

# Podemos prevenir el bullying

R. Raposo, T. Aller, V. de Sousa-Serro y S. Fernández / Educo



Guía para trabajar en familia  
la violencia entre iguales en la infancia

**Título**

*Podemos prevenir el bullying*

**Primera edición:** septiembre 2016

© FAPMI / Raquel Raposo Ojeda, Tomás Aller Floreancig, Viviana de Sousa-Serro y Selma Fernández Vergara

© EDUCO

*Se permite la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento siempre que se mencione la fuente y se haga sin fines comerciales.*

Impreso en España

**ISBN:** 978-84-945828-5-1

**Depósito Legal:** B 15661-2016

**Producción:** Montse Bobés, Mara Bueno, Aurea Ferreres, Clarisa Giamello

**Ilustraciones:** Cristina Torrón

**Corrección:** Christine Antunes

**Dirección creativa y maquetación:** Elena Martí

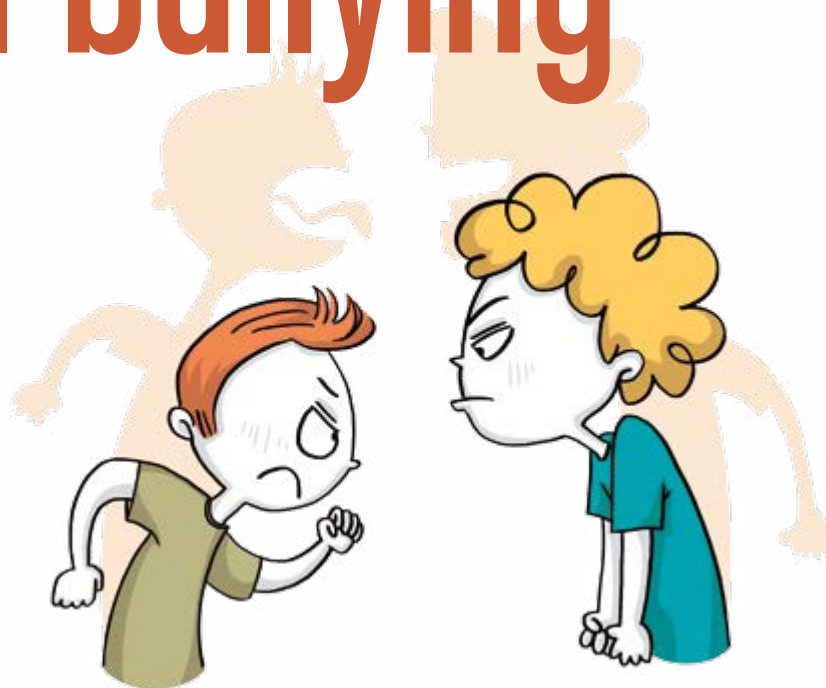
**Agradecimiento:** Asociación Catalana para la Infancia Maltratada (ACIM), Asociación Andaluza para la Defensa de la Infancia y Prevención del Maltrato Infantil (ADIMA)



Member of

**ChildFund**  
Alliance

# Podemos prevenir el bullying



Los niños y niñas pueden ser víctimas y también testigos de diferentes situaciones de violencia física, sexual o emocional. Este problema no entiende de fronteras, culturas o estratos sociales. Tiene graves consecuencias para la salud física y mental de los niños, niñas y adolescentes así como para su desarrollo y bienestar.

Esta guía es una herramienta para que las familias puedan reconocer las formas de violencia entre iguales, detectar si sus hijos o hijas están agrediendo o si sufren agresiones y saber qué hacer para ayudarles.

**El artículo 19 de la Convención de los Derechos del Niño de Naciones Unidas** establece que “Los Estados Partes adoptarán todas las medidas (...) para proteger al niño contra toda forma de perjuicio o abuso físico o mental, descuido o trato negligente, malos tratos o explotación, incluido el abuso sexual (...)”. Esta definición de violencia incluye también la violencia que se da entre los propios niños y niñas.

En los últimos años ha crecido la preocupación por una forma específica de violencia hacia la infancia y la adolescencia: la violencia que los niños y niñas ejercen entre ellos, también llamada violencia entre iguales o *bullying*.

Los niños y niñas comparten espacio y tiempo en la escuela, en familia, practicando deporte, juegos o aficiones, o comunicándose a través de las redes sociales y las tecnologías de la información y la comunicación (Internet, foros, chats, etc.).

En estos espacios reales y virtuales, uno o más niños pueden ejercer violencia y dañar a otro niño o niña, la víctima, abusando de un poder que puede deberse a la fuerza física o la corpulencia, al rol en el grupo u otros elementos.

La violencia entre iguales daña a la víctima, pero también tiene consecuencias para los demás niños y niñas que forman parte de la situación, ya sea como agresores, colaboradores, reforzadores, espectadores o defensores.



## El maltrato puede darse en forma de...

- Insultos, agresividad verbal, destrucción, robo o deterioro de cosas.
- Amenazas, intimidación con algún objeto o chantaje a través de alguna fotografía o información personal.
- Ataques a las habilidades, limitaciones, discapacidades u otras características.
- Golpes, empujones o patadas.
- Conducta de tipo sexual con o sin contacto físico.
- Exclusión de actividades, juegos, grupos o contactos.

...y de forma continuada en el tiempo

# Características del bullying

El maltrato entre iguales se da entre una o varias personas menores de edad y la víctima también es menor de edad. Sus características:

- Existe una diferencia de poder entre la víctima y la persona agresora por la diferencia de edad, fuerza física o corpulencia, el liderazgo en el grupo, o bien porque hay más participantes que apoyan a los agresores.
- Se produce en un lugar ajeno a la vista de las personas adultas que pueden protegerlos y puede darse tanto en un espacio público como privado. Por ejemplo, a través de una conversación de chat o en el patio del colegio.
- La víctima cree y siente que no puede defenderse, sobre todo si hay otros niños y niñas presentes y no hacen nada por evitarlo. Si la violencia es a través de las redes sociales e internet, es más difícil defenderse porque quien la ejerce puede actuar bajo el anonimato de un alias.
- Existe la intención de abusar de ese poder, de elegir a la víctima y de acosarla.

**El bullying no es una broma pesada, ni un hecho aislado, ni un malentendido o conflicto puntual. Es intencionado, surge de un abuso de poder, se repite en el tiempo y daña a la persona que lo sufre.**



# Tipos de violencia

La violencia entre iguales es un tipo de violencia hacia la infancia. Puede ser física, psicológica y emocional o sexual y estas formas pueden producirse al mismo tiempo. En todos los casos hay siempre violencia psicológica y emocional.

A excepción de las conductas físicas, que se dan a través del contacto directo con la víctima y sus pertenencias, los demás tipos pueden ejercerse directamente sobre la víctima o a través de otros canales, como redes sociales e Internet.



## Física

Es cualquier acción que provoque o pueda provocar daño físico en una persona. La violencia física también puede ejercerse hacia sus pertenencias (rompiéndolas, escondiéndolas, etc.).

En ambos casos la intención es provocar miedo y sensación de indefensión así como dañar los sentimientos de la víctima a través de objetos que le pertenecen y aprecia.

## Psicológica

Se pretende asustar, intimidar, despreciar y hacer sentir mal a la víctima. Cuando hay presencia del grupo se daña a través de la humillación ante los demás.

## Verbal

Insultar, crear rumores sobre una persona, buscarle nombres ridículos, reírse de alguna característica física, intelectual, sensorial, vestimenta u otras relacionadas con su etnia, cultura, religión, identidad u orientación sexual; quitándole así valor a la persona y dañándola.



## Sexual

En un contexto de violencia entre iguales, más allá de la satisfacción sexual, prevalece la intención de humillar públicamente a la víctima o conseguir que los demás la rechacen.

## Exclusión social o aislamiento

Para la víctima resulta especialmente dolorosa la exclusión social o aislamiento que se deriva de las situaciones de violencia y maltrato entre iguales. Las acciones de la persona agresora van dirigidas a no dejarla participar en una actividad, juego, tarea, deporte, fiesta, chat, etc. Otra forma de excluir a la víctima sería obligándola a que realice conductas no aceptadas socialmente, a fin de que sea rechazada por el grupo.

La víctima se siente poco valorada, no querida, ignorada, y en definitiva excluida y aislada de cualquier comunicación o relación con sus iguales. Esta consecuencia es grave porque la socialización es muy importante para el desarrollo del niño o niña.

La víctima no puede hacer nada para evitar la agresión porque no tiene la suficiente fuerza física o psíquica.



La forma de prevenir y afrontar la violencia entre iguales es a través de la educación en el buen trato hacia todas las personas, incluyendo otros niños y niñas.



# Algunos falsos mitos

## Este tipo de experiencias son duras de vivir pero curten

Es cierto que todos los niños y las niñas discuten y esto es fundamental para que aprendan a resolver las situaciones de conflicto con los demás. En estos casos, resolver el conflicto implica que las dos partes tienen que ceder en algo para llegar a un acuerdo. En el caso de la violencia entre iguales, ni siquiera se busca este acuerdo y se impone la voluntad del más fuerte.

## Se da sobre todo entre chicos

La violencia entre iguales no es solo física, en la mayor parte de los casos es psicológica y se da en forma de insultos, humillaciones, bromas pesadas, etc. Tanto chicos como chicas pueden llegar a ejercerla o sufrirla.

## Los acosadores vienen de familias desestructuradas

La violencia contra la infancia y en concreto la violencia entre iguales se da en cualquier lugar y no depende de estratos sociales ni de nivel socioeconómico.





## Las tecnologías de la comunicación



Las tecnologías suponen nuevas herramientas de comunicación y nuevos espacios de relación. **Prácticamente todos los niños y niñas de entre 10 y 15 años tienen acceso a Internet** y, por lo tanto, a toda una serie de herramientas que facilitan estas relaciones sociales. La violencia entre iguales también puede darse a través de estas tecnologías, principalmente a través de las redes sociales donde adquiere una especial complejidad tanto por la publicidad y exposición de la víctima como por la impunidad que el anonimato puede ofrecer a la persona agresora.

# El papel de los niños y las niñas en el acoso



Cuando se produce una situación de maltrato entre iguales existen dos participantes: **el niño o niña víctima**, que padece y sufre la agresión, y el **niño o niña agresora**, que es quién ejerce la violencia de forma directa o indirecta desde una posición de poder.

Las y los **espectadores** observan los comportamientos violentos hacia otros compañeros, pero no dicen o no hacen nada por temor a sufrir agresiones y convertirse en víctimas. Tal vez creen que no pueden hacer nada o que incluso podría repercutir negativamente en la víctima o en ellos.

Otros niños y niñas pueden **reforzar** con su comportamiento las conductas violentas del niño agresivo o la niña agresiva a través de las risas, asintiendo, ofreciendo información personal, grabando y reenviando imágenes de esta situación, etc.

En algunos casos, el niño o niña que ejerce la violencia necesita de la participación en la situación de **colaboradores** que molesten, sujeten a la víctima...

Por último, cuando se produce este tipo de violencia, hay niños y niñas que se muestran **defensores** de las posibles víctimas, actúan directamente para poner fin a la situación de violencia o piden ayuda a una persona adulta.



La víctima se siente indefensa y no puede hacer frente al problema por sí misma.

## Víctima, espectador o acosador

**Debemos aceptar la idea, por dolorosa que resulte, de que nuestro hijo o hija pueda ser víctima o agresor. En ambos casos habrá que acompañarle y ayudarle.**

Los niños y niñas pueden asumir distintos roles (agresor, víctima, espectador,...) en diferentes espacios o momentos de sus vidas. Por ejemplo, sufrir acoso en el cole y colgar en redes sociales comentarios humillantes sobre otro compañero o compañera.

Hay determinadas conductas, características o circunstancias que, aunque no son determinantes, pueden contribuir a que llegue a producirse una situación de violencia entre iguales.

Ninguno de estos factores es suficiente para que un niño o niña se convierta en víctima, persona agresora o espectadora de este tipo de situaciones, pero debemos conocerlos y estar vigilantes si observamos algunas señales.



La vida de una persona se desarrolla en distintas esferas o ámbitos: circunstancias individuales, familia, amistades, escuela, barrio, sociedad, cultura, medios de comunicación...

En cada uno de ellos se dan factores que pueden influir para que se dé una situación de violencia o, por el contrario, para que el niño o niña la evite o sepa afrontarla sin dañar a nadie y sin permitir que le dañen.

## Factores que pueden influir en que un niño o una niña sea víctima

- Pueden ser niños y niñas que tienen pocas relaciones con los demás o dificultades para comunicarse, tener amigos e incluirse en un grupo.
- Creen que no pueden defenderse y que la situación de violencia no va a cesar.
- Piensan que merecen ciertas respuestas negativas por parte de los demás.
- A menudo disimulan u ocultan sus dificultades o problemas.
- Como resultado de lo anterior aprenden a no pedir ayuda, y esto les hace especialmente vulnerables para convertirse en víctima.
- Pueden presentar alguna singularidad que la persona agresora aprovecha como pretexto para iniciar el hostigamiento y situarse en una posición de superioridad y poder: el físico, alguna capacidad y aficiones diferentes, gustos, etnia, cultura, estatus, forma de vestir, etc.

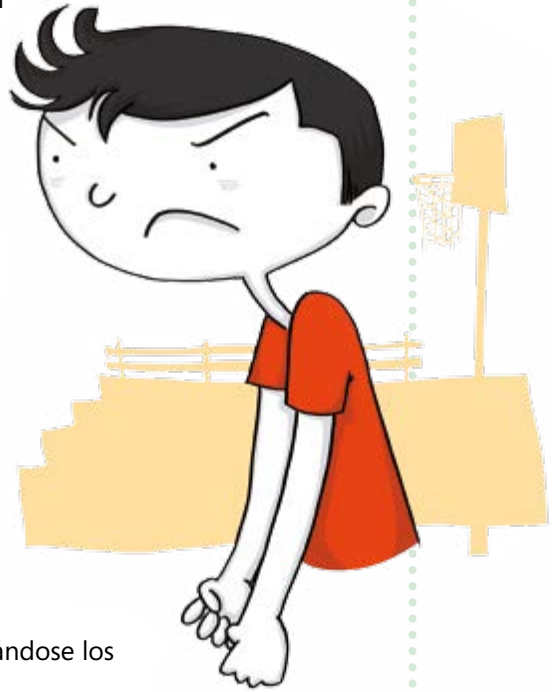


## Algunos colectivos pueden tener más posibilidades de sufrir violencia por razón o condición de:

- **Religión**
- **Raza o etnia**
- **Medio socioeconómico**
- **Orientación sexual**
- **Discapacidad**
- **Enfermedad**
- **Apariencia física:** llevar gafas o aparatos, tener sobrepeso, algún rasgo físico particular como acné, orejas o nariz grandes o ser pelirrojo, entre otros.

## Factores que pueden influir en que un niño o una niña sea agresor

- No sabe ponerse en el lugar de los demás y/o reconocer las emociones ajenas. Solo piensa en sí mismo.
- Impone su criterio en la relación con los demás y no suele utilizar el diálogo o la negociación para resolver problemas.
- Utiliza la fuerza física o la amenaza como medio de persuasión.
- Ataca a los que cree mejores que él o ella, o que pueden quitarle protagonismo ya sea por el físico, la inteligencia, las cualidades en el deporte o el estatus, o bien a quienes tienen alguna diferencia de etnia, religión, cultura, identidad u orientación sexual, que no son aceptadas por el agresor.
- Puede mostrarse seguro de sí mismo y en realidad necesita atención por parte de quienes le rodean.
- No acepta bien los errores o fracasos, intenta conseguir sus objetivos a toda costa, incluso saltándose los límites, las normas y el respeto a los demás.
- No reconoce las relaciones en términos de igualdad sino según un patrón de dominio-sumisión.
- Suele ser competitivo por encima de cualquier otro criterio.
- No dispone de normas internas para controlar de forma adecuada su conducta. Actúa por impulso.
- Suele hacer una mala interpretación de cualquier comentario o gesto, que vive como ataques personales o provocaciones, no acepta las críticas, ni información que pueda cuestionar su posicionamiento.
- No maneja adecuadamente las emociones como la rabia o la ira.
- El remordimiento es escaso, no reconoce sus errores, ni pide disculpas. Justifica su comportamiento y echa la culpa a los demás.
- Ha crecido con normas autoritarias, sin diálogo, ni acuerdos o por el contrario, ha sido educado en un entorno sobreprotector, que no le ha dado ocasión de enfrentarse a la frustración ni a aprender reglas, ni a negociar, ni a tener en cuenta las necesidades de los demás.



## Factores que pueden influir en que un niño o una niña sea espectador

- Acepta la violencia, que puede justificar y vivir como una manera legítima y habitual de comunicarse y relacionarse.
- Consiente la injusticia o la desigualdad sin rebelarse ante ellas.
- No suele implicarse en cuestiones que cree que no le afectan directamente.
- No resuelve de forma efectiva las dificultades a las que se enfrenta.
- Muestra cierta indolencia o indiferencia en general.
- Puede tener miedo de convertirse también en víctima.



## Actitudes frente al acoso

No todas las personas responden de la misma manera ante una situación de acoso. Hay las que aprueban o desaprueban la situación y las que participan de forma activa o pasiva.

La situación de acoso se mantiene si:

- **apruebas la violencia o te sumas a la agresión**
- **si no haces nada ante la violencia**
- **desapruebas, pero no actúas para frenarla**

Debemos fomentar en nuestro entorno que no estamos de acuerdo con este tipo de situaciones y que es adecuado oponerse activamente.

### El tipo de familia puede predisponerlos a actuar como agresores:

- Predomina un estilo educativo autoritario y métodos coactivos y violentos en la educación.
- Suele haber permisividad hacia la conducta violenta.
- Refuerza, apoya y aprueba las conductas violentas.
- Sobreprotege, lo que hace que los niños y niñas no sepan o tengan dificultades para tomar decisiones o para superar sus problemas de forma autónoma.



### Según el método educativo, la escuela puede fomentar ciertas actitudes violentas:

- Competitividad.
- Disciplina autoritaria, medidas punitivas y sancionadoras.
- Normas inadecuadas y faltan pautas disciplinarias positivas.
- Enseñanza insuficiente de habilidades sociales, educación emocional y técnicas de resolución de conflictos.

### La sociedad y la cultura también influyen en la forma en que se relacionan los niños y las niñas:

- Creencias y costumbres sociales.
- Medios de comunicación social.
- Permisividad social hacia la violencia.



# Cómo prevenir la violencia entre iguales desde la familia



La prevención desde la familia implica establecer vínculos positivos con nuestros hijos e hijas basados en la confianza y la seguridad desde la primera infancia. Esta seguridad les proporciona recursos como la paciencia, el respeto, el lenguaje, la voluntad, el saber escuchar, que les serán de mucha utilidad para enfrentarse a las dificultades, esforzarse para superarlas y resolverlas de forma adecuada. También aprenderán a tener calma ante los fracasos y a pedir ayuda.

La atención que un niño o niña recibe de su familia, el apoyo emocional y el aprendizaje sobre el control de su conducta contribuyen a aumentar su capacidad para respetar a los demás a través de normas claras y límites adecuados.



Algunos de nosotros convivimos con niños y niñas preadolescentes. Es fundamental tener en cuenta qué les pasa de manera que nos sea más fácil educarlos. Es normal que quieran pasar cada vez menos tiempo con nosotros y más con su grupo de iguales. Los chicos y chicas de estas edades empiezan a tener más conciencia del contexto social y el grupo de amigos cobra cada vez mayor importancia. También empiezan a cuestionar las normas familiares y esto puede dar lugar a malas contestaciones, entre otros conflictos.

## ¿Qué sabemos de nuestros hijos e hijas?

Muchas veces las familias tendemos a preocuparnos más por el rendimiento escolar de nuestros hijos e hijas que por lo que han hecho durante el recreo, qué tal les va con sus amistades o cómo se llevan con sus profesores.

Es fundamental dar importancia a todo lo que tiene que ver con sus iguales y cómo se sienten de queridos, aceptados, valorados y respetados por ellos.



## Hablemos, hablemos y hablemos

Para que comprendan en qué consiste el bullying y sobre todo qué hacer si se encuentran en este tipo de situaciones, tanto si les está pasando directamente como si saben que le está pasando a otros, debemos mantener un diálogo fluido y hablar mucho entre nosotros. Solo así sabrán que pueden contar con nosotros si esto ocurre.



# ¿Cómo educamos?



## Reflexionemos...

¿Utilizamos un tipo de disciplina autoritaria con un alto control sobre nuestros hijos e hijas y exigimos obediencia con poca comunicación?

\*\*\*

¿Actuamos de forma permisiva, excesivamente condescendiente, sin controlar ni exigirles demasiado?

\*\*\*

¿Apoyamos a nuestros hijos e hijas?

\*\*\*

¿Somos una familia democrática y combinamos la exigencia y el control con muestras de afecto y una buena comunicación?

\*\*\*

¿Nos cuesta poner límites y mostrarles afecto y cariño?

\*\*\*

¿Cómo es nuestro modelo de comportamiento? ¿Podemos llegar a ser personas intimidadoras?

\*\*\*

¿Cómo nos comunicamos en casa? ¿Tendemos a interrogarles o podemos hablar y mantener un diálogo?

## Cerca de la escuela

Es importante que estemos en contacto y que podamos comunicarnos con las personas que educan a nuestros hijos e hijas y colaboremos, en la medida de lo posible, en las actividades del centro como asociaciones de familias, reuniones, puertas abiertas y actividades extraescolares, entre otras.



Vamos a acompañar a Jairo y a su familia tanto en situaciones positivas como en otras donde Jairo es víctima, espectador o agresor. En todas ellas, nuestros protagonistas expondrán sus emociones y fomentarán la comunicación para resolver los conflictos a través del buen trato y el refuerzo de los valores.



Jairo es un niño de 7 años que presenta discapacidad auditiva moderada, caracterizada en este caso por dificultades en el habla y aislamiento social.

Los padres de Jairo están preocupados por prevenir situaciones de maltrato entre iguales que puedan afectar a su hijo y son conscientes de que su discapacidad sensorial supone un factor de riesgo añadido. Por eso, han decidido promover más activamente la comunicación con su hijo y su participación en actividades en la familia, la escuela, así como otras de ocio y tiempo libre.

Para ello han decidido **llevar a cabo dos actuaciones:**

- **Informarse** acerca de todas las formas posibles de violencia entre iguales, así como de los principales agentes implicados, características y consecuencias, a fin de anticiparse y poder prevenirlas.
- **Ofrecer apoyo a Jairo** para potenciar sus habilidades de comunicación y poder crear espacios facilitadores para este fin dentro de la propia familia.

Así, se les ha ocurrido aprovechar una de las grandes aficiones de su hijo: dibujar y hacer fotos. Han decidido comprarle una cámara para que recoja en ella momentos, escenas y situaciones que le hacen sentir bien y otras que le pueden hacer sentir mal.

Tras unos días de haber hecho esta actividad, han decidido imprimir las fotografías de Jairo y sentarse a hablar de ello.



Con la ayuda de sus padres, Jairo expresa sus emociones y opinión sobre esta primera foto:

*"Está bien sentir que te hacen caso y que juegan contigo".*

Los padres refuerzan esta idea en Jairo con mensajes positivos:

*"Es importante tener amigos, formar parte de un grupo y celebrar y compartir juntos momentos de la vida. Te hace sentir bien y aprendes de cada uno de ellos".*



El juego, el buen trato y una relación positiva y saludable entre iguales, así como la integración en el grupo, previenen la discriminación, el aislamiento, y en definitiva las formas de violencia o maltrato entre iguales.



A Jairo le cuesta hablar sobre esta escena y se encoge de hombros. Sus padres lo abrazan y le dicen que están ahí para escucharlo y si no saben qué ocurrió no podrán ayudarlo.

Jairo se muestra avergonzado y explica en su lenguaje que los niños de la foto decían palabras feas sobre una chica, que le había enviado una foto en ropa interior a uno de ellos.

Jairo está preocupado por si algo similar pudiera ocurrirle a su hermana, mayor que él, que envía fotos desde el móvil a sus amigos.

Los padres de Jairo refuerzan que haya confiado en ellos contándoles sus sentimientos y su preocupación.

*“Los sentimientos de vergüenza ante situaciones que se refieren a la intimidad propia o ajena son normales. Nadie debería reírse, humillar, o difundir imágenes íntimas, por ningún medio; esto podría hacer mucho daño a la persona que sale en la foto o que es insultada”.*

*“No deberíamos realizar fotos íntimas con móviles u otros medios, y menos aún enviarla a nuestros contactos; pueden ser difundidas por error o intencionadamente a otras personas”.*

*“Agradecemos tu preocupación por tu hermana, porque te has puesto en su lugar anticipando las consecuencias, y nos has ayudado a darnos cuenta de que es importante que hablemos también de estos riesgos con ella”.*





Jairo llora cuando ve esta imagen y recuerda ese momento. Grita diciendo que no quiere volver a ir al colegio, y arruga la fotografía apartándola de la vista de todos.

Los padres responden que a ellos tampoco les gusta esa fotografía, que entienden su reacción de rabia y malestar, pero que de esa forma no se soluciona el problema, y que hay que actuar correctamente para que no vuelva a ocurrir, ni a él, ni a otros.



*"Sabes de sobra que no son ciertas las palabras feas de la pizarra. Eres un niño muy listo, observador y con mucha capacidad para aprender, y que aunque pueda costarte un poco más de esfuerzo o tiempo realizar algunas tareas, puedes hacerlas como cualquier niño o niña de tu edad".*

Jairo comenta que solo se le ocurrió borrar la pizarra, agachar la cabeza y llorar. El corazón le iba muy deprisa en ese momento y no contó nada ni en la escuela, ni a la maestra, ni a otros compañeros y compañeras de clase, ni tampoco luego cuando llegó a casa.

Los padres le demuestran mucho cariño en este momento, le acarician el pelo y la cara, y se acercan más a él en el sofá.

*"No es adecuado mantener en secreto ese tipo de acciones que nos hacen sentir mal, ni en la escuela ni en casa, cuando no podemos evitar que haya ocurrido. Hay que comunicarlo a una persona adulta que pueda ayudarnos en el momento si es posible y explicar a los demás niños y niñas cómo de mal pueden hacer sentir a otros, aunque no haya sido esa la intención inicial".*



Los padres de Jairo se muestran desconcertados al observar esta fotografía, aun así mantienen la calma. Le piden a Jairo que se tome su tiempo, pero que debe explicarles qué ha pasado.

A Jairo le cuesta levantar la cabeza, siente mucha vergüenza, porque además no se dio cuenta cuando le tomaron la fotografía, había soltado la cámara en ese momento y es el primer sorprendido al verla.

Después de un tiempo, aún enfurruñado, les cuenta que estaba cansado de ser siempre el niño del que todos se reían y pensó que así se sentiría mejor y formaría parte del grupo, que lo animó a hacerlo.

*"Aunque entendemos tus sentimientos de frustración, nunca puede ser una excusa para molestar a otros. Debes asumir tu responsabilidad y recordar cómo te has sentido cuando te han hecho daño a ti. Ponte en su lugar y pídele disculpas".*

Por otra parte, el hecho de no ser descubierto, o pensar que no va a quedar constancia de esta acción en una fotografía o relato, o cualquier otro medio, tampoco puede servir para justificar el mal comportamiento. Independientemente de ser observados o no, debemos tratar a los demás con respeto.

Ninguna acción inadecuada debe tener consecuencias positivas, como la integración en un grupo, y si así fuera, no deberíamos pertenecer a un grupo que daña a los demás.





Al observar esta fotografía, Jairo explica a sus padres que se sintió muy mal por no hacer nada, por no saber qué hacer. Sabía que su compañera iba a regalar el dibujo a su madre a la salida del colegio porque era el día de las mamis.

A la vez se sintió aliviado porque esta vez no la habían tomado con él y decidió que era mejor no meterse, porque no era asunto suyo.

*"Siempre que presenciemos un comportamiento injusto es asunto nuestro, no solo debemos tratar bien a los demás, sino contribuir a que todos nos tratemos bien. Si en ese momento no se sabe cómo actuar es adecuado buscar ayuda y consejo a una persona adulta de confianza para que lo solucione, y decir a estas chicas que lo que han hecho no está bien, explicándoles los sentimientos de malestar causados a la otra niña"*

Ante esta situación, Jairo tiene dos sentimientos diferentes: culpa por no ayudar y alivio por no ser la víctima. Sus padres le ayudan a identificarlos y a decidir cómo actuar.

Al día siguiente, Jairo decide ayudar a su amiga a hacer de nuevo el dibujo, piensa que así ambos se sentirán mejor. Le dirá que siente no haberla ayudado en el momento y le explicará el porqué.





Jairo manifiesta que lo que más le gusta de esta fotografía es que ninguna niña está sola y todas hacen cosas que les gustan, sin hacer daño a nadie. Hizo la foto porque le encantó el sonido de las risas.

*“¡Qué escena tan bonita!  
Probablemente todas las amigas  
se han divertido, ninguna se ha  
sentido sola. ¡Qué bien!”*

Han hecho muy bien en apoyar a la amiga que tiene la pierna escayolada porque todos, en algún momento o por alguna circunstancia, no vamos a poder hacer algo como nos gustaría y está bien que seamos capaces de adaptarnos a las circunstancias particulares de cada persona para que todas nos sintamos bien.



Los padres de Jairo proponen a su hijo dibujar juntos todas las fotografías, para poder cambiar lo que no les gusta y recordar qué hacer en cada caso.

# ¿Cómo detectar el bullying?



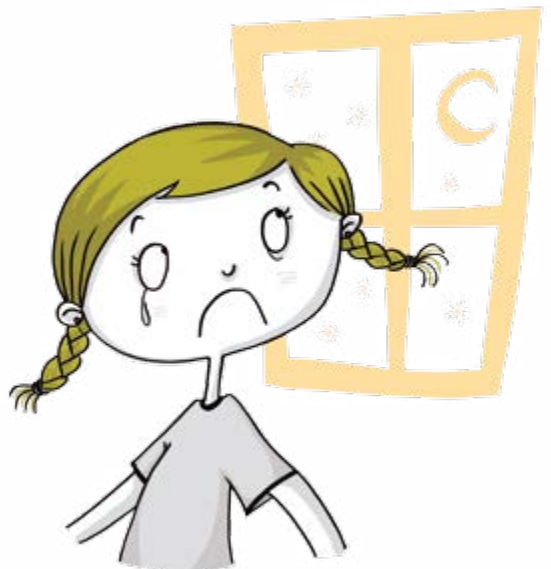
Aunque el problema de la violencia o maltrato entre iguales suele mantenerse en secreto por los participantes, como personas responsables de los niños y las niñas debemos estar atentos a determinadas señales que nos pueden alertar sobre lo que está ocurriendo.

Los indicadores que se exponen a continuación deben ocurrir de forma continuada en el tiempo.

Las señales no siempre son síntoma de una situación de violencia o maltrato entre iguales.

## Víctimas

- **Presentan lesiones en el cuerpo** de forma continuada en el tiempo para las que no tienen explicación coherente y que siempre achacan a un accidente.
- **Rechazan acudir a un lugar determinado** sin razón aparente y muestran ansiedad, nerviosismo, llanto, síntomas psicósomáticos, alteración del sueño o alimentaria.
- **Pierden o se les rompen o estropean de forma continuada sus pertenencias** (material escolar, ropa, etc.), sin explicación lógica, y suele llamar especialmente la atención si el niño o niña es cuidadoso con sus cosas en casa.
- **Muestran cambios significativos en el rendimiento escolar** y desinterés por todas las actividades relacionadas con ese ámbito.
- **Se muestran inquietos, nerviosos, irascibles**, susceptibles, caprichosos y con cambios constantes de humor.
- **Disminuye su relación o contacto con otros niños y niñas.** Dejan de hacer actividades con el grupo, se desapuntan de actividades o clubs deportivos, evitan asistir a fiestas de cumpleaños si no es con la compañía de una persona adulta, muestran desinterés generalizado o apatía en su relación con los demás niños y niñas. Tienden a aislarse y muestran deseos de hacer actividades o juegos en solitario. Pasan mucho tiempo solos.
- **Se quejan de algún niño o niña.**
- **Tienen ideas depresivas o suicidas.** Autolesiones o intentos de autolesionarse.



## Agresores y agresoras

- Se comportan con agresividad verbal y física con sus iguales o con las personas adultas.
- Tienen dificultades para aceptar y respetar las normas. Se enfrentan a figuras de autoridad.
- No logran controlar la ira o rabia cuando no consiguen lo que quieren, poca tolerancia a la frustración y déficit en el control de impulsos.
- Actúan imponiendo su criterio. No participan o se niegan a participar en actividades que requieran cooperación, negociación y diálogo.
- No toman conciencia de la gravedad o consecuencia de sus conductas.
- Justifican constantemente su comportamiento responsabilizando a otros. No piden disculpas y les cuesta reconocer que se han equivocado.
- No reconocen de forma adecuada y ajustada los sentimientos de los demás.
- Muestran escasos o nulos sentimientos de culpa.
- Se muestran dominantes o prepotentes con familiares y amistades.



**¡OJO!**

Estos síntomas también pueden ser indicadores de otro tipo de problemas por los que esté pasando el niño o niña.

## Más en detalle



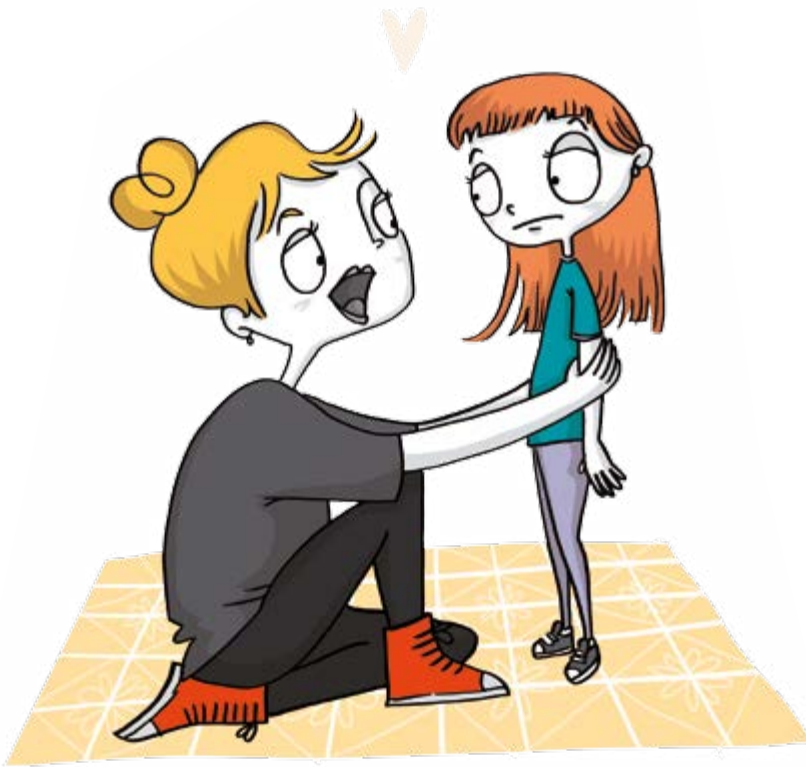
### Creo que mi hijo o hija puede ser víctima de maltrato entre iguales

- No esperes a que tu hijo o hija te diga directamente que es víctima de violencia o maltrato entre iguales. Como hemos visto, este tipo de violencia suele mantenerse en secreto. **Si sospechas, habla con él o ella.**
- **Apóyale en todo momento.** Escúchale y créele, no dudes de lo que te diga. Ofrécele tu confianza y valórale las conductas de afirmación personal.
- **Dile que no es culpable y que es valiente.**
- **Ofrécele ayuda profesional.**
- **Anímale a frecuentar nuevos lugares** y ambientes donde se sienta aceptado.
- **Hazle ver todas las cosas buenas que hay en él o ella.**
- **Habla con la escuela** o donde se pueda estar produciendo la situación de violencia: informa sobre la situación o sobre tus dudas o sospechas y pide ayuda y orientación al tutor o tutora, monitor o monitora, al equipo directivo, o al equipo psicopedagógico. Permanece en contacto con el profesorado para que te informen de la intervención que hayan planificado. Si el centro educativo no afronta la situación, puedes plantearte tomar alguna acción legal contra el agresor. Los menores de 14 años no tienen responsabilidad penal por los posibles errores que cometan, pero pueden adoptarse medidas de tipo socioeducativo, entre otras.

## Creo que mi hijo o hija puede estar agrediendo a otro niño o niña

- Habla directamente con él o ella e infórmale de que estás en contra de cualquier tipo de maltrato.
- Intenta informarte de la gravedad de la situación: cuándo ocurre, con qué frecuencia, en qué sitios.
- Mantén la calma y actúa con la mayor tranquilidad posible.
- Intenta averiguar si ha sido él víctima de violencia entre iguales en el pasado o actualmente, pero en otro contexto.
- Ofrécele ayuda profesional.
- Apóyale en todo momento. Le quieres, lo que rechazas es su conducta: escúchale, ofrécete tu confianza y valórale cualquier cambio de actitud frente al maltrato.
- Pídele que cese su conducta y fomenta su empatía, que intente ponerse en el lugar de la víctima. Si forma parte de un grupo que es el que ejerce la violencia, pídele que rompa los vínculos con esos compañeros, puede haber otras vías de integración social fuera de esos grupos. Si la conducta persiste, aborda la posibilidad de sanciones derivadas de su conducta.
- Habla con el centro educativo o la institución en que se haya producido la situación: informa sobre la situación y pide ayuda y orientación a su tutor o tutora, al Equipo Directivo, o al equipo de atención psicopedagógica. Permanece en contacto con el profesorado para que te informen de la intervención que hayan planificado.





### Creo que mi hijo o hija puede ser testigo de una situación de violencia entre iguales

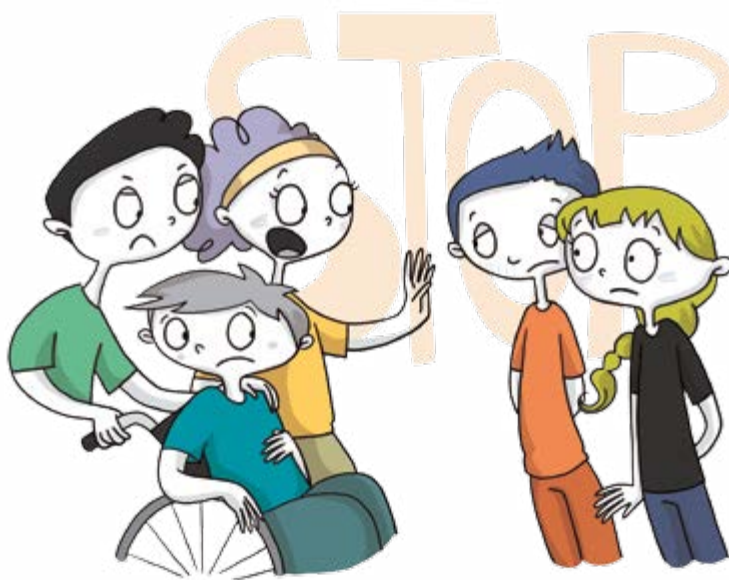
- Ayúdale a tomar conciencia de su papel como espectador e intenta que comprenda que puede ayudar dando información, apoyando, pidiendo ayuda, etc. Es importante que entienda que no puede ignorar y pasar de estas situaciones y ha de adoptar una actitud contraria al maltrato.
- Fomenta su empatía, que intente ponerse en el lugar de la víctima.
- Ofrece tu ayuda para parar la situación y denunciar los hechos y estimúlalo para que desarrolle conductas de ayuda y apoyo a las víctimas. Puede involucrarse en actividades de voluntariado, de ayuda y de participación en cultura de no violencia.



Si somos capaces de identificar y expresar nuestras emociones podremos conocer más fácilmente cómo se sienten los demás.

## Recuerda...

- El maltrato entre iguales es violencia y tiene **importantes consecuencias para las personas que lo sufren** en todas las esferas de su vida y tanto a corto como a largo plazo. También tiene repercusiones para la sociedad.
- Si bien es cierto que suele darse en los contextos escolares, es un tipo de violencia que puede trascender este ámbito, especialmente con el auge de las **tecnologías de la información y la comunicación**. El impacto, entonces, es aún mucho mayor en las víctimas.
- La **toma de conciencia, la educación en valores y el fomento de pautas de autoprotección** por parte de los niños y niñas nos ayudarán a prevenir este tipo de violencia.
- **Ejercer una parentalidad positiva** que fomente la empatía y las habilidades comunicativas es fundamental no solo para la prevención de la violencia entre iguales, sino también para el fomento de un desarrollo óptimo tanto físico, como psicológico y social en los niños y niñas.



Contar a una persona adulta que un niño o niña está sufriendo violencia o maltrato no es chivarse sino buscar ayuda para que dejen de hacerle daño.



# Conclusiones y recomendaciones

- Escucha a tus hijos e hijas. **Escucha y observa.**
- **No esperes a que te lo cuenten, detecta las señales.**
- Insiste en lo **importante que es que estén contando** qué les ocurre o qué ha pasado para poner fin a la situación y ayudarles sea cual sea el rol del niño o niña en la situación.
- Piensa que en algún momento de su desarrollo evolutivo, pueden ser víctima, agresor o espectador.
- **Evita recriminaciones** por no haberlo contado antes o por los actos que hayan protagonizado: el foco debe estar en la solución y no en juzgar lo ocurrido
- **Ayúdales a identificar el problema** y proponer soluciones de forma conjunta, independientemente de que se trate de víctima, agresor o espectador.
- **Muestra un rechazo claro ante actitudes y conductas injustas**, de maltrato o insolidarias con otras personas.
- **Comunica los hechos de la forma más detallada y objetiva posible** al centro educativo o lugar donde se produzca la violencia o maltrato.
- Con la implicación de todas las personas responsables, adoptad **medidas de control y pautas educativas** en el espacio donde haya sucedido (escuela, entidad, club, etc.) con carácter urgente y permanente. Todos los actores implicados **deben comprometerse** con estas medidas y pautas educativas y su seguimiento.
- **Solicita, si es necesario, atención psicológica** en caso de que tu hijo o hija haya estado implicado.
- **Refuerza la prevención a través de la educación emocional**, especialmente la comunicación y la resolución positiva de conflictos.



La educación en el Buen Trato es la forma de prevenir la violencia entre iguales.

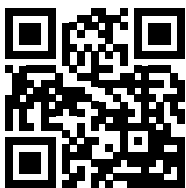
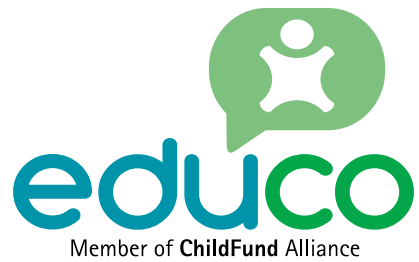




## Más información en:

- **Díaz Aguado, M.J.** (2006). *Guía: El Acoso Escolar y la Prevención de la Violencia desde la Familia*. Ed.: Dirección General de Familia. Consejería de Familia y Asuntos Sociales. Comunidad de Madrid.
- **Monjes, M.I. y Avilés, J.M.** (2006). *Programa de Sensibilización Contra el Maltrato Entre Iguales*. Asociación REA. Junta de Castilla y León.
- **CEAPA** (Confederación Española de Asociaciones de Padres y Madres de Alumnos). (2013). *Acoso Escolar. Guía para Padres y Madres*. Madrid.
- **Olweus, D.** (2007). *Bullying Prevention Program*. Paquete de Información para los Padres y Tutores. Hazelden Foundation.
- **Ortega R.** (1998). Sevilla *La convivencia escolar: qué es y cómo abordarla*. Consejería de Educación y Ciencia. Junta de Andalucía.
- **C.A.V.A.S.** (Centro de Asistencia a Víctimas de Agresiones Sexuales). (2007). *Programa de Sensibilización Contra el Maltrato entre Iguales*, Santander. Ministerio de Igualdad y Políticas Sociales. Madrid.
- **EMICI** (Equipo Multidisciplinar de Investigación de Ciberbullying). (2010). *Protocolo de Actuación Escolar ante el Ciberbullying*.
- **Collell, J. y Escudé, C.** (2004). *El Maltrato Entre Iguales: Guía Para Familias*.
- **Equipo Técnico de la Dirección General de Ordenación Académica de la Consejería de Educación y Ciencia del Principado de Asturias.** (2006). *Orientaciones sobre el Acoso Escolar*. Ed. Consejería de Educación y Ciencia.
- **Departament d'Orientació i Assessorament del IES "Front Marítim".** TEI: *Tutoría Entre Iguales. Programa de Convivencia Escolar. Prevención de la Violencia*.
- **Cerezo, F.** (2007). *¿Qué es y qué no es Bullying?*. Fundación Europea Sociedad y Educación. Nuevos retos para convivir en las aulas: construyendo la escuela cívica. Madrid.





[www.educo.org](http://www.educo.org)



[educoco@educoco.org](mailto:educoco@educoco.org)



[@Educo\\_ONG](https://twitter.com/Educo_ONG)



[www.facebook.com/educocoONG](https://www.facebook.com/educocoONG)

ISBN 978-84-945828-5-1



9 788494 582851