posteriormente se suicidaron.

Esto parecería un caso grave de violencia escolar en donde dos adolescentes descargan toda su ira contra la sociedad y contra sus compañeros, sin embargo existe un grave trasfondo en esta historia. Estos dos estudiantes fueron víctimas del acoso social que sus compañeros les hicieron durante un largo período, ya que ellos eran aislados por ser considerados extraños por su forma de vestir y por el tipo de música que escuchaban.

Si bien ellos son los agresores en este caso, durante mucho tiempo fueron las víctimas, a tal punto que ambos estudiantes tomaban antidepresivos y asistían constantemente a citas con el psiquiatra debido a su conducta poco sociable, la misma que les generó un odio muy profundo hacia la sociedad, lo cual los llevó a tomar la decisión de asesinar a sus compañeros y después suicidarse.

Casos como éste cada vez son más comunes y por lo tanto es importante darse cuenta de cómo se van dando las relaciones entre los estudiantes. Como podemos ver dos estudiantes pueden convertirse en asesinos, pero esto puede tener un origen muy claro, estos estudiantes fueron víctimas de bullying por parte de sus compañeros durante mucho tiempo, su autoestima fue completamente acabada y por lo tanto generaron un fuerte odio contra la sociedad y tomaron la decisión de hacer pagar a aquellas personas que tanto les acosaron.

Como se puede ver los efectos que puede tener la violencia en los centros educativos pueden ser completamente trágicos cuando los maestros y las autoridades no actúan cuando se dan casos de bullying y permiten que aquellos menos favorecidos sean afectados y que en un determinado momento puedan tomar la decisión de vengarse de aquellos que tanto daño, en silencio y sistemáticamente, les han hecho.

Los efectos de la violencia escolar y del bullying son una espiral que acarrea y lleva todo lo que encuentra a su paso, la violencia tiene la capacidad de destruir todo aquello que el humano construye y por tanto es importante detectarla y luchar contra ella.

Si bien la violencia escolar y el bullying tienen sus mayores efectos dentro del aula, ésta no se limita a este pequeño lugar, la violencia escolar acarrea consecuencias a toda la comunidad educativa y a las familias, tanto de víctimas como de acosadores e incluso de observadores.

La violencia escolar puede dejar graves cicatrices en las víctimas, ya que si el acoso ha sido constante y por un tiempo prolongado, éstas difícilmente podrán superar este hecho y vivirán constantemente atemorizados por el resto de su vida.

Sin embargo el panorama tampoco es agradable para los acosadores, ya que si no se detiene la violencia y no existen amonestaciones por parte de la escuela o centro educativo, éstas personas pensarán que esa es la forma de triunfar en la vida y por lo tanto, vivirán su vida de acuerdo a eso y, no necesariamente la mayoría pero algunos, se convertirán en delincuentes o tendrán problemas con la ley.

La violencia escolar afecta a toda la comunidad educativa, ya que vuelve el ambiente escolar, que debe ser armonioso y apoyar al desarrollo de los individuos, en un ambiente tenso en el que toda la comunidad se irá sumergiendo poco a poco, lo cual tendrá repercusiones para todos.

Un ambiente violento es poco favorable para el desarrollo de los individuos de la comunidad escolar ya que impide que el aprendizaje sea armonioso y por esto, aquellos centros educativos que tienen altos niveles de violencia escolar, suelen tener un bajo nivel académico y una disciplina poco adecuada para el trabajo.

La violencia escolar es peligrosa pues ésta, así como la violencia intrafamiliar, es el inicio de la violencia en la sociedad y por lo tanto de muchos problemas sociales, incluso de aquellos relacionados con la misma violencia, como el alcoholismo, la pobreza, entre otros.

Por lo tanto es importante detener la violencia escolar, para así lograr disminuir la violencia que hay en la sociedad y así poder tener una vida más pacífica y armónica.

2.3 Consecuencias en las aulas

La violencia escolar tiene la capacidad de pasar completamente inadvertida, silenciosa e incluso ausente, razón por la cual ha logrado introducirse fácilmente en nuestras aulas y disfrazarse de bromas, apodosos o chistes.

Pero en realidad debajo de esas acciones, al parecer inofensivas, se esconde una cruda realidad para quien es víctima de la violencia, ya que en la mayoría de las ocasiones las víctimas sufren en silencio y soledad, pues por miedo a represalias o a ser

considerado “un niño llorón”, no han hecho nada por hacer que el resto se entere de su situación.

La sola presencia de violencia en el aula, ya daña por completo la vida normal que se debe seguir ella. Los actos de violencia, por más que éstos sean bromas o al menos eso parezcan, hacen que el ambiente de la clase se destruya casi por completo.

El hecho de que un profesor deba detener su clase para llamar la atención a un estudiante por que éste molesta a sus compañeros, es un indicador de que la violencia es más fuerte que cualquier otro asunto que se esté dando en clase. (Beane, 2006)

Por supuesto esto no quiere decir que durante una clase los estudiantes deban permanecer sentados sin moverse o sin emitir ningún sonido (pues esto también sería considerado como violencia hacia los estudiantes), o que no puedan existir momentos de indisciplina en los que los estudiantes, por la razón que sea, hagan bulla o se levanten, de hecho esto es normal.

El problema se da cuando, las llamadas de atención a un mismo estudiante son constantes, ya que éste molesta a sus compañeros, ya sea llamándoles por apodos, insultándolos, golpeándoles suave o fuerte, haciendo burla de las acciones o las características físicas, etc. (Beane, 2006) Esto interrumpe el proceso normal de la clase, por lo que el profesor debe invertir más tiempo del planificado en una clase, lo cual perjudica tanto al docente como a los estudiantes, ya que no se cumple el objetivo para el cual asisten a clase.

Si existe el caso de que hay un acosador, o varios, en el aula, esto también va a suponer un malestar para quienes son las víctimas del mismo, ya que el temor que sienten va a impedir que tengan un aprendizaje saludable y dediquen el tiempo a buscar formas de evitar al acosador, razón por la cual no van a aprender y esto a su vez se va a reflejar en su desempeño académico y sus notas.

Las víctimas al encontrarse sumidos en su temor, van a dejar de participar en la clase, por lo que la audiencia de la clase cada vez va a ser más pequeña y por lo tanto menos activa y esto podría convertir una excelente clase en un momento de aburrimiento y tedio y así generar más indisciplina y por lo tanto más bullying. (Davis, 2008)

Este ambiente violento puede ser la causa de que el rendimiento de todo un grupo esté por debajo del promedio esperado, ya que la constante indisciplina que se genera hace que aquellas personas que no necesariamente están involucradas en los sucesos de violencia igualmente pierden la motivación para atender y trabajar en la clase.

Por lo tanto habrá gran cantidad de notas bajas y los estudiantes en general no se sentirán motivados a estudiar o destacarse pues seguramente considerarán que su

esfuerzo no tiene ningún tipo de recompensa, ya que en este caso la mayoría es quien manda.

Esto nos permite ver la importancia de la intervención del docente cuando hay casos de violencia escolar pues la motivación que sientan los estudiantes por parte de su maestro para estudiar, respetar y mantener un ambiente favorable para el trabajo va a ser crucial en el desarrollo de los adolescentes, ya que si los estudiantes sienten que su maestro no hace que haya respeto entre compañeros, van a perder la confianza en él y van a saber que no es una persona que está a favor de la justicia.

2.4 Consecuencias en la familia

La violencia producida en el ámbito escolar también tiene consecuencias en el entorno familiar, pues tanto las víctimas, como los agresores, e incluso los observadores repetirán sus conductas dentro del hogar o mostrarán signos de que algo anormal está sucediendo en el colegio. (Davis, 2008)

Dependiendo de cada uno de los actores del bullying las consecuencias en los hogares podrán variar, ya que no va a ser lo mismo ver a un hijo llegar golpeado o atemorizado, que ver a un hijo con intenciones de controlar todo lo que está a su alrededor.

La familia de las víctimas, se mostrará muy preocupada por el cambio de actitud de su hijo, por que lo más probable es que la víctima también se muestre retraído en el hogar, temeroso de salir o ir a la escuela. Igualmente, como se ha indicado, la víctima hará lo posible por no asistir a la escuela y probablemente invente excusas para faltar como dolor de estómago o de cabeza.

Los padres de una víctima también se mostrarán ansiosos, no sólo por la conducta retraída de su hijo, sino también por la bajas notas y el posible fracaso escolar que podría presentar la víctima. (Barri, 2006)

Esta ansiedad generada en el entorno familiar, puede hacer del bullying sufrido por su hijo un círculo vicioso y generar conductas de abuso dentro del hogar, debido a que al verse, hasta cierto punto, indefensos frente a los agresores, todos los miembros de la familia podrían sentirse frustrados y en un determinado momento generar situaciones violentas al interior del hogar.

En el caso de la familia del agresor los efectos no necesariamente son muy distintos a los de las familias de las víctimas, una consecuencia que se repetirá, si no existe ya, es la espiral de violencia al interior del hogar. Lamentablemente en este caso los agresores, pueden convertirse en agresores en su hogar también.

El comportamiento agresivo va a estar latente en estas familias, lo cual va a generar igualmente ansiedad dentro del hogar y esto podría hacer que el agresor busque transgredir cada vez más reglas impuestas en el hogar y poco a poco los padres sentirán que no pueden controlar a su hijo y éste sea quien tome las decisiones por sí mismo.

Lamentablemente en la gran mayoría de los casos las familias se niegan a ver la realidad, sean sus hijos agresores o víctimas, y justifican las actitudes de sus hijos y las consideran incluso normales y en el caso de las víctimas con padres sobreprotectores, sentirán que simplemente deben proteger aún más a sus hijos y los padres de los agresores creerán que sus hijos no son tan malos como “les pintan” y que hay profesores que se han ensañado contra sus hijos y que por esta razón dicen que son violentos, minimizando así la actitud de sus hijos.

Aquí se puede ver nuevamente la importancia del docente en hacer comprender a los padres tanto de las víctimas, como de los agresores que las situaciones que se están viviendo en el aula no son para nada normales y que se debe hacer una intervención en la que se incluya al estudiante, al docente, a los padres y a las autoridades y así juntos poder buscar una solución, sea esta una sanción para el agresor o una protección para la víctima.

2.5 Consecuencias en la comunidad escolar

Al existir casos de bullying dentro de un centro escolar se puede saber que la comunidad escolar ya está afectada por este fenómeno. El que se hayan tomado o no medidas para contrarrestarlo es distinto.

Una comunidad escolar afectada por el bullying puede ser una comunidad que está sumida en el miedo y la impotencia de luchar contra un monstruo contra el que se siente completamente vulnerable e indefensa.

Al percibir que no existen reglas claras, todos los miembros de la comunidad son potenciales víctimas, pero sobre todo agresores, dentro de este ambiente, pues existe una percepción de que no existen límites para las acciones y actitudes violentas.

En ocasiones la ola de violencia generada por el bullying puede incluso alcanzar otro nivel y los estudiantes pueden convertirse fácilmente en agresores de los profesores.

Cuando hay casos de violencia en un centro educativo puede ser la causa de que el nivel académico sea muy bajo, lo cual es una forma muy efectiva de desmotivar a aquellos que creen que deben esforzarse para ser mejores personas y obtener un rendimiento académico favorable para su futuro.

Toda una comunidad educativa víctima de la violencia escolar puede sumirse en la indiferencia con respecto al desarrollo de valores, el respeto, el esfuerzo académico, entre otros, pues no existe la motivación necesaria para comprometerse con el desarrollo de todos los elementos de la comunidad educativa.

Nuevamente aquí se puede ver la importancia del docente para detener este camino al fracaso de una comunidad educativa, ya que si un docente denuncia la existencia de violencia escolar y se convierte en un elemento proactivo que va a aportar con ideas y actividades para enfrentar al bullying o, por lo menos, para descubrir en donde se están dando casos de bullying dentro de su comunidad escolar.

Si bien los maestros no son superhéroes que tienen poderes mágicos que les permitan resolver toda clase de problemas de violencia escolar, un grupo docente que está comprometido con el desarrollo integral de su comunidad educativa puede hacer la diferencia entre una comunidad educativa atemorizada y violenta o una comunidad educativa segura en la que se fomenta el respeto a los demás sin importar como el resto se vea.

2.6 El bullying

En septiembre de 2004 el suicidio de un joven de catorce años, Jokin Zeberio, llamó la atención ya que al investigar las causas del suicidio se descubrió que fue agredido por sus compañeros por aproximadamente un año, después de haber tenido un evento bochornoso en el colegio.

Éste, si bien es un suceso extraordinario, no es un hecho aislado ya que miles de estudiantes sufren de acoso escolar o bullying en los lugares en los que estudian, pues otros estudiantes en una situación ventajosa debido a su alta autoestima, entre otros aspectos, abusan de estudiantes que son más vulnerables y, en algunos casos, le hacen la vida imposible, ridiculizándolos, poniéndoles apodos, golpeándolos e incluso, en los casos más extremos, abusando de ellos sexualmente.

En la actualidad, en realidad aproximadamente hace treinta años, se ha "descrito" un nuevo tipo de violencia dentro de las clases de violencia que existen al interior de los centros educativos, el bullying. Éste es un tipo de violencia que si bien no es nuevo, desde ningún punto de vista, es recientemente reconocido como un tipo de violencia escolar, más común de lo que se creía y ha invadido las aulas de los centros educativos de nuestro país.

El bullying resulta un problema tan grave que incluso se puede encontrar información del mismo en libros de medicina familiar, ya que se ve al bullying como un

problema de maltrato al que pueden verse expuestos los adolescentes y el mismo que puede ser una de las causas para manifestar enfermedades, especialmente de tipo psicosomático.

El término "Bullying" fue creado por Dan Olweus, un psicólogo noruego a mediados de los años ochenta tras un profundo estudio de las conductas violentas en los centros educativos de Noruega.

No existe un consenso sobre el origen de la palabra Bullying, ya que hay autores que relacionan el término "bullying" con la palabra "bull", toro en español, pues está relacionado con el ataque que podría producir un toro. Sin embargo, otros autores creen que el origen de la palabra bullying hace referencia a la palabra holandesa "boel" que significa amante, pero que en este caso se toma al término "boel" de manera peyorativa, por que ésta es una palabra usada por proxenetas. (Losada, Losada, Alcázar, Bouso, Gómez, & Gómez-Jarabo, 2009)

Pero ¿qué es lo que diferencia al bullying de la violencia escolar común? El mismo Olweus define al bullying de la siguiente manera "Un estudiante es acosado o victimizado cuando está expuesto de manera repetitiva a acciones negativas por parte de uno o más estudiantes" (Olweus 1986, 1993)

La medicina familiar define al bullying como la conducta de persecución física y/o psicológica que realiza un alumno, o varios contra otro, al que escoge como víctima de repetidos ataques. (Semfyc, 2007)

Es importante considerar que el bullying sólo se puede dar entre iguales, es decir que tanto la víctima como el agresor tienen edades similares, están en cursos igualmente similares, por lo tanto no se puede hablar de bullying si un estudiante de tercer año de bachillerato ataca o agrede a un estudiante de octavo grado.

El bullying se da dentro del ámbito escolar, es decir, éste puede darse dentro del aula, en los patios del colegio, en los baños, a la entrada y salida del centro escolar, en el lugar de tomar los buses de transporte escolar y en el recorrido que el bus escolar realiza. También se considera bullying si es que el agresor acosa mediante llamadas o mensajes de texto, mediante el celular, fuera de los horarios de clase.

El acoso escolar puede adoptar varias formas, puede ser físico, empujones o golpes, puede incluir el uso de armas. Éste tipo de bullying es un poco más evidente en la primaria, ya que en secundaria es más fácil que se lo disfrace como otro tipo de violencia.

Puede ser verbal y emocional, cuando a la víctima se le pone apodos, se hace burla de sus diferencias físicas, se le insulta o se le ridiculice en público, éste es el tipo de bullying más común y es así mismo el más difícil de detectar ya que es muy común que

entre amigos se maltraten e insulten por lo que resulta difícil saber a quien se le está agrediendo y a quien no.

Otra forma de acoso es el bullying psicológico que es el que se da cuando, mediante el uso de amenazas o de acoso directo, se logra influir en la autoestima de la víctima, éste, por supuesto se relaciona con el bullying verbal. El acoso psicológico no necesariamente va acompañado de ataques sobre los aspectos físicos de la víctima, simplemente el acosado amenaza diciéndole a la víctima que se cuide por lo que genera un gran temor en la misma.

Finalmente, el bullying puede ser también social, éste se da cuando a la víctima se le aísla de toda actividad social dentro del grupo escolar, por ejemplo se puede observar éste tipo de bullying cuando se debe realizar tareas grupales y un estudiante suele quedarse sin grupo y ningún grupo quiere trabajar con él, o cuando hay fiestas o actividades extra curriculares y a ésta persona no se le incluye sea esto directa o indirectamente.

Un tipo de bullying, que en realidad es poco común, es el bullying sexual, incluso muchos autores no lo consideran como un tipo de acoso escolar, por ser considerado más bien un abuso de tipo físico, pero se pueda dar aunque como se dijo es poco común, éste no necesariamente incluye un acto sexual, pero puede darse de formas talvez un poco más sutiles, aunque igualmente humillantes, por ejemplo cuando a la víctima se obliga a tocar los genitales del acosador, incluso haciendo uso de la fuerza. (Elliot, 2008)

De hecho cualquier diferencia física, mental, intelectual o social puede ser considerada motivo para que una persona acose a otra, ya que la intención del acoso escolar es hacer que la víctima se sienta inferior al acosador, esto puede incluir hacer referencia incluso a su diferencia racial u orientación sexual.(Elliot, 2008)

El bullying se manifiesta con el acoso constante a las víctimas, los agresores buscan personas que sean considerados diferentes o “raros” para agredirlos. Estas agresiones pueden ser físicas, por ejemplo empujar o golpear a las víctimas, pero también pueden agredir mediante el uso de apodos, amenazas constantes o la difusión de falsos rumores sobre las víctimas.

En el bullying se reconocen tres personajes importantes que son parte del desarrollo de éste tipo de violencia: la víctima, el agresor y los testigos u observadores.

La víctima

Cualquier persona puede ser la víctima de acoso escolar, sin embargo existen algunas características comunes entre las víctimas, por ejemplo suelen ser personas con baja autoestima, poco populares, con apariencia extraña y con un lenguaje corporal generalmente torpe, a éste tipo de víctimas se las conoce como víctimas ansiosas.(Elliot, 2008)

Muchas veces su apariencia tan frágil es el motivo de ser convertido en una víctima, sin embargo en otras ocasiones las víctimas suelen ser tan irritantes y molestos con sus compañeros, de tal forma que parecería que ellos incitan a que se los agreda, esas son conocidas como víctimas provocadoras.(Elliot, 2008)

Y finalmente existe un tercer tipo de víctimas conocidas como las víctimas agresores, éste tipo de víctimas se caracterizan por que son agredidos por aquellos considerados fuertes y populares, pero son agresores de otros más vulnerables o menores.

Generalmente las víctimas provienen de hogares con padres sobreprotectores, los mismos que han transmitido su inseguridad a sus hijos. De hecho, los padres sobreprotectores pueden ser uno de los motivos por los que existen víctimas de bullying ya que pueden generar en sus hijos actitudes que sean provocativas para los agresores. Un claro ejemplo de esto sería que una madre mande al colegio a su hijo excesivamente abrigado o con una máscara blanca de protector solar, esto podría ser fácilmente utilizado para ridiculizar a esa persona.

Las víctimas experimentan un sufrimiento real del cual pueden existir consecuencias como un bajo rendimiento académico, interferencia en su desarrollo social y por lo tanto aparición de psicopatologías tan graves que incluso se podría llegar al suicidio. (Semfyc, 2007)

Los agresores

Por mucho tiempo se ha creído que el perfil de los agresores, de cualquier tipo de violencia escolar, es el de una persona con una autoestima baja y que por esto tienen la necesidad de agredir a otros, para así aliviar sus frustraciones.

Sin embargo los estudios sobre bullying han demostrado que esto no es real, si bien los agresores suelen ser personas con problemas de violencia en su hogar, estos son personas con alta autoestima, normalmente populares entre sus compañeros y con una situación de poder que les permite controlar a otras personas, sus víctimas. (Barri, 2006)

Los agresores conocen perfectamente que están abusando de su situación de poder, pero normalmente no reconocen que lo que hacen es un acoso y justifican sus

actitudes y acciones aduciendo que la víctima se lo merecía, por el simple hecho de ser distinto.

Los agresores sienten la necesidad de acosar a otros, no sólo para su satisfacción personal, sino que de alguna forma deben mantener su posición de personas fuertes dentro del grupo en el que se desenvuelven, ya que esto les trae otro tipo de beneficios, además de su situación de poder, pues pueden exigir al resto el cumplimiento de sus normas, solicitud de favores a cambio de no maltratar a quienes rodea, etc.

En algunos casos los agresores suelen tener relaciones poco afectivas con sus padres y éstos, debido a la conducta generalmente violenta, deben recurrir constantemente al castigo, incluso físico, para poner límites a las conductas de sus hijos, pero esto no es necesariamente algo común, no se debe olvidar que los agresores mantienen una buena autoestima.

Los observadores

Los observadores cumplen un papel vital dentro del bullying, si bien, no son partícipes de la violencia ni como agresores, ni como víctimas, son quienes mantienen la situación de poder del acosador o la situación de humillación de la víctima.

Son testigos de las acciones realizadas por parte del agresor hacia la víctima, y de ahí la vitalidad de su papel, ya que si se limitan a observar sin tomar ninguna acción al respecto, se convierten en cómplices del agresor y por lo tanto conforman parte del bullying que podría ser lo que acabe con la autoestima y la seguridad de la víctima.

Si los observadores apoyan a la víctima en su tragedia, pero no le incitan a denunciar a la víctima, su papel es prácticamente nulo, pero si ellos apoyan a la víctima para que denuncie o bien ellos denuncian el acoso sufrido por su compañero, su papel pasa a ser vital, ya que ésta acción puede marcar la diferencia para la víctima del bullying. (Davis, 2008)

En la mayoría de los casos los observadores no hacen nada por apoyar a las víctimas, pero esto se debe a que tienen temor de convertirse ellos también en víctimas o simplemente sufrir un ataque por el hecho de ser considerados chismosos o débiles por informar a las autoridades.

Ciberbullying

Existe otro tipo de acoso escolar que ha alcanzado las tendencias tecnológicas de la actualidad, este es el ciberbullying. Éste se da cuando la agresión por medio del acoso escolar llega a la esfera virtual y tecnológica. Consiste en que el acosador manda mensajes de texto o mails a la víctima, estos pueden contener mensajes en los que se amenace o insulte a la víctima. El ciberbullying también se puede dar en las redes sociales virtuales, como el “hi5” o el “Facebook”, aquí se puede enviar mensajes amenazantes a las víctimas directamente o se puede colocar comentarios, sean estos burlas o ridiculizaciones de la víctima para que sean vistos por todos aquellos que ingresan a estas redes.

El bullying es un problema muy grave que existe en la comunidad escolar y que ya está presente en las aulas de nuestro país y es importante que como docentes nosotros adquiramos las herramientas necesarias, no sólo para combatir este grave problema, sino también para prevenirlo si es que el mismo no ha llegado a nuestro centro educativo.

Los estudiantes miran, generalmente, a sus maestros como modelos a seguir y nosotros debemos estar comprometidos con el rol que ejercemos y para el cual nos preparamos, el de formar personas de bien, que contribuyan a nuestra sociedad con tolerancia respeto y amor y no con violencia.

La llegada a la adolescencia es un cambio importante en la vida del ser humano, pues significa el inicio del paso a la vida adulta.

Este paso es tan importante en la vida del ser humano, que muchas culturas realizan ceremonias especiales para celebrar el inicio de esta nueva vida. Estos rituales y ceremonias, conocidos como *ritos de paso*, marcan el inicio de la nueva etapa en la que poco a poco van a ser considerados adultos y por lo tanto responsables. (Gelles & Levine, 2000)

Las ceremonias de inicio de la adolescencia son muy variadas. Entre las más destacadas y extendidas en las sociedades consideradas modernas se encuentra la fiesta de quince años, que es una manera de presentación de la nueva mujer ante la sociedad, especialmente en nuestra sociedad ésta es una fiesta muy importante para las jóvenes por lo que espera que sea un acontecimiento muy sonado, ya que muchas veces de ésta dependerá su nueva situación con sus compañeras y compañeros y amigos y amigas.

Otra ceremonia muy conocida, que no necesariamente implica la realización de una fiesta, es el rito judío del Benei Mitzvá (Bar Mitzvah para los varones y Bat Mizvah para las mujeres) por el cual los niños judíos se convertirán en adultos y por lo tanto responsables de sus actos.

La Organización mundial de la salud define a la adolescencia como la etapa de la vida que transcurre desde los diez a los diecinueve años, es decir ésta inicia con la pubertad y concluye con la adultez.

Dentro de la adolescencia se reconocen dos claras etapas, la adolescencia temprana que va desde los diez a los catorce años y la adolescencia tardía que va desde los quince a los diecinueve años.

Ésta es una época cargada de cambios los mismos que afectan el desarrollo de los que se están convirtiendo en jóvenes, no se sienten niños, aunque muchas veces quisieran que se les siga tratando de esa manera, tampoco son adultos, pero quieren tomar las riendas de su propia vida y hacer lo que ellos quisieran, pero no son concientes del todo de la responsabilidad que ello implica.

Es un estado confuso, molesto, una etapa que se quiere vivir al máximo, pero vivirlo rápido, para poder ser considerado un adulto y poder tomar las decisiones por sí mismo, sin intervención de otros, sin tener que pedir permiso a nadie.

3.1 Características Físicas

Probablemente uno de los cambios más drásticos a los que se enfrenta el adolescente es el cambio físico que se produce en su cuerpo que se transforma, paulatinamente, del de un niño al de un adulto. Éste es un proceso que demorará algunos años para llegar a su forma definitiva, sin embargo en el trayecto el adolescente tendrá que luchar por acostumbrarse a la nueva forma de su cuerpo e ir aceptándolo tal cual es.

Los cambios físicos que se dan en la adolescencia tienen su inicio con el conocido "estirón del crecimiento", un aumento en la tasa de crecimiento, éste se presenta en ambos sexos, empezando a los diez u once años en las mujeres y a los doce o trece en los varones, este aspecto es generalmente muy evidente ya que al inicio de la adolescencia las niñas suelen ser más altas que los niños, sin embargo al finalizar la adolescencia los hombres son más altos que las mujeres.(Baron, 1996)

Este estirón del crecimiento es lo que hace que a menudo los adolescentes se vean torpes y poco cuidadosos, parece que no tuvieran conciencia de su cuerpo, del tamaño del mismo, por lo que se puede ver que se golpean contra todo lo que está en su paso. Se inicia con el agrandamiento de las manos, los pies, las piernas y los brazos, dando al adolescente un aspecto estirado y delgado. Posteriormente se da el crecimiento del tórax y así el cuerpo recupera su proporción, finalmente los hombres adquieren más masa muscular en el tórax y sus hombros se hacen más anchos y en las mujeres se da un ensanchamiento de caderas dando a la mujer un aspecto más femenino.

También se da un cambio importante en la cara del adolescente la nariz y el mentón se hacen más prominentes y los labios se engrosan. Al darse un aumento en las glándulas sebáceas del rostro se da la aparición(Morris & Maisto, 2001, p. 413) de acné.

Además de este aumento de tamaño, se producen otros cambios internos los mismo que están relacionados con la madurez sexual, lo que es quizá unos de los signos más evidentes de que un niño ha iniciado su adolescencia.

Durante la adolescencia las gónadas o glándulas sexuales producen mayor cantidad de hormonas sexuales, las mismas que son responsables de los cambios físicos que se van a dar en el cuerpo del adolescente. En las mujeres aparece la menarquia, la primera menstruación, y en los hombres se da un aumento en el tamaño del pene, los testículos y el escroto y comienzan a producir esperma, estos cambios se conocen como características sexuales primarias.

También se dan otros cambios mucho más evidentes, se presentan las características sexuales secundarias, que en las mujeres se manifiesta con el crecimiento de los senos, el ensanchamiento de caderas y aumento del grosor de los muslos, mientras que en los varones se da un ensanchamiento de los hombros, el apareamiento de vello facial. Tanto en hombres, como mujeres se dan cambios en la voz, en la textura

de la piel que se vuelve más grasosa y puede aparecer el acné, además del apareamiento de vello púbico y axilar.

Todos estos cambios se dan tarde o temprano, pero puede iniciar más temprano o más tarde dependiendo de cada individuo. Por ejemplo, existen estudios que han relacionado un alto porcentaje de grasa corporal con una menarquia más temprana, mientras que si hay un mayor nivel de ejercicio ella se puede retardar algunos años.

Estos cambios los vivirán todos los adolescentes, los mismos que les pueden provocar frustración y confusión, para muchos de ellos serán agradables y los recibirán de buena forma, para otros serán cambios duros e incluso querrán ocultarlos al resto de personas.

Por lo tanto el apoyo positivo de la familia en el desarrollo de esta etapa es muy importante, ya que el adolescente se sentirá más cómodo si la familia asume ésta época con naturalidad y cariño.

3.2 Características Psicológicas

Los cambios que se dan en esta etapa no se restringen al campo físico, hay gran cantidad de cambios psicológicos en los adolescentes, los cuales van desde la forma en la que aprenden y como perciben el mundo, como se ven socialmente y cuales son sus emociones.

Existen cambios a nivel cognoscitivo, éstos son parte de lo que hace a la adolescencia muy características y distinta de otras etapas del desarrollo de los humanos, ya que, según Piaget, los adolescentes comienzan a mostrar más habilidades lógicas como evaluar las afirmaciones verbales y razonar deductivamente, también existe una clara diferenciación de lo imaginario y lo real. Así mismo existe una fuerte tendencia al egocentrismo, creyendo que su opinión es la única correcta, la misma que puede ser una parte de todos los conflictos con los que los adolescentes deben lidiar en su cambiante vida. (Baron, 1996)

Según algunos teóricos los jóvenes no suelen ser capaces de diferenciar su pensamiento del de otras personas, por lo que asumen ideas de otros como propias lo que los lleva a pensar que son el centro de atención, creyendo que tanto sus pensamientos como son sus sentimientos son únicos y que nadie más en el mundo los tiene, contribuyendo aún más a este egocentrismo creciente.

Entre los adolescentes también existe la tendencia a pensar que son invulnerables y que sus acciones probablemente no tendrán mayores consecuencias, por lo que algunos tienden a ser temerarios. Esto está asociado a que los jóvenes se ven en la necesidad de encajar socialmente por lo que son capaces de realizar acciones, que

normalmente no las harían, ya que es la mejor forma de encajar en un grupo o incluso de poder ingresar o ser parte de uno y así evitar el duro rechazo de sus semejantes.(Morris & Maisto, 2001)

Otros cambios importantes que se dan en la adolescencia son en sus emociones. La mayoría de estudios ha demostrado que la gran mayoría de adolescentes tiene una tendencia a cambiar de estado de ánimo con mucha facilidad y con mucha frecuencia. De hecho estos cambios en el estado de ánimo de un adolescente pueden ocurrir únicamente en minutos.

Esto, por supuesto no quiere decir que los éstos vivan una vida llena de angustia e inconformidad, de hecho los estudios confirman que la mayoría de los adolescentes disfrutan de esta etapa de sus vida y dicen sentirse felices(Baron, 1996), y esto por supuesto no tiene que contraponerse a la idea de un ánimo cambiante.

Durante este período las relaciones sociales cobran especial importancia, hasta antes de entrar en este período las relaciones familiares resultan vitales, los padres y demás familiares son muy importantes en el desarrollo de los infantes, pero al entrar en la adolescencia las relaciones con sus pares se convierten en una parte muy importante de su vida.

Las relaciones de amistad, ya sea con miembros del mismo sexo o del sexo opuesto, son cada vez más importantes para el los chicos de esta edad, no sólo por establecer lazos de amistad, sino también en un determinado momento, relaciones románticas y sexuales, ya que no debemos olvidar que ellos también están atravesando por una etapa de madurez sexual.(Baron, 1996)

El establecimiento de relaciones de amistad es importante durante el desarrollo de los adolescentes debido a que esto les permite adquirir habilidades sociales importantes, las mismas que les permitirán establecer mejores relaciones durante su vida adulta. También desarrollan una capacidad para la intimidad para compartir sus sentimientos íntimos con otra persona.(Baron, 1996)

Desde el aspecto psicológico los cambios más importantes son los siguientes:

- Lograr una independencia de sus padres, primero de tipo emocional y después de tipo social, ya que esta época se caracteriza por la búsqueda de autonomía y libertad.
- Lucha por lograr una identidad, una personalidad propia, para esto se valen de símbolos externos como el uso de determinadas apariencias físicas, formas de vestir, hábitos, imitación de ídolos.

- Lograr una adecuada relación con el sexo opuesto y a la vez aprender a controlar sus sentimientos y deseos sexuales de acuerdo a los parámetros aceptados socialmente.
- Aumento de la capacidad de tener pensamientos abstractos, creando una complejidad en sus intereses, por lo que temas como la política, la religión pasan a ser parte importante de sus pensamientos.
- interés en mantener una relación estable con sus iguales, esto se convierte en un objetivo primordial.
- Lograr una autoimagen y autoestima aceptando los cambios que se producen.
- Desarrollo de una capacidad de controlar sus estados de ánimo, los cuales son muy cambiantes.(Meneghello, 1991, p. 126)

Los cambios sociales son aquellos en los que un individuo cambia su situación o status en la sociedad y su rol en la misma.

Entre los cambios sociales que se dan en esta etapa de la vida está la adquisición de responsabilidades y de derechos, ya que el adolescente se integra a la sociedad como un individuo independiente, sin embargo estos cambios sociales van a variar de acuerdo a la cultura en la que se desarrolle el adolescente. Por ejemplo en muchas culturas un adolescente, hombre o mujer, al entrar en esta etapa va a tener la posibilidad, y en algunos casos la obligación de tener una pareja y casarse y deberá engendrar hijos lo antes posible.(Meneghello, 1991, p. 127)

2.3 Comportamiento de los adolescentes entre 12 y 14 años

Como se ha dicho anteriormente la adolescencia es una etapa llena de cambios, frustraciones, felicidad y confusión. Pero es una época por la que todas las personas deberán pasar para poder convertirse en adultos.

En este período de transición, como también se ha indicado, las relaciones sociales son muy importantes, pero éstas no se refieren únicamente a las relaciones con el resto, sino también a las relaciones con uno mismo.

Durante esta etapa los jóvenes pasan por un proceso muy importante, el cual les podría acompañar el resto de su vida, la formación de una identidad propia. Esto probablemente se vea reflejado en el comportamiento de los adolescentes, ya que en la búsqueda de una identidad, van imitando modelos que les resulten atractivos y es común verlos con distintas actitudes, posturas, ideas e incluso vestimentas.

Estos cambios que el resto percibe pueden y suelen ser tomados por confusión, pero ellos no se encuentran confundidos, simplemente están buscando una identidad para su ser, lo cual se refleja en su comportamiento.

Esta búsqueda de una identidad hará que los jóvenes no sólo se presenten de distintas formas, sino que también irán probando sus límites con otras personas, especialmente aquellos que representan autoridad, pero esto no necesariamente se trata de un asunto de rebeldía, simplemente desean y necesitan saber hasta donde pueden llegar y dependiendo de los límites que encuentren también formarán su personalidad.

La adolescencia es un período extremadamente importante en el desarrollo de una persona, como se ha manifestado, éste es un período lleno de cambios y transformaciones, las mismas que pueden resultar confusas y difíciles de afrontar, para los que se convierten en adolescentes, pero más para aquellos que los rodean especialmente a sus padres.

La óptica con la que ven los adultos éste período, hace pensar que es completamente conflictivo, sin embargo para el adolescente no resulta tanto así. Si bien los chicos deben aprender a lidiar con su nuevo cuerpo, su nueva personalidad, sus deseos y sus impulsos, es una época de gran aprendizaje y felicidad para ellos.(Meneghello, 1991)

Si bien existe cierto desequilibrio que el joven experimenta, debido a los cambios que se dan, quienes más contribuyen a esta situación de estrés son los padres pues se sienten angustiados por la cantidad de cambios, de tipo físico, psicológico, social y de comportamiento, que tienen sus hijos. Esto se debe, en la mayoría de casos, a que los padres no aceptan fácilmente el nuevo status de sus hijos, pues creen que están cambiados, ya que aún sienten que pueden tratarlos como a niños.(Meneghello, 1991)

A los padres les resulta complicado aceptar la autonomía e independencia de sus hijos pues existe una falta de confianza en cómo ellos utilizarán el tiempo que ahora tienen y quieren usarlo sin la compañía de sus padres, por lo que se pueden iniciar algunos conflictos en el seno familiar y los adolescentes se mostrarán rebeldes y sus padres dirán que han llegado a, como se conoce en nuestro medio, la famosa “edad del burro”.

Como se ha mencionado este importante período en la vida de las personas no necesariamente es un período de tormento y sufrimiento, sin embargo existe un elemento importante que puede hacer que éste resulte un poco difícil, más que conflictivo, y éste es la imagen estereotipada de un adolescente que presentan los medios de comunicación.

La influencia de los medios de comunicación en su desarrollo es muy fuerte, ya que ésta puede ir más allá incluso que la influencia de sus pares, pues los jóvenes

sienten que tienen la obligación de ver, sentir y actuar como los adolescentes que presentan los programas de televisión.

Esta obligación de encajar en un estereotipo puede ser la que genere un nivel de estrés en el adolescente y puede ser la razón por la que muchos de ellos cambien drásticamente su personalidad, su comportamiento, sus gustos y sus sentimientos, convirtiéndose en aquello que los padres temen, un chico rebelde, que no se enfrenta precisamente a sus padres se enfrenta a sí mismo y esto le cuesta, pues no necesariamente está procediendo de acuerdo a lo presentado por los medios de comunicación.

Lastimosamente la influencia de los medios de comunicación en los jóvenes no siempre es sana, pues presenta un estereotipo físico de cómo debe verse un adolescente y los valores de la actualidad apuntan a que se debe ser delgado y vestirse de acuerdo a las tendencias de la moda, lo cual genera demasiadas preocupaciones en algunos y esto podría provocar problemas en los mismos y uno de los más graves y comunes, que derivan de la influencia de los medios de comunicación, son los trastornos alimenticios que los adolescentes presentan y estos son la bulimia y la anorexia.

La anorexia y la bulimia son problemas que presentan en su mayoría las mujeres adolescentes, pero no es exclusivo, más bien esto se podría deber a que existe una mayor influencia de los medios de comunicación sobre la imagen de la mujer adolescente.

En el caso de los varones es más difícil que experimenten problemas de bulimia y anorexia, influenciados por los medios de comunicación, sin embargo ellos se enfrentan al estereotipo del hombre fornido, lleno de vello facial y además valiente, por lo tanto muchos de ellos se ven afectados al no encajar en éste y se pueden generar situaciones de estrés.

Si los jóvenes no aprenden a enfrentar este estrés, se podrían generar muchos problemas que podrían afectar gravemente su autoestima y hacer que se aislen y no vivan una vida considerada normal.

Se debe prestar mucha atención a los problemas de autoestima, sean éstos generados o no por los medios de comunicación, ya que éstos pueden hacer que los chicos se conviertan en personas agresivas o víctimas de maltrato de sus iguales y esto se convierta en una situación más grave que pueda incluso llevar al suicidio.

Los docentes deben ser un apoyo para que los adolescentes vivan esta etapa de una forma armónica y tranquila, sintiendo que sus cambios son normales y que además deben disfrutar de este período. Los maestros deben dar apoyo, comprensión y guía a

estas personas que están formando su personalidad, para que ellos puedan elegir el camino correcto hacia una madurez con valores y amor.

CAPÍTULO IV LA PROPUESTA

DISEÑO DE UN MANUAL DIRIGIDO A DOCENTES DE OCTAVO Y NOVENO DE BÁSICA PARA DETECTAR EL BULLYING DENTRO DEL AULA.

Como se puede ver, el rol del docente para que haya bullying o no en un aula o en un centro educativo es crucial, por lo tanto se ha considerado necesario la elaboración de un manual para docentes que le permita conocer mejor que es el bullying, como se da, quienes son los involucrados y, sobretodo proporcionarles herramientas para que pueda trabajar en prevención del bullying, o estrategias que le permitan detectar los posibles casos de bullying y qué hacer cuando éste ya se ha presentado en un centro escolar.

El manual se centra en los conceptos básicos de qué es el bullying y qué no es bullying y cuáles son sus características básicas, luego presenta los perfiles de los elementos del bullying, el perfil de las víctimas, de los agresores y de los observadores o testigos y finalmente plantea una serie de actividades y estrategias que le permitan al docente trabajar en la prevención y erradicación del bullying en las aulas y en los centros escolares.

Este manual tiene como objetivo hacer que el maestro se sienta más seguro sobre qué es lo que puede hacer para combatir el bullying en su centro educativo, por supuesto no se puede pretender que el mismo sea una solución para eliminar instantáneamente el bullying de las aulas, ya que es fácil saber que ésto no es tan sencillo pues no sólo se debe luchar con la violencia en las aulas y los centros educativos, sino contra la violencia en toda la sociedad.

Es importante también reconocer que no todas las actividades y no todas las estrategias son aplicables para todos los grupos por lo que antes de cada actividad se da una explicación de cómo se los puede trabajar, y siendo el maestro quien mejor conoce al grupo podrá escoger e incluso adaptar las actividades para sus distintos grupos.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

- La violencia es un grave problema que sufren las sociedades actuales, debe haber un mayor compromiso de todas las personas para hacer del mundo un lugar más pacífico y lo que los docentes hagan por apoyar a la solución de este grave problema puede ayudar en gran parte a que al menos aquellos con los que convivimos diariamente tengan otra visión del mundo.
- El bullying es un grave problema que se da, cada vez con más fuerza y frecuencia, en los centros educativos de nuestro país. La mejor forma de evitar que éste problema siga avanzando es la prevención y la mejor forma de prevenirlo, y a la vez atacarlo, es mediante el ejercicio de la tolerancia y el respeto.
- Los docentes debemos ser quienes hagamos del respeto y la tolerancia una práctica diaria, debemos educar en valores a nuestros estudiantes y demostrarles que esa es la mejor forma de vivir armónicamente, no debemos ser profesores de una materia, es nuestro deber, además de enseñar una materia, dar a nuestros estudiantes una educación que apunte a mejorar las relaciones entre las personas.
- Los maestros deben observar analíticamente a sus grupos pues muchas veces creemos que ciertos juegos que hacen los estudiantes son “simplemente juegos” pero pueden ser indicadores de que algo está sucediendo.
- La actitud de los profesores hacia los estudiantes debe ser siempre abierta, las víctimas de acoso solo hablarán cuando sientan que si hablan con su profesor éste va a buscar una forma de ayudarlos y así detener el acoso de que pueden ser víctimas.
- Antes de realizar cualquiera de las actividades propuestas en el manual se debe trabajar en la convivencia armónica y pacífica, si no éstas no darán resultado.
- Debe existir colaboración entre los docentes para que las acciones que se tomen en contra del bullying den resultado pues si sólo un docente no colabora o no se siente involucrado, éste no se detendrá, pues los estudiantes sabrán fácilmente con quién pueden tener actitudes agresivas y con quién no.
- Aunque es muy difícil, el profesor debe tratar siempre de ser imparcial en los problemas que tienen los estudiantes entre ellos. Antes de dar la razón a un estudiante es importante que se escuche las dos partes afectadas, pues si

bien muchos estudiantes atentan contra sus compañeros, sin que ésto esté justificado, en ocasiones se debe a una reacción pues ellos fueron agredidos primero.

BIBLIOGRAFÍA

(n.d.). From <http://heroworkshop.files.wordpress>.

Cisneros, D. G., & Gallegos G., R. (2010). *BRECHA GENERACIONAL Estudiantes y adultos dos miradas distintas sobre la realidad*. Quito: Fundación Hernán Malo.

Losada, R., Losada, N., Alcázar, M., Bouso, J., Gómez, & Gómez-Jarabo, G. (2009). *Acoso Escolar: desde la sensibilización social a una propuesta de intervención. Reflexiones desde la legislación española*. Retrieved 2009 from <http://dialnet.unirioja.es/servlet/oaiart?codigo=2888550>

Baron, R. A. (1996). *Psicología* (3ª edición ed.). Juárez, México: Prentice - Hall.

Barri, F. (2006). *SOS BULLYING prevenir el acoso escolar y mejorar la convivencia* (1ª edición ed.). Madrid: Praxis.

Beane, A. L. (2006). *Bullying aulas libres de acoso* (1ª edición ed.). Barcelona: Editorial GRAÓ.

Davis, S. (2008). *Crecer sin miedo. Estrategias positivas para controlar el acoso escolar o bullying*. Bogotá: Grupo Editorial Norma.

definición.de. (2008). *definición.de*. Retrieved 13 de Octubre de 2009 from [definición.de: http://definicion.de](http://definicion.de)

Elliot, M. (2008). *intimidación. Una guía práctica para combatir el miedo en las aulas* (1ª edición ed.). México: Fondo de Cultura Económica.

Gelles, R. J., & Levine, A. (2000). *Sociología con aplicaciones en países de habla hispana* (6ª edición ed.). México: McGraw-Hill.

Martos, A. (n.d.). *mobbingopinion*. From http://mobbinopinion.bpweb.net/artman/publish/article_682.shtml

Meneghello, J. (1991). *Pediatría* (4ª edición ed., Vol. I). Santiago: Publicaciones Técnicas Mediterráneo.

Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2010). *Ministerio de Salud Pública del Ecuador*. Retrieved 2010 from <http://www.msp.gov.ec>

Morris, C. G., & Maisto, A. (2001). *Psicología* (10ª edición ed.). México: Prentice Hall, Pearson Educación.

Organización Mundial de la Salud. (2006). *Ministerio de Sanidad y Política social*. From www.msc.es/profesionales/saludPublica/prevPromoción/alcoholViolencia.htm

Organización Panamericana de la Salud. (2003). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Washington D. C.

Organización Panamericana de la Salud. (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud: Resumen*. Washington D.C.: Biblioteca de la OPS.

slideshare. (n.d.). From www.slideshare.net/guestf4d75/violencia-psicologica

Semfyc. (2007). *Tratado de Medicina de Familia y Comunitaria* (1ª edición ed.). (V. Casado, S. Calero, F. Cordón, E. De Serdio, M. Ezquerro, M. Gálvez, et al., Eds.) Barcelona: Semfyc ediciones.

**MANUAL DIRIGIDO A DOCENTES DE OCTAVO Y
NOVENO DE BÁSICA PARA DETECTAR EL
BULLYING DENTRO DEL AULA.**



<http://heroworkshop.files.wordpress.com/2008/04/bully7.jpg>

AL DOCENTE:

El bullying es un problema muy común que se da en los centros educativos, en donde una persona, en una situación de poder, acosa a otros, ya sea insultándolos o golpeándolos y generando en la víctima temor.

El bullying afecta a todas las clases sociales y se da por igual en niños y niñas, aunque en el caso de las mujeres el tipo de violencia que más se da es la violencia psicológica, mientras que en los hombres es más violencia física.

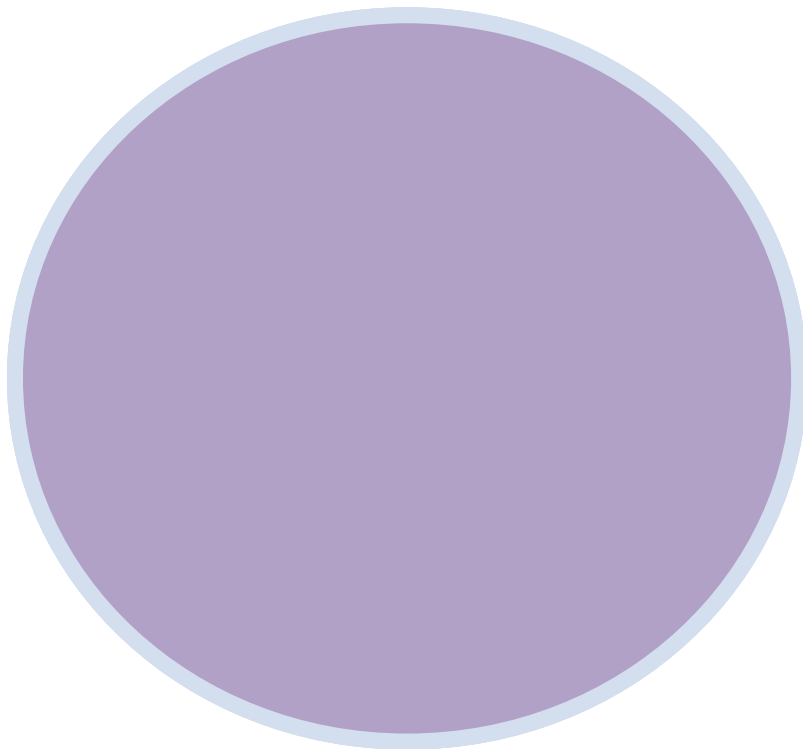
“El bullying es una forma de interacción social – no necesariamente duradera – en la que un individuo más dominante (el agresor) exhibe un comportamiento agresivo que pretende, y de hecho logra causar angustia a un individuo menos dominante (la víctima). El comportamiento agresivo puede tomar la forma de un ataque físico y/o verbal directo o indirecto. En la interacción, pueden participar más de una víctima.”(Davis, 2008)


El presente trabajo está dedicado a todos los educadores que deseen tener una herramienta útil en el aula para aprender a detectar el bullying y en caso de ya haberse dado este problema, se le sugiere algunas estrategias para tratar de mejorar el mismo y así el trabajo en el aula sea más productivo tanto para el docente como para los estudiantes.

1. EL BULLYING




*expuesto
a más*





"Una persona es objeto o víctima de acoso escolar o bullying cuando se ve expuesta, reiteradamente y a lo largo de un tiempo, a acciones negativas por parte de otra u otras personas" (Beane, 2006)

"Se trata de un acoso sistemático que se produce reiteradamente en el tiempo por parte de uno o varios acosadores a una o varias víctimas." (Barri, 2006)



Causas para que se de Bullying

La violencia reinante en el mundo podría ser considerada la principal causa para todo suceso violento que se da en los centros educativos.

- ✓ Excesiva violencia de los medios de comunicación, especialmente de la televisión
- ✓ Falta de valores y respeto en las sociedades
- ✓ Modelos educativos que solo castigan las actitudes violentas y no se elogian las buenas
- ✓ Permisividad ante las actitudes violentas en los colegios
- ✓ Falta de sanciones claras ante actos de violencia
- ✓ Actitud indiferente del profesor ante la violencia
- ✓ Falta de reglas claras tanto en los colegios como en los hogares
- ✓ Poca colaboración entre docentes para mantener ambientes disciplinados en las aulas
- ✓ Poca comunicación de los estudiantes con sus docentes y sus padres
- ✓ Falta de apoyo a las instituciones por parte de los padres

Tipos de bullying

	Verbal	Físico
<p>Bullying Directo: es aquel en que se enfrentan directamente la víctima y el agresor.</p>	<p>Apodos: poner cualquier clase de apodos que estén relacionados con la condición física de la víctima.</p> <p>Abuso verbal: insultar a la víctima o amenazarla.</p> <p>Ridiculizaciones: destacar aspectos negativos ya sea del físico o de la forma de ser de la víctima</p>	<p>Ataque físico: el agresor puede golpear, rasguñar, patear a la víctima</p>
<p>Bullying Indirecto: es aquel en el que el acosador actúa contra la víctima, pero a sus espaldas.</p>	<p>Difundir rumores: se da especialmente entre mujeres, el agresor inventa rumores sobre la víctima.</p> <p>Ridiculización a espaldas de la víctima: imitación del comportamiento de la víctima.</p>	<p>Daño de pertenencias de la víctima.</p> <p>Exclusión grupal: los acosadores excluyen a las víctimas negándoles la inserción al grupo.</p>

(Elliot, 2008)

Ciberbullying

Término usado para designar al acoso que se puede hacer a alguien a través del uso del ciberespacio o de tecnologías acordes como el uso de celulares, cámaras fotográficas digitales y filmadoras.

En Internet, en las redes sociales virtuales, como facebook, hi5, messenger, el bullying puede darse a través de la publicación de imágenes y comentarios que tienen como objetivo acosar a la víctima.



Los celulares son usados para enviar mensajes de amenaza o para insultar a las víctimas, mediante el envío de mensajes.

¿Dónde se produce el bullying?

El bullying se produce al interior de los centros educativos, pero no son los únicos lugares donde éste puede darse.

También puede darse en:

- en las aula
- los baños
- los pasillos
- la entrada o salida del colegio
- el sitio donde se toma los buses
- los alrededores del colegio.

Dentro del aula es difícil percibir al bullying, ya que el acosador debe procurar que el profesor no se de cuenta de lo que está sucediendo. La actitud del profesor puede contribuir a que se den situaciones de bullying, por ejemplo al llamarla atención públicamente a un estudiante. (Barri, 2006)

¿QUÉ NO ES BULLYING?

El bullying es un problema muy serio, por lo tanto no se debe menospreciar ningún indicio de que éste está sucediendo, ya que lo que hace un profesor puede ser la clave entre que un estudiante sea acosado o no.

- El bullying no sirve para templar al cuerpo y la mente, el hecho de que una persona deba vivir constantemente acosado y amedrentado por otra persona no le va a ser una persona con un carácter más fuerte.
- El bullying no es parte de la adolescencia y no es un paso obligado para madurar.
- El bullying no son juegos de chicos que acaban cuando los estudiantes salen de las clases.
- El bullying no son bromas que no afectan a nadie y que son solo para pasar un buen rato entre amigos.
- El bullying no hace que las víctimas quieran aprender algún deporte o artes marciales para defenderse y luego ser los héroes.

Una historia sobre el bullying:

El 20 de abril de 1999 en la comunidad de Columbine, Colorado en Estados Unidos, dos jóvenes, Erik Harris y Dylan Klebold estudiantes del Instituto Columbine entraron a su escuela armados con pistolas de grueso calibre y mataron a doce estudiantes y un profesor y posteriormente se suicidaron. Uno de ellos antes de suicidarse dijo “Eso es lo que se merecen por la manera como nos trataron”.

Esto parecería un caso grave de violencia escolar en donde dos adolescentes descargan toda su ira contra la sociedad y contra sus compañeros, sin embargo existe un grave trasfondo en esta historia. Estos dos estudiantes fueron víctimas del acoso social que sus compañeros les hicieron durante un largo período, ya que ellos eran aislados por ser considerados raro por su forma de vestir y por el tipo de música que escuchaban.

Consecuencias del bullying

Cuando el bullying a invadido un centro educativo las consecuencias pueden ser muy graves, ya que no sólo las víctimas de bullying son las perjudicadas si no toda la comunidad educativa.

- Dominio del más fuerte
- Menores oportunidades para los estudiantes considerados “débiles”
- Indisciplina constante
- Bajo nivel académico, ya que la mayoría de los estudiantes va a estar más preocupados en protegerse que en estudiar.
- Profesores en riesgo de también ser agredidos
- En casos extremos, se corre el grave riesgo de muerte, como sucedió con los estudiantes de Columbine que mataron a sus compañeros y luego se suicidaron

¿Qué no funciona cuando hay bullying?

Existen muchas estrategias que se pueden usar para poder resolver los conflictos de acoso escolar, sin embargo tanto docentes como directivos deben tener muy claro que es lo que no funciona para parar el bullying o que es lo que puede empeorar las situaciones.

La siguiente lista puede ayudar a saber **QUE NO SE DEBE HACER** ante la presencia del bullying

- ⇒ Ignorar que hay situaciones de acoso escolar
- ⇒ Tener reglas y no cumplirlas.
- ⇒ Tener reglas ambiguas o que son difíciles de cumplir, ya sean dentro del aula o como parte de las reglas disciplinarias de la institución.
- ⇒ Ser inconsistente en el uso de sanciones o sancionar sólo a algunos de los infractores.
- ⇒ Aplicar castigos sin apegarse al reglamento.
- ⇒ Creer que las situaciones de bullying deben ser resueltas por los padres.

⇒ No creer a los estudiantes cuando nos han confesado que se sienten intimidados por alguien.

Los docentes y el bullying

RECUERDE:

El rol que cumple usted dentro del bullying es crucial, usted puede ser la causa para que el bullying se de dentro de su aula y puede ser el freno a todo tipo de acoso, todo depende de la actitud que usted tenga frente al acoso escolar.

La actitud del maestro es crucial por qué:

- Es quién mejor conoce a los estudiantes
- Reconocen fácilmente las conductas en sus estudiantes
- Pueden reconocer a estudiantes conflictivos, provocadores o tímidos con mayor facilidad
- Es quien puede detectar situaciones de bullying en el aula
- Es en quien los estudiantes más confían
- El es quien demuestra que debe haber justicia
- Es una persona a quien muchos estudiantes imitan y admiran.

Si por el contrario el maestro demuestra una actitud poco tolerante y poco respetuosa, hacia los estudiantes y hacia sus propios colegas, no solo que estará abriendo la puerta al bullying, sino que incluso se hará un cómplice.

Por esta razón el maestro debe **siempre**

- Tener una actitud abierta a las inquietudes de los estudiantes
- Ser un modelo de tolerancia y respeto
- Demostrar una actitud completamente cortante con respecto a la violencia
- No permitir que los estudiantes se pongan sobre nombres
- JAMÁS permitir que los estudiantes se agredan física o verbalmente.
- JAMÁS hacer comentarios que descalifiquen a un estudiante
- Llamar la atención a los estudiantes con criticas constructivas
- JAMÁS hablar mal de un estudiante

Los profesores, por supuesto, como cualquier ser humano no pueden congeniar con todos las personas, y en un grupo de estudiantes pueden existir personas con las que no se tenga empatía, pero ahí justamente radica el valor del docente con la capacidad de tolerar y respetar a una persona.

Muchas veces los estudiantes intentarán provocar al profesor para sacarlo de sus casillas y poder observar su reacción, pero el profesor no debe ceder y jamás perder la paciencia, pues como se ha insistido el profesor es un modelo y referente para el estudiante.

Los profesores también pueden ayudar a la resolución de los conflictos que se puedan generar en el aula, deben ser mediadores de las discusiones y NUNCA tomar partido a favor o en contra de un estudiante, incluso si ha hallado culpable a uno de ellos, pues no se debe dejar de ser modelo de respeto y tolerancia.

Cuando estemos frente a un caso de bullying debemos tomar cartas en el asunto inmediatamente y no tratar de consolar a las víctimas diciéndoles que sean

valientes o que no sean exagerados, o que no hagan caso que su acosador pronto se va a cansar. No debemos esperar a que suceda algo más grave, pues un estudiante que verbaliza su temor por el acoso de otro compañero es cuando el asunto se está haciendo más grave, al punto en que existe la necesidad de ayuda.

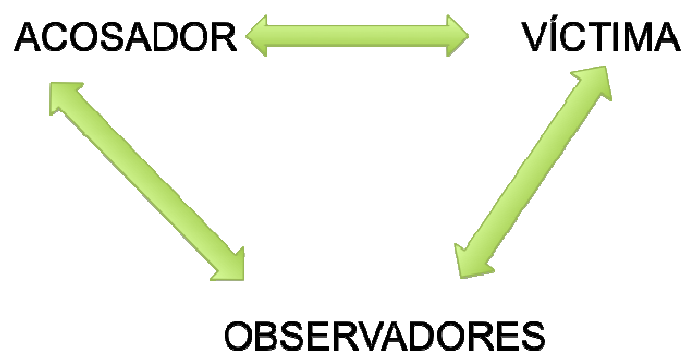
Igualmente no se debe atacar al agresor directamente se debe buscar la forma en la que el agresor reconozca sus errores y ayudarlo en la resolución de sus conflictos personales y si es necesario concertar citas con sus padres para hablar de la importancia de vivir en un ambiente libre de violencia.

Si es necesario se debería invertir parte del tiempo de clases en el trabajo para prevenir el bullying, imaginando situaciones en las que se puede dar acoso entre estudiantes, haciendo a los estudiantes reflexionar sobre la gravedad de este problema y como se puede llegar a solucionarlo si todos son partícipes del respeto y tolerancia.

Recuerde que usted es una parte importante en la resolución de los conflictos que se den en el aula y que con su trabajo se puede incluso evitar el bullying en los centros educativos.

2. ELEMENTOS DEL BULLYING

Dentro del desarrollo de lo que es el acoso escolar existen tres elementos importantes que intervienen en las situaciones de acoso. Estos son los acosadores, las víctimas y los observadores. Todos ellos son parte del bullying y todos cumplen un rol determinante en este problema.



PERFIL DEL ACOSADOR O BULLY

Se conoce como acosador o bully a la persona que realiza el acoso a una víctima.

Los acosadores son *generalmente*:

- Estudiantes conflictivos y agresivos
- Suelen tener carencias afectivas especialmente a nivel familiar
- Pueden ser personas con complejos o inseguridades
- Suelen carecer de habilidades sociales para interactuar en relaciones grupales ó
- Suelen ser personas con una alta autoestima, la cual justamente le permite maltratar a los demás pues se siente un ser superior.(Barri, 2006)

- Proviene de hogares en los que se dan episodios de violencia, ya sea entre padres, de padres a hijos o entre hermanos.
- Proviene de familias que pasan muy poco tiempo “en familia” o padres que pasan mucho tiempo fuera de casa y no necesariamente provienen de un hogar de padres divorciados.
- Son hábiles usando la violencia física o psicológica y crean relaciones de dominación – sumisión con sus víctimas. (Barri, 2006)

Los acosadores disfrutan del poder que tienen sobre sus víctimas y se satisfacen haciendo daño a sus víctimas y generando en las mismas una situación incómoda o dolorosa.(Davis, 2008)

Los agresores tienden a minimizar la importancia de sus acciones o echan la culpa a los comportamientos de los demás, se escudan en que una persona merecía ser agredida por que no se comporta de forma normal, no se viste a la moda, no está dentro de los parámetros que se consideran normales para ellos.

Los bullies no atacan a cualquier persona, ellos eligen a sus víctimas, éstas son preferiblemente personas con una autoestima baja, con defectos físicos, son muy delgados o tienen sobrepeso, usan lentes o correctores dentales, o son personas con pocas habilidades sociales y con pocos amigos.



<http://www.sscardinals.org/dc/DCcounselor/bully.jpg>

Los acosadores mantienen su nivel de superioridad en gran parte por su alta autoestima, pero también gracias al resto de personas, especialmente de las mismas víctimas, ya que estos últimos creen que los bullies tienen un mejor estatus social, que son más fuertes y son más poderosos.



Las niñas también hacen bullying

Las niñas suelen practicar el acoso social, ya sea excluyendo, “descolando” a la víctima de cualquier actividad, especialmente de aquellas de tipo social o difundiendo rumores, reales o falsos, de las víctimas.



<http://sp.life123.com/bm.pix/bullying.s600x600.jpg>

El bullying también tiene consecuencias negativas para los agresores pues son un peligro para ellos mismos, ya que por su perfil agresivo, pueden desarrollar, en su vida adulta una conducta cada vez más peligrosa y convertirse en delincuentes.

Más datos...

- Un estudio realizado en 1996 determinó que uno de cada ocho niños que hayan intimidado a la edad de ocho años tiene la probabilidad de tener antecedentes criminales a los 30 años. (Davis, 2008)

- Los agresores son más propensos a abusar de sustancias dañinas como el alcohol, y las drogas, por lo que pueden verse involucrados en actos vandálicos, peleas callejeras y también cuando forman sus propios hogares siguen manteniendo esta tendencia violenta y pueden maltratar a su pareja y sus hijos.

- El acoso escolar afecta a unos 5 millones de estudiantes de primaria y primeros cursos de secundaria en Estados Unidos.

PERFIL DE LA VÍCTIMA

Las víctimas del bullying son los blancos de los ataques de los bullies, estas personas generalmente carecen de confianza en sí mismas.

Existen dos tipos de víctimas:

Victimas Activas	Victimas pasivas
<ul style="list-style-type: none">- Aunque no son populares, si tienen un grupo de amigos- Son hiperactivos- No necesariamente tienen baja autoestima- Hacen bromas pesadas o fuera de lugar- Su comportamientos es exagerado y provocador- Provocan a quienes saben que los pueden atacar- Procuran llamar la atención de sus compañeros y maestros con sus actitudes y comportamientos.	<ul style="list-style-type: none">- Muestran, a través de sus comportamientos y actitudes, que están ansiosas- Tienen baja autoestima- Generalmente tienen pocos amigos- Suelen pasar solos en los recreos- Tienen pocas habilidades de comunicación- Por lo general son sobreprotegidos por sus padres- O son excelentes alumnos o tienen bajo rendimiento

Las víctimas activas en ocasiones hacen las veces de agresor con otras personas más pequeñas o menores o víctimas pasivas, ya que al no tener mayores problemas de autoestima les resulta fácil agredir a otros y hasta cierto punto descargar en los más débiles sus frustraciones por ser atacado por otros más fuertes que él.

Tome en cuenta que...

- Si bien existe un perfil de como suelen ser las víctimas, esto no es una regla, por lo que cualquier persona puede ser víctima de acoso escolar.
- Se considera que las víctimas merecen ser atacadas por no estar dentro de lo considerado normal, no están a la moda, no oyen la música que a todos les agrada, suelen tener intereses distintos, a muchos les agrada la lectura, etc.
- Las víctimas de bullying experimentan un sufrimiento real que puede interferir en su desarrollo social y emocional.



<http://www.reflejosocial.com/wpcontent/uploads/2008/12/acoso-escolar.jpg>

Reconozca las señales

El siguiente listado permite conocer una gran variedad de señales que puede presentar una víctima de bullying.

- ✓ no tener deseos de ir al colegio o dar excusas para no ir, por ejemplo dolor de cabeza o barriga;
- ✓ tener un bajo desempeño escolar o disminuir en las notas;
- ✓ llegar con las ropas o los útiles escolares dañados o destruidos;
- ✓ manifestar timidez;
- ✓ comenzar a tartamudear o presentar tics;
- ✓ volverse violento con otros adolescentes o niños un poco más pequeños;
- ✓ dejar de comer (por haber sido llamados gordos);
- ✓ manifestar obsesiones con la limpieza (por haber sido llamados sucios);
- ✓ padecer de constantes dolores de cabeza o de estómago;

- ✓ llorar hasta quedarse dormidos;
- ✓ tener pesadillas;
- ✓ orinarse en la cama;
- ✓ presentar morados, raspones o rasguños que no tengan explicación;
- ✓ negarse a contar lo que sucede;
- ✓ dar respuestas inverosímiles para explicar la razón de cualquiera de los puntos anteriores.

(Elliot, 2008)

LOS OBSERVADORES

Los observadores de bullying son todas aquellas personas involucradas en el bullying, pero no son ni víctimas, ni agresores.

Los observadores son un elemento crucial dentro del desarrollo del bullying de hecho muchas veces de ellos depende el que se de o no el bullying. Ya que si los observadores no hacen nada ante una situación de bullying ellos serán quienes propicien la agresión, pues el agresor siente que tiene acogida para realizar sus agresiones, por el contrario si los observadores denuncian el maltrato los agresores pueden detenerse al saber que habrá alguien que no está de acuerdo con su actitud.

Debemos tomar en cuenta que los observadores no son culpables del bullying, pero muchas veces pueden convertirse en cómplices al no informar de situaciones de bullying. Por esta razón debemos ser muy cuidadosos al trabajar con los observadores ya que muchos de ellos eligen el silencio por temor a convertirse en víctimas, de hecho muchos de ellos eligen apoyar al agresor en sus fechorías con tal de no ser blanco de las mismas, sin embargo no es a propósito.

Los observadores hasta cierto pueden convertirse en víctimas del bullying indirectamente, ya que a muchos el impacto que le causa observar a un compañero sufriendo ataques puede crear en ellos un sentimiento de culpa, pero al sentirse impotentes por su temor pueden tener pesadillas o no querer asistir a clases.

Es importante convencer a los estudiantes de que ellos pueden hacer la diferencia en un centro educativo y ayudar a que no haya bullying si no se convierten en observadores, pues los acosadores se alimentan y tienen más fuerza cuando hay observadores.

3. ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES PARA TRATAR EL BULLYING O ACOSO ESCOLAR DENTRO DEL AULA

A continuación se presentan varias actividades que pueden ser utilizadas en el aula para trabajar en la prevención del bullying si éste aun no ha aparecido en nuestros centros educativos o para intentar erradicar o disminuir los casos de bullying si es que ya existen.

Siéntase libre de utilizar los mismos en cualquier orden o según sus necesidades, ya que la mayoría de las actividades se pueden trabajar sin necesidad de realizar actividades previas.

Algo que si debe tomar en cuenta y que se debe hacer primero es definir el bullying, pues los estudiantes deben tener muy claro de que se está hablando, el bullying puede ser conocido por los estudiantes, ya que muchos de ellos lo viven constantemente, pero no todos saben que lo que están viviendo es acoso escolar o bullying y muchos otros creen que la bromas que juegan a sus compañeros son sólo eso, mientras que en realidad no saben que están convirtiéndose en acosadores o bullies.

ACTIVIDADES PARA SABER QUÉ ES EL BULLYING

Al ser el bullying un problema tan importante y grave dentro de la comunidad educativa es importante que se divulgue qué es el bullying, ya que esto podrá ayudar a detectar la presencia de bullying en el mismo o puede hacer que quienes se sientan víctimas del mismo denuncien a sus acosadores.

Actividad 1

DEFINIR EL BULLYING

Es muy importante, antes de realizar cualquier estrategia anti bullying, que los estudiantes sepan y sean capaces de definir que es bullying y que características tiene.

Para definir que es bullying se podría dividir a la clase en grupos y hacer que cada uno cree una definición de lo que ellos entienden por bullying y que lo escriban en una hoja.

Luego de un tiempo se deben leer las definiciones de cada grupo y escribirlas en la pizarra. Se puede ir introduciendo los términos claves como Bullies (o acosadores), víctimas y observadores.

Una definición de bullying debe contener éstas ideas básicas.

Se produce Bullying (o acoso escolar) cuando una persona más fuerte y más poderosas hace daño a otra persona más pequeña y débil a propósito y reiteradamente.

Actividad 2
ELIMINANDO MITOS

El siguiente cuestionario llamado “verdadero o falso” puede ser utilizado para que los estudiantes puedan distinguir que es bullying y que no es bullying, el mismo le permitirá eliminar cualquier clase de mitos que puedan existir en torno a esta temática. A continuación del cuestionario se encuentran las respuestas al mismo.

1. El bullying sólo son bromas y burlas.	V	F
2. Algunas personas merecen ser acosadas.	V	F
3. Los bullies (acosadores) sólo son hombres, nunca mujeres	V	F
4. Los que se quejan de los bullies son llorones.	V	F
5. El bullying es una parte normal del proceso de crecimiento.	V	F
6. Los acosadores desaparecen si se les ignora.	V	F
7. Los bullies molestan a otras personas por que tienen baja autoestima.	V	F
8. Contar a un adulto que te están acosando es de chismosos.	V	F
9. La mejor forma de tratar con un acosador es pelear con él.	V	F
10. Las víctimas de bullying sienten un poco de dolor, pero después lo superan.	V	F

(Beane, 2006)

Respuestas:

1. **El bullying son sólo bromas y burlas.** FALSO. Si bien los bullies pueden hacer bromas o burlarse de sus víctimas, en muchas ocasiones pueden golpear.
2. **Algunas personas merecen ser acosadas.** FALSO. Ninguna persona merece que lo acosen, no por que una persona sea diferente debe ser acosada.
3. **Los bullies (acosadores) son sólo hombres, nunca mujeres.** FALSO. Los acosadores pueden tanto hombres como mujeres.

4. **Los que se quejan de los bullies son unos llorones.** FALSO. Quejarse de los bullies, es un derecho de quienes son acosados.
5. **El bullying es una parte normal del proceso de crecimiento.** FALSO. No es normal que a una persona la amenacen, le acosen, le insulten, le golpeen. Nadie merece que le hagan ningún daño.
6. **Los acosadores desaparecen si se les ignora.** VERDADERO Y FALSO. En algunas ocasiones esto puede ser real, que si se ignora a los acosadores estos se irán, pero otras veces esto puede ser contraproducente pues algunos acosadores reaccionan y se pueden molestar más.
7. **Los bullies molestan a otras personas por que tienen baja autoestima.** FALSO. Normalmente los bullies tienen una autoestima muy alta y por eso se dedican a molestar a otros, ya que incluso esto les hace sentir mejor. Es importante reconocer que el bullying no se trata de tener o no una alta o baja autoestima si no de tener poder sobre otras personas.
8. **Contar a un adulto que te están acosando es de chismosos.** FALSO. Contarle a un adulto que alguien esta siendo acosado es una decisión inteligente, pues esto puede ayudar a que esto deje de pasar y que tampoco les pase a otras personas.
9. **La mejor forma de tratar con un acosador es pelear con él.** FALSO. Pelear puede empeorar las cosas, pues el acosador puede querer vengarse de esto y hacer que la situación se haga más grave aun
10. **Las víctimas de acoso sienten un poco de dolor, pero después lo superan.** FALSO. El bullying puede causar mucho daño y éste puede perdurar mucho tiempo. En muchas ocasiones las víctimas del bullying se han tenido que retirar de sus colegios o se han visto tan afectados y con tanto miedo que incluso se han suicidado.

(Beane, 2006)

Actividad 3

INFORMACIÓN SOBRE EL BULLYING

Para crear impacto en los estudiantes se puede dar datos sobre el bullying o acoso escolar, esto podría hacer que tanto las víctimas como los acosadores se sientan involucrados y posiblemente actúen de manera positiva.

También se puede hacer lo mismo, pero el profesor debe enviar a los estudiantes a traer información sobre el bullying y compartirla en clase.

A continuación se presentan algunos datos que se pueden usar:

- ✓ Aproximadamente uno de cada siete estudiantes es un acosador o acosadora o víctima.
- ✓ En Ecuador aproximadamente un 32% de los estudiantes es víctima de bullying en su escuela o colegio.
- ✓ Aproximadamente un 10% a 15% de estudiantes denuncia ser víctima de bullying.
- ✓ El bullying no se trata únicamente de golpear a otras personas, el bullying también es burlarse de otros, poner apodos, amenazar a alguien, inventarse cosas de otras personas.
- ✓ La mayoría de bullying se da dentro de los centros escolares en los recreos, en los baños, en la salida de los buses.
- ✓ El bullying hace daño a todos. Las víctimas se sienten mal y tienen miedo, incluso de ir al colegio, y también pueden bajar sus notas. Pueden tener problemas con su autoestima y esto les puede dificultar hacer amigos. Los testigos también pueden tener miedo o sentirse cómplices de los que está pasando. Los acosadores pueden tener problemas muy graves, pues pueden ser expulsados del colegio, además en su vida adulta, podrían tener problemas con la ley, de hecho, según las estadísticas, uno de cada cuatro acosadores tiene antecedentes penales antes de cumplir los treinta años.

(Beane, 2006)

ESTRATEGIAS Y TÉCNICAS PARA MEJORAR LA CONVIVENCIA Y PREVENIR EL BULLYING

Como se ha mencionado anteriormente el papel del profesor es determinante ante casos de bullying y lo que usted haga o deje de hacer puede ayudar o detener cualquier acción de acoso.

Estas estrategias pueden ser aplicadas aun si no hay casos de acoso en el colegio, pues las mismas sirven para tener un mejor ambiente de disciplina el cual ayudará a que haya un buen clima de trabajo.

Las estrategias propuestas a continuación sirven para darle herramientas para saber como actuar ante situaciones de bullying o saber qué de lo que usted hace contribuye o no a detener el bullying.



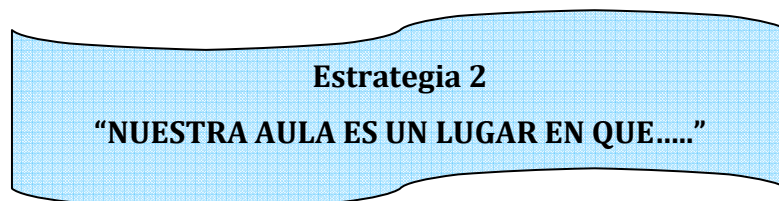
Estrategia 1
FIJAR NORMAS

Esta actividad consiste en elaborar una lista de reglas y acuerdos que deben ser cumplidos dentro del aula, pero que tengan relación con el comportamiento, no debe ser sobre el aspecto académico.

La actividad puede tener un mejor efecto si se lo hace con la participación de todos los estudiantes. Si a los estudiantes les cuesta generar las reglas, guíelos para que no se pierdan.

Las reglas deben ser cortas y sencillas, fáciles de entender, concretas, fáciles de aplicar y hacer cumplir y sobretodo se aplicaran de manera imparcial.

Una vez que las reglas hayan sido establecidas se puede hacer un cartel con las mismas y los estudiantes pueden firma al final del mismo.



Esta actividad sirve para crear reglas y compromisos que se van a respetar dentro del aula. Para iniciar la actividad se debe pedir a los estudiantes que digan cuáles creen ellos que pueden ser las reglas y compromisos que quieren que se respeten en el aula y que generen una convivencia pacífica, se lo puede hacer mediante una lluvia de ideas, las cuales deben ser anotadas en la pizarra.

El profesor también puede aportar ideas que crea convenientes e importantes. Luego se debe llegar a un acuerdo sobre cuales son las ideas más importantes para una convivencia pacífica dentro del aula. Finalmente se puede poner las ideas por escrito en un papel y que todos los estudiantes la firmen y después se las puede poner en un cartel que esté visible para todos constantemente.

El siguiente gráfico muestra como podría quedar el cartel de compromisos y reglas para una convivencia pacífica.

NUESTRA AULA ES UN LUGAR EN QUE.....

Nos tratamos con respeto

No tenemos que ser idénticos

No todos tenemos que pensar igual

Respetamos nuestras diferencias

No nos burlamos de nadie

Nos tratamos por nuestro nombre

No nos golpeamos

No todos tenemos que vestir igual

Tenemos derecho a ser nosotros mismos

Nos tratamos unos a otros como

nos gustaría que nos traten

No todos tenemos que creer las mismas

creencias

NOS GUSTA QUE LAS PERSONAS SEAN

DIFERENTES



(Elliot, 2008)

Estrategia 3
LO QUE MÁS ME GUSTA

Este cuadro sirve para que los estudiantes puedan exponer sus gustos ante el aula y así poder generar potenciales amistades, además que permite a los estudiantes conocerse mejor y tener más respeto hacia los otros.

Esta actividad puede ser realizada al inicio del año o cuando hay estudiantes nuevos.

Mi programa de televisión favorito	El lugar al que más me gusta ir	Lo que más me gusta hacer en mi tiempo libre
Lo que más me gusta de la escuela	Lo que menos me gusta de la escuela	Mi deportista favorito
Mi emisora de radio favorita	Mi comida favorita	Mi lugar favorito para salir a comer
Me gustan las personas que...	No e gustan las personas que...	Mi revista favorita....
Mi libro favorito	Mi película favorita	Mi pagina Web favorita
Cuando sea mayor me gustaría ser...	Mi juego favorito	Mi mayor anhelo
Mi mayor preocupación	Si pudiera ir a cualquier lado, iría a...	Mi tipo de música favorito mi cantante/grupo favorito

Mi actor/actriz favorito	La persona que más admiro	Mi hora favorita del día
--------------------------	------------------------------	--------------------------

Estrategia 4
DECLARAR AL AULA ZONA LIBRE DE BULLYING

Para realizar esta actividad se puede utilizar varios recursos, el primero es elaborar un cartel en que diga que se declara al aula una zona libre de acoso, usted puede elaborar el cartel con ayuda de los estudiantes.

Posteriormente se puede hacer que los estudiantes en grupos o individualmente, una vez a la semana por ejemplo, digan o hagan representaciones de lo que es una zona libre de bullying.

Estrategia 5
20 COSAS QUE HACER ANTES DE DEVOLVER EL
GOLPE

Esta actividad enseña a los estudiantes a tener habilidades para gestionar su ira, la misma puede ser aplicada a todo el grupo o también a las víctimas de bullying.

El bullying del que pueden ser víctimas muchos estudiantes puede generar en ellos sentimientos de venganza hacia su acosador, lo cual generaría mucha más violencia, además si la víctima escoge mal el momento de su venganza podría ser atacado con más fuerza por su acosador o ser detectado por las autoridades o profesores, quienes por supuesto, deberían tomar acciones correctivas, castigando así, hasta cierto punto, injustamente a la víctima.

1. Para un momento y piensa. No hagas nada de inmediato. Baraja tus opciones. Reflexiona sobre lo que podría pasar si intentaras hacer daño a esta persona.
2. Tienes que saber que lo hagas depende de ti. Tú controlas tus propios actos.
3. Dite a ti mismo: "es lógico que me sienta enfadado.
4. Dile a esa persona: "¡Para!, eso no me gusta".
5. Controla las manos. Aprieta los puños, pero no los saques de los bolsillos.
6. Controla los pies. Camina pisando fuerte.
7. Aléjate de allí andando o corriendo..
8. Dile a esa persona como te sientes.
9. Respira hondo y expulsa de tu cuerpo toda la ira.

10. Busca a alguna persona adulta. Cuéntale lo sucedido y cómo te sientes.
11. Piensa en algo tranquilo, para disminuir tu ira.
12. Cuenta despacio de 1 a 10 y luego de 10 a 1.
13. Piensa en cosas alegres. Piensa en algo que te gusta hacer.
14. Trata a la otra persona con amabilidad y respeto. Esto no va ser fácil pero debes intentarlo.
15. Dibuja algo que represente tu ira.
16. Canta algo en voz alta.
17. Recuerda que pelear no resuelve el conflicto, muchas veces lo empeora.
18. Tomate un tiempo para ti.
19. Busca a otra persona con la que puedas estar.
20. Tú sabes que puedes hacerlo. (Beane, 2006)

Estrategia 6

RECUERDE A LOS ESTUDIANTES QUE CUENTAN CON USTED

Muchas veces los estudiantes no se animan a decir que son acosados pues no tienen confianza en sus profesores o por que creen que ellos no van a hacer nada para solucionar el problema.

Usted puede elaborar un cartel en el que hayan algunas sugerencias, puede tomar como ejemplo el siguiente cuadro.

Si te están acosando, **avisa al profesor**

Si vez que están acosando a alguien, **avisa al profesor**

Si sabes que están acosando a alguien, **avisa al profesor**

Si tú no haces nada cuando sabes que están acosando a alguien, dar a entender que crees que el acoso es correcto.

¡El bullying sólo se puede evitar si todos trabajamos juntos!

Estrategia 7 BULLYING EN TELEVISIÓN

Debido a la gran cantidad de horas que pasan los estudiantes frente a la televisión en sus hogares, debemos usar a esta como un aliado contra el bullying y no a favor del mismo. Puede enviar a los estudiantes una tarea en la que ellos escojan un programa de televisión que vean constantemente y que llenen una ficha sobre el bullying que puede darse en ese programa.

De esta forma estaremos utilizando a la violencia televisiva como una herramienta para la reflexión y no para generar más violencia. Esta ficha puede ser una guía de lo que se puede solicitar a los estudiantes para que reflexionen sobre el bullying que se presenta en la televisión.

BULLYING EN TELEVISIÓN

Fecha: _____ Nombre: _____

Nombre del programa de televisión: _____

¿Hubo algún tipo de bullying en el programa?

Sí () No ()

Si fue así, describe lo ocurrido _____

¿cómo afectó a la víctima el acoso?

¿Qué hizo la víctima? _____

¿Qué le pasó al acosador?

¿Te parece que la víctima merecía ser acosada?

Sí () No ()

¿El acoso era culpa de la víctima? Sí () No ()

Estrategia 8

FOMENTE EL RESPETO

El trabajo dentro del aula siempre va a ser mejor y más armonioso si usted constantemente fomenta el respeto dentro de la misma.

Comience por SIEMPRE entrar saludando al aula, trate con respeto a todos los estudiantes por igual y en lo posible trate de llamarlos por sus nombres así lo estudiantes sabrán que usted los trata con cariño y a la vez con respeto, por ello conoce sus nombres.

Establezca claramente los límites. Usted puede tener una relación muy armoniosa con todos sus estudiantes. Recuérdeles constantemente que cuentan con usted, pero que usted no es su amigo. Si lo consideran un amigo más probablemente algún momento van a tener una actitud no tan respetuosa.

Si usted observa que sus estudiantes no se tratan respetuosamente, se ponen apodos, se lanzan los objetos, se dicen groserías, llámeles la atención, pero en lugar de decirles lo que están haciendo mal, pregúnteles por qué lo que hacen está mal, des esta manera no sólo va a lograr que dejen de tratarse así, si no que va a llevarlos a un proceso de reflexión.

Recuerde el respeto y la tolerancia se ganan, no se imponen.

Estrategia 9
MANTENGA LAS CALIFICACIONES EN PRIVADO

Las calificaciones siempre suelen ser motivo de estrés para los estudiantes, pero éstas también pueden ser utilizadas para que otros los acosen, por lo que se recomienda no hacerlas públicas.

Cuando entregue trabajos calificados asegúrese de que quien sepa la nota sólo sea la persona dueña del examen. Jamás diga las notas de los estudiantes en público, esto además de ser un motivo para que los estudiantes comenten sobre las notas de sus compañeros, puede ser motivo de acoso hacia aquellos que tienen las notas más bajas o más altas. No exponga a sus estudiantes.

Estrategia 10
FELICITE A SUS ESTUDIANTES

Una buena manera de motivar a los estudiantes es mediante la felicitación de las buenas acciones. Si usted felicita a sus estudiantes por realizar buenas acciones el resto de los estudiantes también querrá ser parte de estas felicitaciones por lo que se esforzarán por obtener su atención en este sentido.

Incluso puede entregar unos pequeños certificados en los que se felicita al estudiante y donde se describa que fue lo que hizo para obtener este certificado. Es muy

importante que el certificado diga cual fue la buena acción realizada pues si no los certificados perderán validez.

No use los certificados, ni las felicitaciones para el aspecto académico, como se dijo anteriormente esto puede ser usado en contra de los estudiantes.

Estrategia 11
FOMENTE EL TRABAJO EN EQUIPO

Cualquier actividad que se realiza en clase, no sólo las de tipo académico, puede ser realizada en equipo, así todos se sentirán incluirlos e importantes.

No permita que los grupos sean escogidos por los mismos alumnos ya que esto puede ser utilizado para hacer bullying, al no incluir a algunas personas, trate de hacer sorteos para los grupos o simplemente escójalos usted.

Cuando realice actividades en equipo puede colocar en la pizarra frases sobre los equipos de trabajo, para que los estudiantes se sientan más motivados o bien puede tener las frases escritas en un cartel, que puede incluir lo siguiente:

- Los buenos equipos....
- ✓ establecen objetivos claros y los alcanzan JUNTOS
 - ✓ fijan reglas y las siguen
 - ✓ resuelven los desacuerdos de forma pacífica
 - ✓ comparten las responsabilidades

(Beane, 2006)

Técnica 1
PASOS PARA LA RESOLUCIÓN DE UN

Muchas veces los conflictos que se dan en el aula, no necesariamente responden a un problema de bullying, por lo que es importante procurar resolver los problemas entre estudiantes antes de que uno gane poder sobre otro.

Los siguientes pasos le pueden ayudar a que usted guíe a sus estudiantes a resolver el conflicto que puedan tener.

Recuerde que lo más importante es recordar a los estudiantes que el respeto y la tolerancia siempre deben primar.

- ✓ Tranquilízate
- ✓ Describe el conflicto
- ✓ Describe lo que provocó el conflicto
- ✓ Describe lo que te hizo sentir el conflicto
- ✓ Escucha a la otra persona atentamente a la otra persona
- ✓ Lluvia de ideas para solucionar el conflicto
- ✓ Prueben un solución
- ✓ Si una solución no ayudó, prueben otra.

(Beane, 2006)

Técnica 2

QUÉ HACER EN CASO DE PRESENCIAR UNA SITUACIÓN DE BULLYING

Como profesor usted tiene el deber de reaccionar ante un suceso de bullying, no importa si este acoso es de tipo verbal, usted debe ante todo fomentar al respeto entre los estudiantes.

Para resolver de forma eficaz un incidente de bullying usted debe cumplir los siguientes pasos.

1. Ponga fin a ese incidente
2. Deje claro que el bullying no es aceptado en su clase
3. De evidencias de que usted hará algo al respecto y no lo va a ignorar
4. aliente a otras víctimas y testigos a denunciar incidentes de bullying que usted no pudo presenciar.

Técnica 3

DIEZ PASOS PARA CONSTRUIR ESCUELAS SIN BULLYING

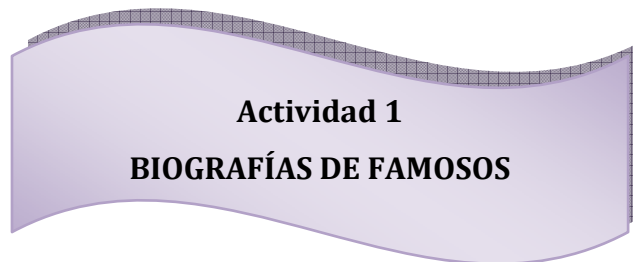
1. **Establecer expectativas de comportamiento claramente definidas.** Un ejemplo claro puede ser el siguiente. “no molestar. Molestar significa poner apodos, crear rumores, hacer gestos, golpear”
2. **Aplicar sanciones y consecuencias predecibles y graduales para la agresión, en lugar de crear una consecuencia única para cada estudiante en cada situación.** No puede haber inconsistencia en las reglas ante una situación de acoso. Y buscar una sanción de acuerdo al estudiante hará que se pierda tiempo innecesariamente, pero si existe un manual de como proceder ante un situación de bullying, tomando en cuenta si es la primera vez o si ya hay antecedentes el trabajo será más rápido y además los estudiantes van a saber de ante mano cuales son las sanciones que se impondrán.

3. **Mantener un tono emocional positivo entre adultos y jóvenes, en lugar de tratar a los estudiantes con ira y frustración.** Es importante reconocer que siempre una actitud positiva por parte de quienes son ejemplo para los estudiantes siempre es un apoyo en la resolución de conflictos.
4. **Reconocer las acciones positivas, en lugar de ignorarlas o de hacer elogios basados en la persona.** Muchas veces se tiende a hacer comentarios únicamente sobre las acciones negativas, pero reconocer las acciones positivas y hacer elogios basados en las acciones de las personas y no de las personas en sí, lleva a mantener un ambiente más positivo y poco agresivo, ya que elogiar es mucho más fácil y agradable que insultar.
5. **Crear oportunidades organizadas para que los jóvenes agresivos piensen en sus acciones, en lugar de usar amenazas o sermones.** Llevar a la reflexión es más positivo que un sermón ante una situación de bullying, ya que la reflexión lleva a reconocer y asumir responsabilidad, mientras que después de un sermón el acosador puede fácilmente pensar para sí mismo que él no cometió ningún error y que lo que hizo está justificado, pues él tiene sus razones.
6. **Trabajar en el desarrollo de un clima de camaradería en el que los observadores disuaden la intimidación y los compañeros se hacen amigos de las víctimas.** Al dar más poder y respaldo a los observadores estos van a perder el miedo a denunciar los actos de bullying que pueden observar en el colegio y los acosadores van a saber que sus oportunidades de maltratar van a ser menores.
7. **Proteger a las víctimas y a los observadores del acoso.** El colegio debe garantizar la protección a los observadores y a las víctimas así los agresores sabrán que si realizan algún acto de acoso van a ser sancionados ya que no se tolerará ningún tipo de acoso.
8. **Ayudar a las víctimas a revertir el sentimiento de culpa y a sentirse poderosos.** Ante la insistencia de los acosadores muchas de las víctimas tienden a pensar que es verdad lo que se dice de ellos y que en verdad se merecen ser agredidos, por lo que se debe trabajar en convencer a las víctimas

que NADIE se merece ser agredido y que ellos con sus cualidades y defectos son personas con valores y derechos.

9. **Ayudar a las víctimas a hacer amigos.** Un buen escudo para defenderse de los acosadores es tener amigos, por lo que se puede ayudar a las víctimas a hacer amigos y darles herramientas para poder mantenerlos.
10. **Reconocer y construir las fortalezas y logros de la comunidad escolar.** Es importante reconocer los logros positivos que se han dado en la institución en contra del bullying y mantenerlos, esto ayudará también a generar un ambiente positivo en toda la comunidad escolar por lo que habrá menos violencia.

(Beane, 2006)



Actividad 1
BIOGRAFÍAS DE FAMOSOS

Los estudiantes siempre tienen personajes a los que admiran. Incentive a sus estudiantes a hacer pequeños carteles con la biografía de personas que ellos admire, pero ponga como condición, que sean personas que hayan hecho algo positivo en su vida o que sean referentes de paz, tolerancia, etc. Si los estudiantes no logran encontrar en sus personajes admirados personajes positivos usted déles los personajes, aquí puede incluir a Martin Luther King, Madre Teresa de Calcuta, Mahatma Gandhi, entre otros.



Actividad 2
TEMAS DE REFLEXIÓN

Usted puede proponer como temas para discutir en clase, temas que hagan referencia a la importancia de la tolerancia y como a través del tiempo los grupos de odio, racismo y sectas han hecho que la vida de las personas cambie. Un buen tema, que siempre causa impacto en los estudiantes, es el racismo. Puede tomar como ejemplo al neo nazi, que además es un tema actual, y hacer que los estudiantes reflexionen sobre este problema tan grave, que además ya se ha convertido en parte de nuestra sociedad.

También puede solicitar a sus estudiantes que traigan, del periódico, información sobre la violencia, algo que se encuentra fácilmente en las páginas de los diarios de nuestro país, y reflexionen sobre los mismos.

ACTIVIDADES Y ESTRATEGIAS PARA TRABAJAR CON LAS VÍCTIMAS DE BULLYING

A continuación se encuentran una serie de estrategias y actividades que pueden ser usadas con quienes son víctimas de bullying o se sospecha que lo son, pero también pueden ser usadas para trabajar con todas las personas de un grupo en el que se crea se están dando incidentes de bullying.

Muchas de las actividades son para crear o fortalecer habilidades sociales, las mismas que muchas de las víctimas carecen como la capacidad de hacer amistades o mantenerlas.



Estrategia 1 SEÑALES DE ALERTA

El siguiente listado le va a permitir saber quienes son víctimas o pueden ser posibles víctimas de bullying en la escuela. La información debe ser estrictamente confidencial, aunque puede ser analizada con otros docentes o con las autoridades, sin embargo esta información no debe llegar a manos de otros estudiantes.

Nombre del estudiante:

Fecha:

En la escuela y tareas escolares

1. Cambio repentino en la asistencia o cumplimiento de tareas
2. Asistencia irregular
3. Pérdida de interés en las tareas
4. Descenso en el rendimiento académico
5. Éxito académico
6. Dificultad para concentrarse en clase

7. Sale tarde y regresa pronto del recreo
8. Tiene algún tipo de discapacidad o dificultad de aprendizaje
9. Falta de interés en las actividades organizadas por el colegio
10. Inasistencia a las actividades del colegio

En lo social

1. solitario o retraído
2. pocas habilidades sociales
3. no tiene amigos, es poco popular, cuando hay actividades grupales se queda sin grupo
4. no tiene sentido del humor
5. otros estudiantes se burlan de él
6. otros estudiantes le maltratan físicamente. No sabe defenderse
7. tiene lenguaje corporal de víctima, hombros caídos, cabeza gacha, no mira a los ojos a las personas.
8. procede de un origen racial, cultural, étnico o religioso que lo concierne en una minoría.
9. Prefiere la compañía de bultos en los recreos
10. Ha empezado de pronto a acosar a otros estudiantes

En lo físico

1. está frecuentemente enfermo
2. se queja de dolor de cabeza o de estómago frecuentemente
3. Tiene rasguños o morados su ropa rota
4. Tartamudea de pronto
5. Tiene una discapacidad física
6. Tiene una diferencia física que lo aparta de sus iguales: usa lentes, sobrepeso, bajo peso
7. Pérdida repentina del apetito
8. Torpe o descoordinado
9. Es pequeño con respecto a sus compañeros
10. Es débil físicamente

En lo emocional

1. Cambios repentinos de humor
2. Pasivo, callado, tímido
3. Baja autoestima
4. Poco asertivo
5. Es sensible en extremo
6. Nervios, ansioso, temeroso
7. Lloro con facilidad
8. Irritable, problemático, agresivo
9. De culpa de los problemas
10. Excesiva preocupación por su seguridad
11. Menciona la necesidad de salir huyendo
12. Menciona la posibilidad de suicidio.

Estrategia 2
ENCUESTA SOBRE BULLYING

Estas preguntas pueden hacerse a todo el grupo a manera de encuesta o como una entrevista individual a quien usted sospecha es víctima de acoso.

ENCUESTA SOBRE BULLYING

Lee cada pregunta y respóndela lo más sincero posible.

Recuerda que...

El Bullying o Acoso escolar se produce cuando una persona más fuerte y poderosa hace daño a otras más pequeña y débil a propósito.

Nombre (si quieres darlo): _____

Soy mujer Soy hombre

1. ¿hay alguien de la clase que se porte mal contigo?

Sí () No ()

Si es así, ¿qué te hace? ¿qué tan seguido es?

.....

.....

2. ¿hay alguien que se porte mal contigo en el recreo?

Sí () No ()

Si es así, ¿qué te hace?.....

.....

3. ¿hay alguien que se porte mal contigo en los baños?

Sí () No ()

Si es así, ¿qué te hace?.....

.....

4. ¿hay alguien que se porte mal contigo en los pasillos del colegio? Sí () No ()

Si es así, ¿qué te hace?.....

.....

5. Sin nombrar a quien(es) te acosa(n), descríbelo(s) colocando un visto en lo que

corresponda:

La persona que me acosa es.....

..... De mi edad

..... Menor que yo

..... Mayor que yo

..... Una chica

..... Un chico

..... Un grupo

6. ¿Le has dicho alguna vez a alguien en la escuela que te están acosando?

Sí () No ()

Si NO lo has hecho nunca ¿por qué no se lo dices a alguien?

.....

Si ya lo has hecho alguna vez, ¿por qué lo hiciste?

.....

¿Qué hizo esa persona para ayudarte?

.....

Después de haberlos dicho el acoso empeoró () o Mejoró ()

7. ¿Cómo te ha afectado el bullying? ¿Ha cambiado tu vida de alguna forma? ¿Cómo te sientes contigo mismo?

.....

8. ¿Desde cuándo te acosan?

.....

9. ¿has acosado alguna vez a alguien? Sí () No () Si es así ¿qué hiciste?

.....

¿Por qué lo hiciste?

.....

¿Cómo te sentiste?

.....

10. ¿que crees que se puede hacer para parar el bullying en la clase?

.....

(Beane, 2006)

Estrategia 3

CARTA

Se puede aprovechar la clase de lenguaje para pedir a los estudiantes que escriban una carta a un amigo (real o imaginario) o a un compañero nuevo describiendo lo que les gusta hacer, qué tipo de persona son, lo que esperan hacer cuando salgan de la escuela. Anímelos a que hablen acerca de su vida en la escuela y que traigan a colación el tema de las intimidaciones desde el punto de vista de la víctima o del molestador. Por ejemplo: pueden escribir acerca de un día típico en la escuela incluir algún incidente de hostigamiento.

Estrategia 4

10 CONSEJOS PRÁCTICOS PARA HACER Y CONSERVAR AMISTADES

1. **Búscalas.** No esperes a que la otra persona de el primer paso. Un hola y una sonrisa pueden ayudar.
2. **Involúcrate.** Entra a clubes de actividades que te interesen, ya sean dentro o fuera del colegio.
3. **Haz saber a las otras personas que te interesan.** No hables sólo de ti, pregúntales sobre ellos.
4. **Aprende a escuchar.** Mira a las personas cuando te hablen y presta atención a lo que dicen.
5. **Permite que te conozcan.** Cuando se de la oportunidad cuéntales a los otros sobre tus gustos e intereses, pero no hables sólo de ti.
6. **Sé honesto.** Di la verdad sobre ti y si te piden tu opinión sé sincero
7. **Sé amable.**

8. **No uses a tus amigos para que escuchen tus problemas.** Los amigos no sólo sirven para escuchar nuestro problemas, también están para los buenos tiempos.
9. **Haz tu parte.** Todas las amistades requieren de esfuerzo y trabajo. No creas que ellos son los que tienen que dar y tu recibir.
10. **Sé tolerante.** No todos tienen que pensar y sentir igual que tú.

Actividad 1
COMPARTIR HISTORIAS DE ACOSO

Cuando ya existen casos de bullying en el aula o se sospecha de la existencia de los mismos, se puede realizar esta actividad. Se puede sacar copias del cuadro colocado a continuación, en el mismo en que los estudiantes deben colocar sus historias sobre bullying. Lo interesante de este trabajo es que las historias pueden ser contadas ya sean por las víctimas, los acosadores o los testigos. Es importante recordar que esta actividad es anónima.

Una vez finalizada la actividad puede hacer que alguien recoja las “historias de acoso” y se podría organizar un debate entorno a esas historias.

Historias de acoso	
En los recuadros escribe las experiencias que has vivido. Recuerda es ANÓNIMO . No debes dar nombres de nadie	
Describe una ocasión en la que el comportamiento o lo que otra persona dijo te hizo daño.	Describe una ocasión en la que hiciste o dijiste algo para hacer daño a alguien.
Describe una ocasión en la que viste o escuchaste a alguien acosando a otra persona, pero no hiciste nada para detenerlo	Describe una ocasión en la que viste o escuchaste a alguien acosando a otra persona e intentaste detenerlo o buscaste ayuda.

(Elliot, 2008)

Actividad 2

COLLAGE

Los *collages* son una manera no amenazante de que los alumnos expresen los sentimientos que les provocan los acosos de los que son víctimas. Se necesitan varias revistas (muchas) con fotos para recortar, papel para pegar las fotos, pegamento y tijeras.

Pida a los alumnos que hagan un collage sobre “hostigamientos”. Ellos revisan las revistas y recortan o arrancan las imágenes que reflejen ese tema. Algunos argumentos sugeridos son:

- Cuando me acosan siento.....
- Cuando veo que intimidan a alguien.....
- La gente que hostiga a otros es.....
- Las víctimas son.....
- Lo que me gustaría hacer a los que agreden es.....
- Los que acosan se sienten.....
- Las víctimas se sienten.....
- Lo que los adultos hacen con las intimidaciones es.....
- Hostigar es.....
- Algunas maneras de detener los acosos son.....
- Yo me veo a mi mismo.....
- Los demás me ven.....
- Me gustaría ser.....
- Los padres / maestros/ alumnos me ven.....

Exhiba los collages, si es pertinente, o pida a los alumnos que hablen de ellos en grupos pequeños. Este ejercicio no depende del talento artístico y los alumnos de todas las edades parecen disfrutar el trabajo manual. (Elliot, 2008)

Actividad 3
¿QUÉ DEBERÍAS HACER?

Este cuestionario puede ayudar a los estudiantes a saber que tipos de reacciones pueden tener ante una situación de bullying o que podrían hacer aquellos que no tienen seguridad de que es lo que deberían hacer o como deberían reaccionar.

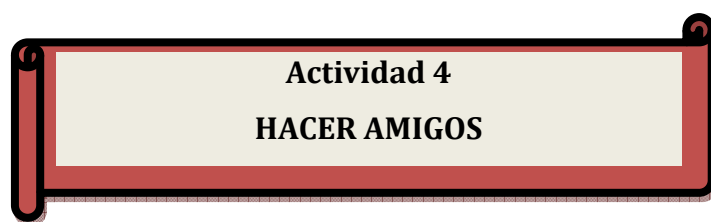
Cuando alguien te acosa, tú deberías:	Sí	No	No estoy seguro
1. Llorar			
2. Decirle a un amigo o una amiga			
3. Decirles a los papás del acosador			
4. Salir corriendo			
5. Tratar de vengarte del acosador/acosadora			
6. Contarle a un profesor			
7. quedarte en la casa y faltar a la escuela			
8. Pegar o empujar al acosador			
9. decirle al acosador, con voz firme y segura, "déjame en paz"			
10. Hacerte muy chiquito para que el acosador deje de fijarse en ti.			
11. actuar como si no te importa			
12. Decir al acosador con voz firme y segura "¡deja de hacer eso, no me gusta!"			
13. Decirle a tus padres			
14. Amenazar al acosador			
15. Mantener la calma y alejarte de ahí caminando			
16. Insultar al acosador			
17. Gritar "para" tan fuerte como puedas			
18. Ignorar al acosador			
19. Contar un chiste o decir alguna tontería			

20. Si hay personas cerca, ir hacia donde están			
---	--	--	--

Respuestas a que deberías hacer

1. Mejor respuesta: NO los bullies disfrutan cuando tienen poder sobre otra persona si ven que tú lloras con lo que te hacen, van a seguir haciéndolo.
2. Mejor respuesta: SÍ. Asegúrate de que esa persona escuche lo que te sucede y si puedes decirlo a un adulto mejor aun.
3. Mejor respuesta: NO. Muchas veces los bullies son víctimas de acoso en sus propias casas, además lo más probable es que le crean a su hijo y no a ti.
4. Mejor respuesta: No estoy seguro. Si crees que estas corriendo un riesgo es mejor salir corriendo, pero si es posible da la cara y hazte respetar.
5. Mejor respuesta: NO. La venganza te convierte en un bullie.
6. Mejor respuesta: SÍ. Sobretudo si te están acosando en la escuela, pero debes decirlo.
7. Mejor respuesta: NO. A no ser que estés en peligro, si tú dejas de ir al colegio tu acosador pensará que es más fuerte que tú y sentirá que él ganó.
8. Mejor respuesta: NO. Esto puede hacer que el bullie te golpee más fuerte y recuerda que la violencia sólo genera más violencia.
9. Mejor respuesta: SÍ. Si tu te muestras seguro esto sorprenderá a tu acosador ellos no esperan que sus víctimas hagan éste tipo de cosas.
10. Mejor respuesta: NO. Si hacer eso el bully sabrá que te ha ganado y seguirá acosándote.
11. Mejor respuesta: No estoy seguro. Esto podría servir a que te dejen de acosar, pero no todos los bullies son iguales y pueden insistir hasta lograr su objetivo.
12. Mejor respuesta: SÍ. Si tu te muestras seguro esto sorprenderá a tu acosador ellos no esperan que sus víctimas hagan éste tipo de cosas.
13. Mejor respuesta: SÍ. Cuéntales lo que sucede y cómo te sientes.
14. Mejor respuesta: NO. Puede ser que esto le moleste aun más y siga hostigándote.
15. Mejor respuesta: SÍ. Y sería mejor que vayas a un lugar en el que hay gente.
16. Mejor respuesta: NO. Puedes hacer que el bully se molesta aun más y te ataque con más fuerza.

17. Mejor respuesta: Sí. Si tu te muestras seguro esto sorprenderá a tu acosador ellos no esperan que sus víctimas hagan éste tipo de cosas.
18. Mejor respuesta: NO. Esto podría hacer que el bully haga lo que sea para llamar tu atención y molestarte.
19. Mejor respuesta: No estoy seguro. Esto podría servir a que te dejen de acosar, pero no todos los bullies son iguales y pueden insistir hasta lograr su objetivo.
20. Mejor respuesta: Sí. Un lugar con gente es un lugar más seguro para ti.



Actividad 4
HACER AMIGOS

Aunque pedimos a los alumnos que sean amigos, rara vez les ayudamos a pensar cómo lograrlo. A veces las intimidaciones son en realidad intentos mal dirigidos de los niños o jóvenes que quieren formar parte de un grupo o tratan de acercarse a alguien para hacerse su amigo.

Proponga a los estudiantes que hablen acerca de las maneras de hacer amigos. Solicíteles que trabajen en grupos pequeños y hagan una lista de 10 maneras de hacer un amigo. Después pídeles que informen al grupo más grande y escriban las ideas en el pizarrón, sin que se repitan.

Estas sugerencias pueden ayudar:

- Mostrar interés en lo que la gente hace.
- Elogiar pero sin exageraciones.
- Tener una expresión agradable.
- Reírse de los chistes que cuentan los demás.
- Ser amable.
- Solicitar unirse al grupo.

- Ofrecer ayuda.
- Invitar a la gente hacer algo.
- Ir a lugares donde hay otros alumnos.
- Dar la bienvenida a los alumnos nuevos.
- Traer algo interesante que hacer.
- Estar dispuesto a compartir.
- Tener sentido del humor / contar chistes.
- Ser justo.
- Organizar juegos o actividades.
- Pensar ideas nuevas.

Con el mismo método, pida a los alumnos que hablen de las formas de no hacer amigos. Estas pueden ser algunas ideas:

- Ser mandón
- Decir a los demás como jugar.
- Decir a otros que están haciendo mal las cosas.
- Hablar de si mismo todo el tiempo.
- Ser malo.
- Hablar de otros alumnos a espaldas de ellos.
- Ser negativo y sarcástico.
- Ser demasiado apasionado o serio todo el tiempo.
- Presumir
- Quejarse todo el tiempo.
- Ser agresor
- Atribuirse el mérito de algo que o hizo uno mismo.
- Mentir o hacer trampa.


Pida a los alumnos que elaboren unos Estatutos de la Amistad y los peguen en la escuela, donde los puedan ver y comentar.

También puede solicitar a los estudiantes que representen a alguien que esta intentando hacer amigos de la manera equivocada y después que representen la forma correcta.



Actividad 5
SILUETA DEL CUERPO

Este ejercicio es para chicos más pequeños. Invite a los niños a que se acuesten en un papel grande y que tracen la silueta de su cuerpo. Pídales que la recorten y coloreen como quieran. En post-its escriba algo bueno de cada niño y póngalo en la silueta respectiva. Cambie los post-its tan a menudo como pueda: a los chicos les va a encantar.



Actividad 6
APODOS

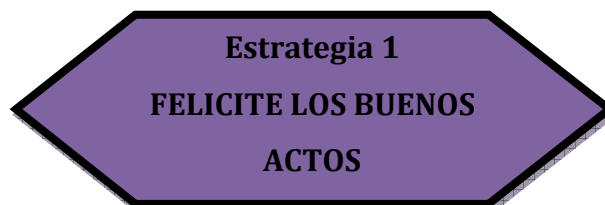
Pregunte a los alumnos qué apodo les gustaría tener. Muchas veces a los jóvenes les ponen apodos para molestarlos. Ayude al alumno a encontrar un apodo positivo para él. Ésta es una buena oportunidad para usar palabras de otros idiomas como Sunshine (rayo de sol en inglés), Shaina (bello en yiddish), Lion (león en inglés). Pida sugerencias a los alumnos. Saquen una lista para que los alumnos escojan sus propios apodos, pero no permita que nadie elija uno negativo.

ACTIVIDADES Y ESTRATEGIAS PARA TRABAJAR CON LOS ACOSADORES O BULLIES

El trabajo con los acosadores es un poco más complicado que las víctimas por el hecho de que no se puede ir acusando a diestra y siniestra a todos los estudiantes.

Muchas veces la víctimas acusan a varias personas de maltrato pero en realidad no todas son bullies, esto se debe a que las víctimas después de sufrir un acoso constante piensan que todas las personas están en contra de ellos y creen que todas las personas que les hablan o se dirigen a ellos son acosadores, por lo que se debe ser cuidadoso en extremo cuando se va a poner a alguien en el banquillo de acusados.

También es importante reconocer que los bullies no son malas personas, la mayoría de ellos suele tener graves problemas en sus hogares o son víctima de acoso de sus propios padres, por lo que no debe verlos como personas desalmadas que lo único que quieren es dañar al resto, si no como personas que están tomando el camino incorrecto, pero que no están perdidas.



Cada vez que un estudiante suyo que sea conocido o que se haya comprobado que es un bully haga una buena acción felicítelo, haciendo hincapié en las acciones cometidas, no en la persona y si el acosador llegara a hacer alguna acción negativa, que no tenga que ver con acosar a otros, no lo castigue, únicamente hágale reflexionar sobre su conducta.

Estrategia 2
SEÑALES DE ALERTA

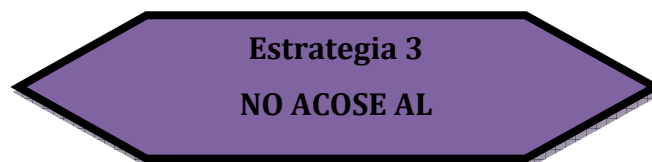
Al igual que con las víctimas, usted puede descubrir, a través de sus actitudes, quienes son acosadores. La siguiente lista le va a ofrecer una mejor visión de quienes de sus estudiantes pueden ser bullies. Recuerde debe existe extremo cuidado con el manejo de esta información.

Nombre del estudiante:

Fecha:

1. disfruta sintiéndose poderoso
2. Trata de dominar y manipular a sus compañeros
3. Tiene cierta popularidad entre sus compañeros
4. Es físicamente más grande y fuerte que sus compañeros.
5. Es impulsivo
6. Le gusta ganar siempre, odia perder
7. Parece que le da satisfacción producir miedo o incomodidad entre sus compañeros
8. Se preocupa se otros no lo “respetan”, es decir no le temen
9. Es poco empático
10. Tiene poca compasión por el resto
11. No puede “ponerse en los zapatos del otro”
12. Para conseguir lo que desea está dispuesto a utilizar a los demás
13. Defiende sus actos negativos diciendo que los otros “se merecen” ese tipo de trato
14. Logra que los adultos no se enteren de sus malos comportamientos o al menos lo intenta
15. Disfruta cuando existen conflictos entre otras personas
16. Se muestra calmado cuando esta implicado en un conflicto
17. No muestra emociones cuando se habla de su participación en un conflicto

18. Culpa a otros de sus problemas
19. No acepta su responsabilidad por sus actos negativos.
20. Casi no muestra arrepentimiento por sus actos negativos
21. Dice ser malinterpretado, o que no se le respeta y por eso ataca primero
22. "pone a prueba" al profesor esperando a ver como reacciona
23. Vulnera las normas establecidas o no las hace caso
24. Muestra un actitud desafiante ante los adultos
25. Busca atención, no importa si es positiva o negativa
26. Es llamado la atención constantemente por sus faltas disciplinarias
27. Su autoestima es normal o alta
28. Le cuesta ser parte de un grupo
29. Tiene pocas habilidades sociales
30. Tiene un grupo de amigos que hacen todo lo que él dice

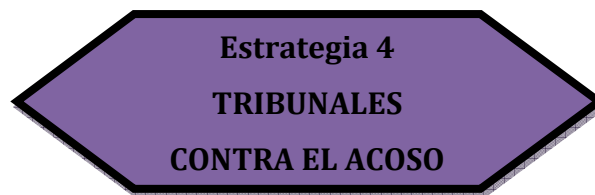


Estrategia 3
NO ACOSE AL

Muchas veces puede provocar acosar a un bully, pero esto no va a tener un mayor efecto en el bully, por que puede reprimir su conducta temporalmente, pero si el profesor se muestra como un acosador, esto va a reforzar la actitud del bully, pues va a saber que esta conducta es completamente aceptable.

También puede ser que el acosador, simplemente busque otros espacios para atacar a sus víctimas o que finalmente el acoso ejercido por el adulto, termine convirtiéndolo en una persona con baja autoestima y se convierta en una víctima del bullying de sus propios compañeros.

La intención de hacer una intervención con un acosador debe tener como único objetivo que esa persona deje de lado ese comportamiento, no que se acabe con su autoestima y se lo estigmatice.



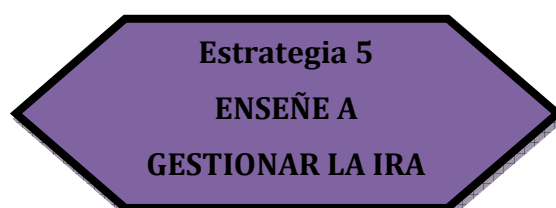
Estrategia 4
TRIBUNALES
CONTRA EL ACOSO

Una buena forma de buscar un “castigo” adecuado para un caso de bullying es con los tribunales contra el bullying.

Ante un incidente de bullying se forma un tribunal conformado por los estudiantes compañeros del acosador. La mitad del tribunal está conformado por los amigos o compañeros que el acosador escoja y la otra mitad por estudiantes escogidos por el profesor. El profesor hace las veces de presidente para garantizar que sea hecho con honestidad.

Las sentencias que se usaran como castigo no pueden ser si no sencillas como quedarse en el recreo limpiando el aula, no salir a recreo o no asistir a una actividad específica. No se puede usar como castigo disminución de notas, ni disciplinarias ni académicas, ya que los estudiantes no tienen potestad para esto.

Estos tribunales sólo se pueden aplicar en casos de acoso menor, es decir cuando la víctima no haya sido puesta en riesgo, ya que esto les compete a los profesores y los directivos.



Estrategia 5
ENSEÑE A
GESTIONAR LA IRA

Muchos estudiantes se convierten en acosadores pues no saben manejar su ira ni sus frustraciones.

Usted puede enseñar a sus estudiantes a gestionar su ira mediante la reflexión, sin embargo en un momento de ira esto puede resultar difícil ya que no va haber un grupo de apoyo.

Una buena estrategia, cuyo uso ha sido muy extendido es contar del 1 al 10 y luego contar del 10 al 1 y luego hasta el 1, pero a esto le puede sumar, el juego de la tortuga que consiste en que el acosador no sólo va a contar hasta el diez, si no que mientras lo hace va a pegar su mentón al pecho, cerrar los ojos, poner las manos abiertas sobre los muslos y los brazos estirados y las piernas estiradas y juntas.

Esto ayuda a que el momento de ira sea reprimido dentro del agresor, además al eliminar el contacto visual el acosador va a tener menos oportunidades de reaccionar contra la víctima.

Actividad 1
¿ERES UN ACOSADOR?

Este cuestionario puede ser aplicado a todos los estudiantes, esto puede ayudar a los mismo a que conozcan cuales de sus acciones deben ser mejoradas para no convertirse en acosadores.

Recuérdelos a los estudiantes que deben ser completamente sinceros y que las respuestas serán mantenidas en privado.

1. ¿Te metes con personas más pequeñas que tú o con animales?	Sí	No
2. ¿Te gusta burlarte de otras personas?	Sí	No
3. Si te burlas de otras personas ¿te gusta ver como se molestan?	Sí	No
4. ¿Te parece chistoso cuando otras personas cometen errores?	Sí	No
5. ¿Te gusta coger las pertenencias de otras personas o dañarlas?	Sí	No
6. ¿Quieres que tus compañeros piensen que eres el “más duro” del colegio?	Sí	No
7. ¿Te enojas mucho o no se te pasa rápido?	Sí	No
8. ¿Culpas al resto de las cosas que no te salen bien?	Sí	No
9. ¿Te gusta vengarte de quienes te hacen daño?	Sí	No
10. Cuando juegas ¿te gusta ganar siempre?	Sí	No

Actividad 2
LOS MOTIVOS

Los acosadores, en la mayoría de casos, no tienen un motivo específico para acosar a sus iguales, simplemente tienen una necesidad de poder que les incentiva a lastimar a

aquellos más débiles. Pero detrás de esa dura máscara suele haber una persona que también vive una situación de violencia en su propio hogar, por esto es importante conocer cuales son las motivaciones que tienen los bullies para acosar a otros, se sorprenderá sabiendo que el acoso que realizan no tiene casi nada que ver con sus víctimas en el colegio, si no que la mayoría se deben a la violencia que vive en su hogar.

LOS MOTIVOS

1. En tu vida en general ¿hay alguien que se mete contigo o te molesta?
2. ¿te sientes sólo en la escuela?
3. ¿tienes miedo de que se metan contigo?
4. Si otras personas te hacen daño ¿sientes la necesidad de vengarte?
5. ¿Sientes necesidad de demostrar que eres más fuerte que el resto?
6. ¿te gusta llamar la atención y que se fijen en ti?
7. ¿crees que siempre debes ganar? ¿te molesta perder?
8. ¿sientes envidia de otras personas?
9. ¿hay alguien que te irrita hasta el punto de no poder soportarlo?
10. Cuando haz herido a otra personas ¿te sientes fuerte o importante?
11. ¿hay algo en tu vida que te hace sentir temor?
12. Cuando estas triste o enojado ¿crees que la única forma de liberarte de tu ira es descargarla con otra persona?
13. ¿hay algo en tu vida que te haga estar molesto la mayoría del tiempo?
14. ¿el colegio te resulta difícil?
15. ¿te da la sensación de que siempre decepcionas a las personas?
16. si eres más grande y fuerte que tus compañeros ¿eso te hace sentir poderoso?

Actividad 3
¡PARA UN MOMENTO Y PIENSA!

Esta actividad tiene como objetivo hacer que los estudiantes piensen antes de actuar de manera inapropiada y que reflexionen sobre su conducta y así elegir una opción mejor.

Esta actividad se puede trabajar de dos maneras, la primera puede ser que los estudiantes creen situaciones ficticias sobre su comportamiento y las actúen en frente de la clase y que sus compañeros utilicen el letrero de PARA Y PIENSA y el estudiante que está actuando reflexione sobre su conducta y la mejore.

La segunda forma en que se puede trabajar con esto es que existan varios letreros PARA Y PIENSA disponibles en el aula de tal manera que puedan ser utilizados tanto por estudiantes o por maestros. Estos pueden ser mostrados a los estudiantes que muestren una conducta incorrecta y llevarlos a la reflexión.

Al mostrar el letrero se podrá hacer reflexionar a los estudiantes sobre su conducta y evitar problemas graves e incluso se podrá controlar la disciplina de una manera silenciosa ya que no es necesario interrumpir la clase para usar los letreros.

Los letreros pueden ser elaborados en un material resistente como el fomix o cartulinas y deben tener por un lado un signo de pare y por el otro uno de piensa, de la siguiente forma:

