

INFORMACIÓN PARA LAS FAMILIAS SOBRE EL ACOSO ESCOLAR

¿QUÉ ES EL ACOSO ESCOLAR?

Según Olweus (1986,1991) *“un alumno es agredido o se convierte en víctima cuando está expuesto, de forma repetida y durante un tiempo, a acciones negativas que lleva a cabo otro alumno o varios de ellos”*. Estas acciones negativas pueden tomar diversas formas, pero siempre provocan sufrimiento y trastornos relacionados con el estrés que el alumno sufre.

- Agresiones físicas:
 - Directas: pegar, dar empujones, amenazar, intimidar...
 - Indirectas: esconder, romper, robar...objetos de la víctima.
- Agresiones verbales:
 - Directas: vocear, burlarse, insultar y poner motes.
 - Indirectas: hablar mal a sus espaldas, hacer que lo oiga “por casualidad”, enviarle notas groseras, cartas, pintadas, difundir falsos rumores, etc.
- Agresiones relacionales (exclusión social):
 - Directas: exclusión deliberada de actividades, impedir su participación (se ve a la víctima alejada en el patio, en clase es evitada, siempre queda sin pareja).
 - Indirectas: ignorarla, hacer como si no estuviera o como si fuera transparente

La definición anterior también destaca que las acciones negativas se producen de forma repetida en el tiempo, por lo que una pelea puntual entre alumnos de igual edad y fuerza física no puede ser considerada como acoso. En el acoso el alumno expuesto a las agresiones tiene dificultad para defenderse.

CÓMO SABER SI VUESTRO HIJO ES VÍCTIMA DE MALTRATO

Puede resultar difícil detectar una situación de maltrato. En algunas ocasiones los niños lo ocultan a sus padres porque sienten culpa o vergüenza de lo que les está pasando, o porque no creen que sea un maltrato sobre todo si se produce de forma indirecta. Otros niños lo cuentan enseguida a los adultos, bien sean sus padres o sus profesores. En cualquier caso existen signos externos que pueden ayudar a captar que algo está pasando:

- Somatizaciones, por la mañana se encuentra mal, tiene dolor de cabeza, de tripa..., en la escuela dice que no se encuentra bien y pide que le vayan a recoger...
- Cambios de hábitos, se salta clases, no quiere ir a la escuela, pide que le acompañen, no quiere salir o quedar con amigos...
- Baja el rendimiento académico
- Cambios de carácter, está irritable, se aísla, se muestra introvertido, arisco, llora sin motivo aparente, pierde confianza en sí mismo...
- Alteraciones del apetito
- Alteraciones del sueño
- Vuelve a casa con la ropa o el material rotos, tiene moratones o heridas inexplicables
- Empieza a amenazar o agredir a otros niños o hermanos menores
- Rehúsa decir por qué se siente mal e insiste en que no le pasa nada.
- En otros casos se queja de forma insistente de que recibe insultos, burlas o agresiones.
- En los casos más graves puede llegar a tener ideaciones o a realizar intentos de suicidio

¿Y SI ES MI HIJO/A QUIÉN MALTRATA A OTROS?

Puedes saber si tu hijo es un agresor si:

- Se muestra agresivo en el seno de la familia.
- Es impaciente e impulsivo, y se enfada con facilidad cuando no consigue lo que desea, utilizando incluso la agresividad física o verbal.

- Parecen no importarle los sentimientos y los derechos de los demás.
- No controla sus reacciones, intenta imponerse a los demás por la fuerza.
- Insulta, humilla o ridiculiza en público.
- No presenta sentimientos de culpa cuando hace daño e incluso miente para justificar su conducta.
- Con frecuencia nos comunican del colegio que ha tenido enfrentamientos y peleas.

¿QUÉ PODEIS HACER?

➤ SI PENSAS QUE VUESTRO HIJO ESTÁ SUFRIENDO MALTRATO

Los padres suelen percibir enseguida qué a su hijo le está pasando algo. Es muy importante escucharle, creerle y emprender acciones positivas.

- Si sospechas de la situación pregúntale directamente, anímale a hablar y dile que estás preocupado por lo que le pasa y que le vas a ayudar sea cual sea el problema.
- Reacciona con calma, no le hagas reproches ni le culpabilices. Tranquilizarlo es uno de los pasos más importantes que los padres pueden dar. Enseña a tu hijo a sentirse a gusto consigo mismo.
- Refuerza su autoestima elogiando sus capacidades personales.
- Pide que te explique qué ha pasado con el máximo detalle: si ha ocurrido en otras ocasiones, quién está implicado, quién lo ha visto, dónde ha ocurrido... Evalúa la importancia y la gravedad de la situación.
- Aunque te sientas enfadado, piensa que la escuela es la que tiene la responsabilidad de actuar en este problema, y no emprendas acciones como enfrentarte al agresor o sus padres. Esto podría crear más problemas. No tomes medidas sin tener en cuenta su opinión.
- Anima e intenta convencer a tu hijo para que se lo cuente a su tutor/a u otro profesor o jefe de estudios de su centro educativo.
- Pide una entrevista en el centro escolar con el tutor y/o el director del centro y entre ambos pensad la manera de ayudar a tu hijo e intentad llegar a acuerdos sobre lo que hará cada uno.
- Propicia que amplíe su grupo de amigos del centro escolar, facilitándole actividades en las que quiera participar.
- Si a pesar de todo no te dan suficientes garantías de que tu hijo está seguro, no dudes en buscar ayuda donde creas que pueden ofrecértela.

La manifestación de estas conductas no siempre se debe a situaciones de maltrato, por lo que es esencial charlar con nuestros hijos e indagar acerca de lo que les puede estar ocurriendo. La comunicación con un hijo adolescente no siempre es fácil pero los padres debemos emplear todas las estrategias posibles para hablar con nuestro hijo, si sospechamos que puede estar en situación de riesgo o padece acoso.

➤ SI ES UN AGRESOR

Aunque no comprendas los motivos por lo que tu hijo se comporta de esa manera debes intentar acercarte a él y hacerle entender que su conducta es inaceptable y que puede tener consecuencias negativas para él. Paralelamente hay que ayudarles y alentarles para que cambien.

- Trata de que entienda la gravedad del problema, parando inmediatamente las agresiones, no se debe considerar "cosas de chicos"
- Habla decididamente con él sobre lo que está haciendo, pero no le amenaces o te comportes de forma agresiva. Mantén una supervisión cercana e indícale con toda claridad que el maltrato no es lícito ni admisible y que se debe valorar el respeto a las otras personas.
- Intenta que se ponga en el lugar de la víctima. Hazle entender sus sentimientos.
- Indaga también por otros medios para esclarecer los hechos y actuar inmediatamente.

- Ofrécele modelos y ejemplos de conducta positivos para que adquiera nuevas actitudes.
- Ayúdale a pensar cómo reparar el daño causado y a asumir la responsabilidad que le corresponda.
- Refuerza los cambios positivos que observes en su conducta.
- Ponte en contacto con el centro y colabora en las medidas educativas que se adopten en el mismo.

Los padres deberemos revisar los antecedentes educativos de nuestro hijo y los modos de relación familiar, para rectificar aquello que puea estar alentando la conducta agresiva de nuestros hijos/as.

➤ **SI ESTÁ SIENDO TESTIGO DE AGRESIONES**

- Habla con él de las consecuencias que las agresiones pueden tener tanto en él como en sus compañeros.
- Convéncele de que callarse no ayuda ya que el silencio refuerza al agresor.
- Hacerle saber que no hay justificación posible, que los conflictos se deben abordar desde el diálogo y la comunicación y que deben mostrar su discrepancia con dichos actos, y en ningún caso reforzar la conducta de los agresores con risas y complicidades.
- Ayúdale a buscar soluciones al problema y a que se sienta bien cuando apoye a un compañero/a que sufre acoso.

Es necesario que nuestros hijos e hijas aprendan que lo que se valora y aquello en lo que se cree hau que defenderlo. Que le respecto mutuo y la convivencia son valores necesarios e insustituibles para todos nosotros y para la sociedad en general.

SI CREES QUE TU HIJO/A TIENE ALGUNO DE ESTOS PROBLEMAS Y NECESITAS AYUDA....

- Ponte en contacto rápidamente con el centro escolar.
- No intentes solucionarlo directamente con los padres del niño agresor, debe ser el centro o la inspección educativa quién intervenga.
- Se debe de tener en cuenta, que cambiar a la víctima de colegio, no siempre surte efecto, ya que determinadas circunstancias personales no garantizan que no se vuelvan a dar incidentes semejantes en el nuevo colegio, además en poblaciones pequeñas, podría ser más que probable un efecto de contaminación por parte de integrantes del entorno de los acosadores, en un nuevo Centro Escolar dentro de la misma población.
- Esta Dirección General de Educación cuenta con un servicio de atención directa para padres y madres, profesores y alumnos. Puedes contactar a través del teléfono gratuito **900 100 509** o en la dirección de correo electrónico: acosoescolar@larioja.org

OTRAS ASOCIACIONES U ORGANISMOS a los que acudir.

- Línea de ayuda contra el Acoso Escolar de la Asociación PROTÉGELES, con la colaboración, entre otros organismos, del Gobierno de La Rioja y Fundarco:
 - www.acosoescolar.info
 - contacto@protegeles.com
- Teléfono del Menor de la FUNDACION ANAR:
 - **900 20 20 10**