



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ZARAGOZA

CARRERA DE PSICOLOGÍA

UNA PROPUESTA, CRÍTICA, ANTI-BULLYING

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A :

GUSTAVO ESQUIVEL TRONCOSO

JURADO DE EXAMEN

TUTOR: RUBÉN LARA PIÑA

COMITÉ: LIC. EDUARDO ARTURO CONTRERAS RAMÍREZ

LIC. MARÍA DEL ROCIO ALVARADO JIMÉNEZ

LIC. VERÓNICA MORENO MARTÍNEZ

LIC. MIGUEL ÁNGEL JIMÉNEZ VILLEGAS



MÉXICO, D.F.

OCTUBRE 2012



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

DEDICATORIA

Creí cuando dijeron que la luna se dormía, cuando salía el sol.

Creí cuando dijeron que el diablo se escondía

husmeando en las esquinas de la habitación.

Creí además porque dijeron las maestras miopes

que el sol no se veía de frente.

Y yo me creí porque dijeron

que la vida no existía en la muerte.

La Castañeda.

A Dios que ha estado en los momentos más críticos de mi vida y más preciosos de la misma.

A mis padres que siempre han estado en las buenas y en las malas, dándome motivos para seguir adelante.

A mi esposa y mis hijas que con su gran amor, fueron la inspiración para concluir esta parte de mi vida.

A mis hermanas y hermanos, mis cuñados y cuñadas que han estado ahí cuando los he necesitado. A mis sobrinos y sobrina que con su alegría que contagia a cualquiera.

A mi asesor el Dr. Rubén Lara Piña, que con un gran atino me llevo de la mano para realizar este proyecto.

Y también a mis asesores, la maestra Verónica, a la maestra Ma. Del Roció, al maestro Eduardo y al maestro Miguel Ángel, que siempre se preocuparon por el buen término de este trabajo.

También a mis amigos y amigas que siempre se preocuparon y motivándome para seguir adelante.

INDICE

Resumen.....	1
Introducción.....	2
1.- Historia del <i>bullying</i>	6
1.1 Los inicios del término “ <i>bullying</i> ”.....	6
1.2 Qué es el <i>bullying</i>	8
1.2.1 Características del <i>bullying</i>	12
1.2.2 Causas del <i>bullying</i>	15
1.2.3 En la familia.....	17
1.2.4 En el entorno escolar.....	21
1.2.5 En los medios de comunicación.....	23
2.- Acoso y maltrato entre compañeros.....	27
2.1 Acoso escolar.....	27
2.1.1 Violencia Directa.....	29
2.1.2 Violencia Indirecta.....	30
2.2 Maltrato entre compañeros.....	32
2.2.1 Violencia Verbal.....	34

2.2.2	Violencia Psicológica.....	36
2.2.3	Violencia Física.....	38
2.2.4	Violencia Social.....	39
3.-	Características de los implicados.....	41
3.1	El agresor.....	41
3.1.1	Tipos de agresores.....	43
3.2	La víctima.....	45
3.2.1	Tipos de víctimas.....	48
3.3	El espectador.....	49
3.3.1	Tipos de espectadores.....	50
3.4	Personas adultas.....	51
4.-	Mitos y realidades del <i>bullying</i>	54
5.-	Estrategias anti- <i>bullying</i>	60
5.1	Estrategias para afrontar el <i>bullying</i>	60
5.2	En la escuela.....	61
5.3	Con la familia.....	62
5.4	Con las víctimas.....	65

5.5 Con los agresores.....	67
5.6 Mediación.....	69
5.6.1 Fases de la mediación.....	73
5.7. Negociación.....	74
5.7.1 Fases de la negociación.....	75
6.- Propuestas anti- <i>bullying</i>	76
6.1 Valores.....	77
6.2 Autoestima.....	78
6.3 Manejo de emociones.....	80
6.4 Comunicación asertiva.....	81
6.5 Resolución de conflictos.....	83
6.6 Educación para la paz.....	87
Conclusiones.....	90
Bibliografía.....	94
Anexo 1.....	99
Anexo 2.....	101
Anexo 3.....	104

Anexo 4.....106

Anexo 5.....108

Resumen

Esta revisión documental tiene el propósito de encontrar alternativas para combatir el bullying en las escuelas primarias. Por ello, la hipótesis de trabajo es: ¿De qué manera se puede reducir la incidencia del *bullying* en las escuelas primarias? Para esto es necesario utilizar estrategias en habilidades sociales, para reducir los índices de maltrato entre compañeros.

Con este propósito se estructuró el trabajo en seis capítulos. En el primer capítulo se establecen los inicios que marcan las características y sus causas que genera este tipo de violencia en los alumnos. En el segundo capítulo, describe el acoso y maltrato escolar, pasando por los diferentes tipos de violencia que existen entre los escolares. En el capítulo tercero, se abordan las diferentes características de los implicados y sus diferentes tipos, como: el agresor, la víctima y el espectador.

En el capítulo cuarto se mostrarán cuáles son los mitos más trascendentes y cuál es la realidad para poder desmitificarlos. En el quinto capítulo se dan a conocer las estrategias que se han implementado para afrontar el *bullying* en los diferentes centros educativos. Y finalmente en el capítulo seis se describen la propuesta anti-*bullying*, en habilidades sociales para alumnos de las escuelas primarias.

Introducción

Las estadísticas muestran un incremento de violencia entre compañeros en los centros educativos, no nada más en México sino también en el resto del mundo. Es de vital importancia voltear a ver este tipo de problemática, para tomar cartas en el asunto.

Por esto, la hipótesis de trabajo queda de la siguiente manera: ¿De qué manera se puede reducir la incidencia del *bullying* en las escuelas primarias? Y el objetivo general: Detectar a tiempo los factores individuales de riesgo, que ponen en peligro la estabilidad física y mental de los implicados.

Se estructuró el trabajo en seis capítulos. En el capítulo 1 se analizarán los puntos sobre los inicios del *bullying*, sus características, causas, tanto en la familia como en el entorno escolar y por supuesto, qué tanto influyen los medios de comunicación en los comportamientos de los alumnos.

El término *bullying* se generalizó para agrupar un conjunto de actos violentos que un estudiante o un grupo de estudiantes ejerce sobre otro. Las conductas agresivas de maltrato, agresión, acoso, abuso, intimidación, chantaje, insulto, provocación, burla, humillación, rechazo, aislamiento, golpes, entre otras conductas agresivas, entre los propios estudiantes abundan cada vez más en los centros escolares y en su entorno familiar.

Desafortunadamente, la violencia entre compañeros se está incrementando de manera alarmante, debido a muchos factores sociales. Las causas de este fenómeno de la sociedad actual son: la pobreza y el desempleo, estas favorecen en los contextos sociales, donde es más propicio un ambiente de agresividad, delincuencia y actitudes antisociales.

Todos los días aparecen en los medios de comunicación, especialmente en los noticieros, hechos de violencia entre compañeros. Estos acontecimientos violentos producen lesiones físicas y daños psicológicos a los alumnos, estos sucesos cada día son más numerosos, perversos y refinados; incluso estas lesiones físicas y psicológicas, pueden llevar a los niños al suicidio, los sucesos se dan cada vez con mayor frecuencia y al mismo tiempo, aumentan en crueldad y salvajismo.

Por otra parte, en el capítulo 2, se explorará sobre el acoso y el maltrato entre compañeros, se destacará en el punto de violencia directa e indirecta, como los diferentes tipos de violencia, los cuales destacan: la verbal, la psicológica, la física y la social.

La violencia es utilizada con mayor frecuencia entre varones, ya que figura en el escenario de la intimidación como el más reiterado por la manera en que lo hacen, este tipo de intimidación directa es más fácil de detectar y de sancionar por parte de las autoridades escolares. En cambio, las niñas aprenden a no atacar físicamente y expresan su agresividad de manera indirecta a través de la exclusión y la manipulación de las relaciones sociales. Como por ejemplo, la

traición de secretos, las habladurías y la exclusión, estos actos agresivos son preferidos por las niñas.

El maltrato entre compañeros puede manifestarse de diversas formas, no necesariamente se debe dar sólo una de ellas, en muchas ocasiones se presentan diversas formas de manera simultánea. Además, existen diversos grados de acoso, hostigamiento y/o maltrato, cada uno de ellos con características particulares. Se ha detectado que los agresores varones, tienden al maltrato físico y verbal, mientras las mujeres optan por el maltrato psicológico y social.

En el capítulo 3, se mostrarán las características de los implicados, como lo es, el agresor, la víctima, el espectador y el de las personas adultas. Donde estas características, suelen iniciarse con pequeñas acciones de hostigamiento, bromas pesadas, intimidaciones verbales como apodos, que aumentan en intensidad y frecuencia a medida que el agresor percibe que la víctima está indefensa, sola y atemorizada y mientras que él, es apoyado por el grupo. A partir de aquí se desarrolla una cadena de situaciones en las que el agresor trata de demostrar ante los demás su fuerza y prepotencia, aumentando la frecuencia, intensidad y gravedad de las agresiones.

En el capítulo 4, se abordaran los mitos más relevantes de este tipo de acoso escolar. Estos mitos son creencias erróneas sobre el acoso escolar, llegan a perjudicar de tal manera que no existe una intervención eficaz para resolver o prevenir este problema.

La sociedad ha generado este tipo de mitos, por un lado, para ignorar este tipo de ambientes violentos, que se suscitan en los centros escolares, y por el otro, la ignorancia y el desconocimiento de este tema, por parte de los maestros y los padres. Por eso es necesario, de manera primordial el poder desmitificarlos, con evidencia científica.

En el capítulo 5, se señalarán las estrategias que se han implementado, tanto en escuelas, como en las familias, en las víctimas y con los agresores. Al mismo tiempo, se definirá la mediación y la negociación. Estos dos, son reacción para poder frenar el alarmante crecimiento de este tipo de violencia que existe.

Las propuestas para poder convivir en las escuelas son variadas, en la última década el modo de enfocar los problemas de disciplina escolar está cambiando, al entender que los problemas de un niño/a no son exclusivamente suyos, sino que se dan dentro de un contexto y que existe una interacción que favorece o mitiga los buenos o malos comportamientos. Las intervenciones para la mejora del clima social de la escuela están girando para enseñar a los alumnos habilidades sociales y estrategias para autoregularse y controlarse.

Y finalmente en el capítulo 6, se plantean una serie de propuestas en las habilidades sociales como son: los valores, la autoestima, el manejo de emociones, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos, para que de esta manera, llegar a tener una educación para la paz. Esto es lo que necesitan los alumnos para manejar cualquier eventualidad, no nada más en la etapa escolar, sino para el resto de su vida futura.

CAPITULO 1

HISTORIA DEL *BULLYING*

1.1 Los inicios del término “*bullying*”

La Organización Mundial de la Salud, en su Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud, define la violencia como: “el uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones”. (OMS, 2002, p. 5).

La definición comprende tanto la violencia interpersonal como el comportamiento suicida y los conflictos armados. Cubre también una amplia gama de actos que van más allá del acto físico, que incluyen las amenazas e intimidaciones. Por otra parte, la definición también abarca las numerosas consecuencias del comportamiento violento, como los daños psíquicos, privaciones y deficiencias del desarrollo que comprometen el bienestar de los individuos, las familias y las comunidades.

De la misma forma la OMS (2002), nos indica que la violencia juvenil (que afecta a individuos entre las edades comprendidas de los 10 a los 29 años), percibe un abanico de actos agresivos que van desde la intimidación y las peleas que incluso llegan a tomar formas más graves de agresión hasta llegar al

homicidio. En todos los países, los varones jóvenes son tanto los principales perpetradores como las principales víctimas de los homicidios.

El individuo en su infancia pudo haber sufrido castigos físicos muy severos o presenciar actos de violencia en el hogar, la falta de supervisión y la vigilancia por parte de los padres y por otro lado, la compañía de compañeros delincuentes son algunos de los factores más importantes. Algunos niños presentan problemas de comportamiento en la primera etapa de su infancia y esto los va derivando hacia formas más graves de agresión al entrar en la adolescencia y suelen persistir en la vida adulta.

Sin embargo, la mayoría de los jóvenes que se comportan de forma violenta lo hacen durante periodos más limitados, en la adolescencia, y tras haber mostrado pocos o ningún signo de problemas de comportamiento durante la infancia. El comportamiento violento o delictivo antes de los 13 años es un factor individual significativo, así como la impulsividad, las actitudes o las creencias agresivas y los malos resultados escolares. (OMS, 2002, pp. 16-17).

Fernández (2006), nos menciona que la psicología desde siempre, se ha interesado por comprender la naturaleza de la agresividad humana y ha ofrecido varias tentativas de explicación. Desde el tratamiento naturalista hasta el enfoque profundo del psicoanálisis, las teorías psicológicas, han contribuido a desarrollar creencias sociales sobre el comportamiento agresivo.

Menciona Rincón (2011), que a principios de los años 70s, Olweus, es el primer investigador que estudia el tema de la intimidación sistemática y como tal comienza a preocuparse por la violencia escolar de su país. En 1982, existe indignación, a raíz del suicidio de tres jóvenes, víctimas del acoso escolar en el norte de Noruega.

En los últimos años se ha incrementado esta incidencia de maltrato físico, verbal y psicológico entre compañeros, ya que los medios de comunicación, han dado a conocer estos hechos que se suscitan a diario en las escuelas, en los diferentes niveles educativos de México. Pero este fenómeno, no nada más es exclusivo de Noruega o de México, sino del resto del mundo.

Lo más preocupante y a la vez lo más alarmante sea que la “violencia se está volviendo tan común en muchas comunidades y escuelas que no se la considera una excepción, sino la norma”. (Johnson, D. y Johnson, R., 2002, p. 16).

1.2 ¿Qué es el *bullying*?

Olweus, definió en 1986, este tipo de violencia cuando “un alumno es agredido o se convierte en víctima cuando está expuesto, de forma repetida y durante un tiempo, a acciones negativas que lleva acabo otro alumno o varios de ellos”. (Olweus, 2006, p. 25).

Nos explica Mendoza (2011), que el acoso escolar, también conocido como hostigamiento escolar, violencia escolar o, por su equivalente en inglés, *bullying*,

es un concepto introducido al lenguaje de la salud mental por el psiquiatra Olweus, y se refiere a cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre escolares de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado.

Alude San Martín (2007), que el acoso escolar es una forma característica y extrema de violencia escolar; es una tortura, metódica y sistemática, en la que el agresor somete a la víctima, y a menudo con el silencio, la indiferencia o la complicidad de otros compañeros.

Este tipo de violencia dominante es emocional y se da mayoritariamente en el aula y en los patios de las escuelas. Literalmente, del inglés, *bully* significa matón o agresor. En este sentido se trataría de conductas que tienen que ver con la intimidación, tiranización, aislamiento, amenaza, insultos, sobre una víctima o víctimas señaladas.

De la misma forma Aisenson (1994), nos indica que la violencia, empieza con amenazas y posteriormente se utiliza la fuerza física, aunque también existe la violencia verbal (ofensas y amenazas), al mismo tiempo, el agresor es solapado, por sus compañeros y no da la cara, atenta contra su víctima desde el anonimato o de una manera disimulada.

La palabra *bullying*, describe Fernández (2006), que se utiliza para describir diversos tipos de comportamientos no deseados por niños y adolescentes, que abarcan desde esas bromas pesadas, el ignorar o dejar deliberadamente de hacer caso a alguien, los ataques personales, e incluso los abusos más serios. A veces

es un individuo quien hace el *bullying*, o un grupo (pandilla). Lo más importante no es la acción en sí misma, sino los efectos que produce entre sus víctimas.

Esto implica a veces el golpear o dar patadas a otros compañeros de clase, regularmente son el blanco de injurias, vejaciones, burlas, empujones, rechazo entre compañeros, entre otros. Pero estas situaciones resultan bastantes comunes en los centros educativos (escuelas y colegios), y pueden llegar a ser muy dañinas para quienes los sufren, generalmente en el silencio y en la soledad.

Por lo tanto, estas situaciones de acoso, intimidación o victimización son aquellas en la que un alumno o alumna está expuesta deliberadamente, por lo general es el más débil o más pequeño de una forma repetida y durante un tiempo prolongado. Por acciones negativas entendemos tanto las cometidas verbalmente o mediante contacto físico, como las psicológicas que son la de exclusión.

Inicialmente la palabra *bullying* no era tan conocida y comentada, pero debido al incremento de casos de persecución y agresión que se están suscitando en las escuelas primarias, cabe mencionar que este tipo de agresión conlleva a muchos escolares a vivir situaciones realmente aterradoras.

Este tipo de intimidación puede tomar una forma: física, como golpes, empujones, escupitajos, patadas o extorsión. Puede igualmente tomar una forma verbal, como burlas, insultos o amenazas. Estas dos formas de violencia son generalmente perceptibles y fáciles de detectar. Sin embargo, hay un tipo de intimidación que toma una forma que es mucho más difícil de detectar: la exclusión, la ignorancia intencional, el rechazo o los rumores difamatorios.

Con el progreso de la tecnología, nos refiere Rincón (2011), que han aparecido nuevas formas de intimidación que tienen alcances destructivos inimaginables y que además se sustraen del control de los padres y de la escuela, incluso se escapan de la vigilancia de las autoridades. La difusión de mensajes ofensivos por medio del teléfono celular de otro alumno o la creación de una página web con imágenes poco favorecidas y humillantes que tiene efectos devastadores, ya que todo el mundo puede burlarse de un muchacho o una muchacha. El temor de ser reconocido por sus compañeros, esto se vuelve insoportable, y la etiqueta de víctima queda plasmada de manera imborrable.

Esto nos deja ver que la Intimidación no está asociada a la clase social, ni se produce por causa del tamaño de la escuela o el número de alumnos en la clase. Tampoco es el resultado de la competitividad por las calificaciones o de los fracasos escolares. Mucho menos es consecuencia de la pobre autoestima de los niños que intimidan. “Ni siquiera se debe al hecho de ser gordo, feo, de baja estatura, flaco o cualquier diferencia física aparente, pues se ha comprobado que las características físicas causan poca incidencia en la intimidación”. (Olweus, 2003, pp. 438-448).

La dificultad radica en la actitud, en el manejo de la ansiedad de las víctimas por un lado y de la agresividad de los intimidadores por el otro.

Nos explica Mendoza (2011), que para ser considerada *bullying*, este tipo de violencia escolar se debe caracterizar por ser repetitiva, constante y encaminada a conseguir la intimidación de la víctima; implica un abuso de poder al ser ejercida

por un agresor más fuerte. El sujeto maltratado queda, así, expuesto física y emocionalmente ante el sujeto maltratador, generándose como consecuencia una serie de secuelas psicológicas, como la ansiedad, dolores de cabeza, de estomago, dermatitis, pesadillas, entre otras.

Es más frecuente que la víctima de acoso viva aterrorizada con la idea de asistir a la escuela y que se muestre muy nerviosa, triste y solitaria en la vida diaria. En algunos casos, la dureza de la situación puede ocasionar la aparición de pensamientos suicidas.

Así también, nos señala Mendoza (2011, p.10), que varios de los investigadores consideran que para clasificar una conducta como acoso, de violencia escolar o *bullying*, debe presentar cuatro elementos fundamentales:

- La conducta es agresiva y negativa.
- La conducta se realiza en múltiples ocasiones.
- La conducta ocurre en una interacción en la que existe una diferencia o desequilibrio de poder entre las partes involucradas.
- La conducta es intencional, deliberada y cumple un propósito.

1.2.1 Características del *bullying*

La violencia que se produce en los centros escolares no puede explicarse sólo por las características del agresor, de la víctima o del propio contexto escolar.

Las teorías contextuales o ecológicas (Bronfenbrenner, 1979, 1997, citado en el estudio de violencia escolar. Barrio, Espinosa y Ochaíta, 2000, p.21), muy utilizadas en la actualidad para la explicación de los fenómenos sociales, afirman que: el abuso de poder entre iguales es el resultado de la interacción compleja entre estos y otros factores que surgen de los distintos contextos en que el individuo vive, desde los más próximos, como la familia, la escuela, el grupo de amigos o los medios de comunicación, hasta los más lejanos, como los recursos educativos, culturales y económicos, sin olvidar los valores imperantes en cada cultura sobre las relaciones entre personas, y en particular en el medio escolar, entre compañeros y compañeras.

Los componentes personales y sociales nos señala Merino (2006), que desencadenan el hostigamiento, abuso o maltrato entre compañeros, constituyen un abanico tan amplio que va desde la violencia suave de hostigamiento para importunar o dividirse hasta las agresiones físicas y psíquicas que tratan de hacer daño al otro, por ejemplo, aislarlo socialmente e incluso hasta destruirlo. Situación esta última que suele aparecer en edades adultas, aunque se han dado episodios en niños.

En el estudio de violencia escolar (Barrio, 2000), nos indica que las características o circunstancias personales de ciertos niños y adolescentes pueden ser factores de riesgo para que, en determinadas situaciones, se comporten de cierta forma violenta con sus compañeros. Estas características, como la agresividad, la falta de control, el aprendizaje de conductas violentas en

los primeros años de su vida, se han utilizado frecuentemente para explicar este fenómeno, pero no pueden admitirse como causas únicas del maltrato.

En la mayoría de los casos, el agresor trata que sus fechorías permanezcan ocultas para evitar que los mayores se enteren. Los compañeros lo conocen y en general callan. La persona agredida también calla porque si habla se incrementará el problema ya que el grupo da generalmente la razón al agresor. Los profesores también permanecen ajenos porque no suelen enterarse, y si se dan cuenta de ello, suelen dar la razón al agresor.

A los padres no se les dice nada por vergüenza o porque teme que el problema empeorará, si sus padres van al colegio. En fin, si este proceso no se para con inteligencia y determinación, se puede llegar a casos de alto riesgo, puesto que la vida de la víctima puede hacerse insoportable y convertirse en la denominada pesadilla silenciosa. (Defensor del menor de la comunidad de Madrid, 1998, II, citado en Merino, 2006. P. 77).

Por otro lado, nos explica Merino (2006), que la cadena de agresiones va de menos a más. Suele iniciarse con pequeñas acciones de hostigamiento, bromas pesadas, intimidaciones verbales como apodos, que van aumentando en intensidad y frecuencia a medida que el agresor percibe que la víctima está indefensa, sola y atemorizada y él es apoyado por el grupo.

A partir de estos hechos de violencia, se desarrollan una serie de situaciones en las que el agresor trata de demostrar ante los demás su fuerza y prepotencia, aumentando la frecuencia, intensidad y gravedad de las agresiones con insultos,

golpes, rechazos, aislamiento, amenazas, pedir dinero, quitar cosas, palizas, violaciones y cualquier tipo de acciones de tipo intimidatorio, para obligar a la víctima a hacer cosas que no quiere hacer, como rumores para desacreditarla, humillarla y aislarla; también crear alborotos o producir daños en la escuela.

Al mismo tiempo, el agresor llega a causar daños materiales para acusar a la víctima con el fin de culpabilizarla. Con este tipo de crueldad suele contar con la colaboración de sus compañeros que por diversión, deseo personal o miedo a sufrir el mismo destino que la víctima.

1.2.2 Causas del *bullying*.

En las últimas décadas, nos indica Torrego (2003), que tanto los profesores como los investigadores se han referido a estos fenómenos de diversas formas, como por ejemplo: violencia escolar, problemas y conflictos de convivencia, comportamientos antisociales en las escuelas, etc.

El maltrato entre compañeros, como cualquier otra forma de abuso, es un fenómeno complejo que no puede atribuirse a una sola causa o factor.

Nos señala Fernández (2006), que las exigencias de la sociedad actual y su estructura social con grandes bolsas de pobreza y desempleo favorece contextos sociales donde es más propicio un ambiente de agresividad, delincuencia y actitudes antisociales. También es cierto que la propia estructura social y sus

principios competitivos en firme contraste con una precaria oferta de empleo y desarrollo personal del joven propicia actitudes violentas.

Sabemos que la violencia no afecta a todos por igual: son los niños, las mujeres y los marginados aquellos que más sufren las secuelas. En la edad adolescente el niño maltratado, no querido, desvinculado de los apegos y seguridades que otros niños poseen, se proyectará en muchas ocasiones en conductas antisociales.

A su vez Melendro (1997), nos indica que otros ámbitos de desarrollo social intervienen en la escalada o desescalada de los factores de riesgo o de protección de nuestros jóvenes. Los aspectos sociales que destacan como impulsores de la agresividad son: los medios de comunicación, la estructura social y educativa, las características de los ecosistemas en los que residen los adolescentes, la posición socioeconómica, el estrés social provocado por el desempleo y el aislamiento social.

Por lo tanto, “la escuela no puede ni tiene la obligación de asumir en solitario la responsabilidad de educar a nuestros jóvenes y menos en un mundo donde la información y los valores se fraguan en la misma estructura de la sociedad.” (Fernández, 2006, p-38).

La violencia tiene efectos devastadores, nos señala Torrego (2003). Tanto a corto plazo, como a largo plazo y esto no nada más para quienes lo sufren de una manera directa, como las víctimas sino también para los espectadores.

1.2.3 En la familia.

Establece Fernández (2004), que La familia es el primer modelo de socialización de nuestros hijos. El desarrollo personal del individuo se nutre de los primeros afectos y vínculos maternos/paternos. Es sin duda un elemento clave en el principio de las conductas agresivas de nuestros jóvenes y es ella la que genera amores y desamores que repercutirán, en la edad adulta, en ciudadanos ajustados a las reglas de convivencia de una sociedad o ciudadanos al borde del límite y con difícil integración social.

A su vez, la familia representa el centro de modelado de conductas y es el primer creador de valores para los hijos y que las relaciones entre los diferentes miembros de la familia, repercuten directamente sobre la imagen de sí mismos y la de los demás. Aquellas familias donde existen límites ambiguos, inconsistentes en su aplicación o por el contrario son extremadamente punitivas con un marcado carácter autoritario, son los que probablemente erigen en sus senos niños más desajustados socialmente y esto llega a repercutir en sus relaciones escolares.

Por otro lado, nos reseña Mendoza, (2011), que algunos investigadores consideran que el modelo de familia puede ser un facilitador de la conducta agresiva de los niños, puesto que el clima sociofamiliar interviene en la formación y en el desarrollo de las conductas agresivas. De hecho existen una serie de variables involucradas en el ambiente familiar, que tendrán una influencia directa en el desarrollo de las manifestaciones de agresividad, la formación de valores morales, roles y posteriores relaciones sociales.

Estas variables se describen a continuación:

- Ausencia de marcos de referencia de comportamiento social y familiar.
- Rechazo de los padres hacia el niño.
- Actitud negativa entre padres e hijos.
- Temperamento del chico en interacción con la dinámica familiar.
- Refuerzo positivo de la agresividad. Valorar y alentar la agresión.
- Prácticas de disciplina inconsistentes.
- Prácticas disciplinarias exageradamente punitivas.
- Carencia de control por parte de los padres.
- Empleo de la violencia física como práctica sociofamiliar aceptable.
- Historia familiar de conductas antisociales.
- Empleo de castigos corporales.
- Aislamiento social de la familia.
- Exposición continua a la violencia que se trasmite en los medios de comunicación. (Mendoza, 2011, p. 14).

Manifiesta Fernández (2006), que la familia es un elemento fundamental para entender el carácter típico del niño agresivo con conductas antisociales o conflictivas. La escuela reemplaza de cierta manera los aspectos que un núcleo familiar no puede albergar, también supone que el ensanchamiento del mundo cercano de nuestros niños, sus primeras experiencias fuera del contexto protegido de su familia.

Existe un gran número de estudios que han investigado la influencia familiar en el niño agresivo y en situación de riesgo, como por ejemplo: Harris y Reid, 1981; Patterson, DeBaryshe y Ramsay, 1989; Morton, 1987. (Citado en Fernández, 2006).

Por lo que se puede considerar que los siguientes aspectos familiares son factores de riesgo para la agresividad de los niños y adolescentes:

- La desestructuración de la familia, cuyos roles tradicionales son cuestionados por la ausencia de uno de los progenitores o por falta de atención.
- Los malos tratos y el modelado violento dentro del seno de la familia, donde el niño aprende a resolver los conflictos a través del daño físico o la agresividad verbal.
- Los modelados familiares mediante los que se aprende que el poder se ejerce siendo el más fuerte, con falta de negociación y diálogo.
- Los métodos de crianza con prácticas excesivamente laxas o inconsistentes, o a la inversa, restrictiva y en algunos casos demasiado punitivos.
- La falta de afecto entre cónyuges con ausencia de seguridad y cariño, lo que provoca conflictividad familiar. (Fernández, 2006, p. 35).

Por su parte, Mendoza (2011), nos refiere que la investigación de Horn (2000), menciona que cuando un niño es testigo de violencia doméstica en su hogar tiene 15 veces más posibilidades de convertirse en una víctima o en un

agresor. Presenciar violencia doméstica puede desarrollar: depresión o ansiedad, y a la vez en problemas de atención o de aprendizaje. Igualmente, incrementa la posibilidad de desarrollar conductas agresivas y antisociales.

Ha encontrado Olweus (2006), cuatro factores importantes de la conducta agresiva:

- La actitud emotiva básica de los padres hacia el niño, en especial la de la persona que más cuida de él (la madre), es muy importante la actitud emotiva durante los primeros años. Una actitud negativa, caracterizada por carencia de afecto y de dedicación, incrementa el riesgo de que el chico se convierta más tarde en una persona agresiva.
- El grado de permisividad del primer cuidador del niño ante conductas agresivas de éste. Si el cuidador suele ser permisivo y tolerante y este no fija claramente los límites, esto llevará al niño a tener una serie de comportamientos agresivos con los compañeros, hermanos y adultos, es probable que el grado de agresividad del niño aumente.
- El empleo de la afirmación de la autoridad, por parte de los padres, como el castigo físico y los exabruptos emocionales violentos. Es importante establecer límites e imponer determinadas reglas en la conducta del niño, pero no hacerse mediante el castigo físico.
- El temperamento del niño, rescata su función en el desarrollo de un modelo de reacción agresiva. Un niño de temperamento activo y exaltado es más propenso a volverse un joven agresivo que un niño de temperamento normal o tranquilo. (Olweus, 2006, p. 59).

La familia y la escuela están presentes en todos los espacios de sus hijos. Independientemente del tipo de familia en el que se crece, todo individuo pasa por esta institución social.

1.2.4 En el entorno escolar.

Los factores internos de la propia institución también favorecen la agresividad, puesto que la propia condición de la escuela propone un formato y unos principios básicos de socialización. Esta socialización se efectúa basada en un principio de equidad, y esta equidad intenta igualar las discrepancias y diferencias dentro de la sociedad. Al mismo tiempo, la escuela se fundamenta en una jerarquización y organización interna que en sí misma alberga distensión y conflicto.

Considera Fernández (2004, pp. 36-37), que los rasgos más significativos que permiten un comienzo de la agresividad en la escuela son:

- La crisis de valores de la propia escuela, donde la dificultad de unificar criterios comunes por parte de los profesores y comunidad educativa, además de la necesidad de aclarar dudas críticas tales como ¿para qué la escuela?, ¿qué finalidades persigue la escolarización obligatoria?, ¿qué valores son esenciales e imprescindibles para toda persona? Y ¿cuál es el papel que debe cumplir la educación en el gran entramado social?, provocan una disparidad de respuestas y puntos de vista diferentes.
- Las discrepancias entre las formas de distribución de espacios, de organización de tiempos, de pautas de comportamiento y las cometidas

basadas en objetivos de creatividad y experimentación, incoherentes con su contexto de aula

- El énfasis en los rendimientos del alumno con respecto a un listón de nivel con poca atención individualizada a cada caso concreto y, en última instancia, con la necesidad de incluir su progreso académico dentro de los marcos de la norma. Esto produce fracaso escolar lo que representa fracaso social para el adolescente.
- La discrepancia de valores culturales distintos de los estipulados por la institución escolar en grupos étnicos o religiosos específicos.
- Los roles del profesor y del alumno, que suponen un grado o nivel superior y otro inferior, creando una asimetría con problemas de comunicación real.
- Las dimensiones de la escuela y el elevado número de alumnos que impide una atención individualizada al sumergirse en una masificación donde el individuo no llega a crear vínculos afectivos y personales con adultos del centro.

Y reafirma Fernández (2006, pp.42-43), algunos aspectos negativos para un clima escolar:

- Grupos enfrentados.
- Falta de consenso sobre estilos de enseñanza y normas de convivencia.
- Inconsistencia en su actuación ante los alumnos.
- Falta de respeto de la valía personal de otros profesores, falta de apoyo de otros compañeros.

- Falta de implicación con el equipo directivo y con el proyecto educativo del centro.
- Profesores que se sienten victimizados por el equipo directivo o por otros compañeros con poder dentro de la escuela.

1.2.5 En los medios de comunicación.

Todos los días estamos expuestos a los medios de comunicación, la televisión, la radio, internet, los periódicos, las revistas, las películas, la publicidad y sus mensajes.

En la actualidad, los medios de comunicación están siendo cuestionados como canalizadores de la información. Fernández (2006), comenta que la violencia televisiva es una opción del propio medio. La selección de mensajes violentos o la sustitución por mensajes de índole no agresivo y más humano es en última instancia una decisión de las propias cadenas de televisión.

Por otro lado, “la televisión como ocurre con el resto de los avances tecnológicos, no es buena o mala en sí misma, sino que lo será según el uso que se le dé”. (Avellanosa, 1992, p. 56).

Pero desafortunadamente los niños recogen el impacto de sus imágenes de un modo directo, a la escuela sólo le queda la posibilidad de ayudarles a discernir sobre el mensaje mediático y principalmente a ser críticos con la información que se comunica con dicho medio.

Nos manifiesta Mendoza (2011), que muchas de las Investigaciones demuestran que los niños que observan un programa de televisión con contenido violento imitan esa conducta al término del mismo. También nos menciona que existen múltiples investigaciones que, de igual modo, demuestran la correlación entre observar programas violentos en la televisión y la conducta agresiva de los niños, ello se debe a que al ver la televisión, los niños reciben las imágenes sin cuestionamiento y éstas pasan al preconiente, afectando y modelando actitudes y valores en los espectadores.

Como ha mencionado anteriormente, Fernández, (2006), que el mensaje mediático de los medios de comunicación, y en especial el de la televisión, acerca de nuestros niños/as y de la población en general, nos mueve a pensar que una interpretación de la realidad ante los ojos de la audiencia se plasma como una realidad global y objetiva.

“La televisión actúa sobre la opinión pública (Sánchez Moro, 1996) como conformadora de conciencia, orientadora de conducta y deformadora de la realidad”. (Citado en Fernández, 2006, p. 39).

Nos señala Fernández (2004), que cuando se habla en los medios de comunicación sobre algún incidente concreto de un colegio en particular, se suele magnificar el hecho y produce un desconcierto en el televidente. No debemos caer en mensajes rotundos ignorando que la conflictividad es parte del quehacer educativo, ni magnificar la conflictividad considerando que nos impide realizar el proceso de enseñanza.

La violencia es algo contiguo, cotidiano ya que los programas o series más violentos, los protagonistas tienen la capacidad de ganar, de erigirse por encima de los demás, y esas acciones se encuentran centradas en la realidad de la acción, son del mundo tal cual es.

A pesar de esto, se mantiene que las consecuencias violentas de los programas de televisión tienen un deber moral para con sus espectadores que:

- La televisión es el primer proveedor de información y transmisor de valores.
- Promueve inmediatez y cercanía de los hechos violentos, hasta convertirlos en “cotidianos”.
- Mantiene un modelo pasivo de la violencia como medio de resolver conflictos y adquirir el poder.

Nos señalan Johnson, D. y Johnson, R. (2002), que los medios de comunicación influyen sobre el modo en que la gente percibe la violencia y la conducta equivocada. Algunos programas televisivos obstruyen y oscurecen los límites creados por la sociedad entre el bien y el mal, lo público y lo privado, la vergüenza y el orgullo. Los políticos y cierto grupo de intereses mienten deliberadamente para vender una imagen o un punto de vista, y estas acciones se han convertido en normales.

Concluye Fernández (2006), que un gran debate se ha abierto en el seno de nuestra sociedad sobre la televisión como dispositivo manipulador de las vidas íntimas de las personas. La proliferación de la llamada “telebasura” donde se recuentan y enajenan las miserias humanas, está creando por una parte, una

pasividad y permisividad de conductas indignas de cualquier ser humano y por otro lado, una alerta ciudadana a posibles horrores que les pueden suceder. Esto es percibido y vivido por nuestros jóvenes alterando su conciencia moral.

Ante esto es muy importante, que los padres enfrenten los mensajes de una manera más crítica, analizando la información recibida, definiendo que es real y qué no, y finalmente haciendo un juicio personal de lo que se puede creer y de lo que es ficticio.

CAPITULO 2

ACOSO Y MALTRATO ESCOLAR ENTRE COMPAÑEROS

2.1 Acoso escolar.

Es de esencial manera tomar en cuenta que el fenómeno del acoso escolar ha venido creciendo en diversas latitudes y México se encuentra en esta situación. “El conocimiento de este fenómeno y sus manifestaciones contribuye en gran medida a desarrollar estrategias que permitan su detección oportuna, así como su prevención”. (Wei, 2007, p. 100, citado en el Informe nacional sobre violencia de género en la educación básica de México, 2009).

Entre las distintas situaciones que vulneran a las personas, existe el fenómeno de la violencia entre compañeros y compañeras dentro de las escuelas, como un problema de gran relevancia social que se ha convertido en objeto de estudio e intervención durante las últimas décadas, ya que la intimidación y maltrato entre pares constituye un problema complejo, que requiere la atención de la sociedad y, sobre todo, de la comunidad educativa. (Escuelas aprendiendo a convivir: Un proceso de intervención contra el maltrato e intimidación entre escolares, 2010).

Se considera que la violencia física y psicológica se presenta entre estudiantes, cuando un alumno se convierte en víctima y este está expuesto de forma repetida y durante un tiempo a acciones negativas que lleva a cabo otro

alumno o varios de ellos. “La victimización entre iguales es una conducta de persecución física y/o psicológica, que realiza el alumno o alumna contra otro, al que elige como víctima de ataques repetidos. Esta acción negativa e intencionada sitúa a las víctimas en posiciones de las que difícilmente pueden salir por sus propios medios”. (Merino, 2006, p. 34)

Según Wei (2007), encontró que los lugares donde se cometen estas agresiones son el patio de la escuela, en los salones de clase y camino hacia su casa, estos son los lugares en donde con mayor frecuencia ocurren estas conductas. Por otro lado, demuestra que las agresiones eran de una manera indirecta y de tipo psicológico, en los salones de clase y en los patios de la escuela, se daban más las agresiones de tipo físico.

El patio de la escuela se convierte en el campo de batalla, donde los niños dominantes amenazan y acosan a los más débiles, ansiosos y solitarios que tienen dificultad de responder a los ataques y las provocaciones.

Nos señala Torrego (2006), que se supone un comportamiento violento que puede realizarse de un modo oculto a la vista de los adultos del centro escolar, normalmente practicado en grupo, pero no se descarta también de una manera individual, la llamada intimidación directa o indirecta.

Esto nos demuestra que, es distinta la violencia física y directa realizada en una situación de supervivencia, que la violencia indirecta, sugerida o insinuada a través de amenazas, chantaje o extorción. Sin embargo, todas ellas son violencia.

2.1.1 Violencia Directa.

Los niños que pueden figurar en el escenario de la intimidación son más numerosos por la manera en que lo hacen, ya que la intimidación directa es más fácil de detectar y de sancionar por parte de las autoridades escolares.

Describe Rincón (2011, p. 24), las formas de intimidación directa, las cuales se mencionan a continuación:

- Golpear en grupo a un alumno.
- Ridiculizar, ironizar o mofarse de un alumno en particular.
- Amenazar o extorsionar a un alumno para que diga algo degradante a otro alumno.
- Amenazar con un arma.
- Extorsionar a un alumno para que de su dinero.
- Dar una patada, codazo o empujón cuando "pasa" un alumno.
- Poner apodos despectivos.
- Pegar chicles en el cabello.
- Hacer señales groseras.
- Encerrar a un alumno en un local o casillero.
- Dar un puñetazo.
- Injuriar.
- Hacer muecas o ruidos despectivos.
- Destruir el trabajo de un alumno.
- Lanzar piedras.
- Orinar en los objetos personales de un alumno.

- Bajar los pantalones o calzones a otro alumno.

Estas son las formas más usuales que los niños provocadores utilizan, para intimidar a sus víctimas, como se puede observar, estas formas llegan a ser muy crueles y los niños que la padecen llegan a sufrir mucho y a la vez disminuyen su autoestima de tal manera que no saben qué hacer.

2.1.2 Violencia Indirecta.

Por otro lado, nos señala Fernández (2006), que la violencia puede ser también indirecta, o no dirigida hacia una persona, sino hacia objetos dentro de la misma institución. En dicho caso puede acabar en vandalismo o destrozo. En última instancia, estos actos de destrozo no son más que un síntoma, la afloración de un desajuste entre norma y acto. El destrozo puede ir dirigido intencionalmente hacia una persona en concreto y entonces convertirse en “violencia indirecta” de agresiones interpersonales.

En cambio, las niñas se comportan de una manera mucho más astuta y pueden pasar por alumnas muy bien portadas, de esta manera encubren sus fechorías.

Al mismo tiempo, las niñas aprenden a no atacar físicamente y expresan su agresividad de manera indirecta a través de la exclusión y la manipulación de las relaciones sociales.

La traición de secretos, las habladurías y el destierro son parte del arsenal preferido por las niñas. En cambio, los varones conservan, hasta la edad adulta, una tendencia más marcada a expresar la agresividad abiertamente, sin que esto les impida recurrir igualmente a la agresividad indirecta.

Nos refiere así mismo Rincón (2011, p. 24), que las formas de intimidación indirecta, son las siguientes:

- Esconder los útiles escolares de un alumno para verlo desesperar.
- Poner lodo o lombrices en la comida de un alumno.
- Ponerse de acuerdo para ignorar a un alumno en particular.
- Escribir notas anónimas e injuriosas o de rechazo a un alumno.
- Excluir a un alumno en particular del grupo.
- Arrojar bolas de papel a un alumno.
- Divulgar las confidencias.
- Hablar mal de la familia de un alumno.
- Enviar mensajes electrónicos ofensivos.
- Difundir fotografías poco favorecedoras.
- Hacer llamadas telefónicas anónimas.
- Escoger en el último lugar al mismo alumno para formar los grupos.
- Ridiculizar a alguien delante de un grupo.

La intimidación indirecta puede hacer mucho daño, quizás más que la violencia directa, ya que la víctima de esta manera no sabe con quién o quienes se está enfrentado, y la incertidumbre llega a ser mayor. Entonces empieza el

verdadero drama, ya que piensa que todos están en su contra y por consecuencia se empieza a aislar de sus compañeros de clase.

2.2 Maltrato entre compañeros.

A través de “la historia de la humanidad nos muestra de manera palpable que la violencia es una constante en la conducta humana de los individuos y de los pueblos y que adquiere formas diferentes en función de las características personales de cada uno y de las circunstancias o situaciones sociales en las que se produce”. (Merino, 2006, p. 34).

Señala Fernández (2004, p.44), que sólo cuando se inflige daño físico, verbal o psicológico a otro compañero, se considera violencia.

El agresor acosa a la víctima cuando está sólo, ya sea en los baños, en los pasillos, en el patio, siendo este el lugar preferido por los agresores. Por esta razón los maestros muchas de las veces ni por enterados están. Sin embargo no se trata de un simple empujón o comentario, se trata de una situación más grave, que si no se detiene a tiempo puede provocar severos daños emocionales y físicos a la víctima.

El maltrato entre compañeros puede manifestarse de diversas formas. No necesariamente se debe dar sólo una de ellas, en muchas de las ocasiones se presentan varias de manera simultánea. Además, existen diversos grados de acoso, hostigamiento y/o maltrato, cada uno de ellos con características

particulares. Se ha detectado que los agresores varones, tienden al maltrato físico y verbal, mientras las mujeres optan por el maltrato psicológico y social.

Una de las primeras señales, menciona (Mendoza, 2011), de que un niño o adolescente puede estar enfrentando un problema de acoso o *bullying*, es la: ansiedad, signos de un elevado nivel de angustia o estrés, que ocurre súbitamente sin que exista otro factor al cual se pudiera atribuir. Otros síntomas son miedos irracionales, temores inexplicables y persistentes, insomnio o dificultades en el sueño, como pesadillas o terrores nocturnos, sonambulismo, hablar o gritar dormidos, cambios drásticos en la conducta usual de la persona (como ensimismarse o mostrarse excesivamente tímido e inseguro, encerrarse y ya no querer salir).

Otros niños pueden mostrar síntomas de depresión, expresar una gran tristeza, mostrarse irritables, perder el gusto por las actividades que antes realizaban con agrado, tener dificultades en la concentración y en algunos casos puede llegar a mostrar una baja considerable en su rendimiento escolar.

Por lo tanto, el *bullying* está presente en casi cualquier lugar, sean escuelas públicas o privadas, ya sea a nivel básico, medio, medio superior o superior e inclusive en las colonias o barrios de la ciudad.

Por lo expresado anteriormente, el maltrato entre compañeros aparece de formas muy variadas y diversas; las cuales, sus consecuencias que provocan a la víctima son muy severas.

2.2.1 Violencia Verbal.

Este tipo de agresión, se realiza con la palabra. Produce un gran daño psicológico que con frecuencia es más terrible que el físico: este daño psicológico puede llevar al individuo al fracaso, a la neurosis y al suicidio.

De igual forma, Montejo (1992, p.43), nos menciona los diferentes tipos de agresiones verbales, los cuales son los siguientes:

- **La crítica** o comentario que desvaloriza una obra, el modo de ser, o incluso a un individuo como persona.
- **El rechazo** o alejamiento de un individuo, que implica ruptura de lazos afectivos; el rechazado se queda solo; la palabra “vete”, en este sentido, produce con frecuencia un inmenso dolor.
- **La amenaza** o anuncio de una posible agresión de cualquier tipo.
- **El insulto** que desborda totalmente lo racional, en el que las palabras utilizadas van cargadas de emoción y contenido social y se busca únicamente hacer daño.

Es la forma más común de violencia en las escuelas. Que consiste en el uso de la palabra con crueldad hacia un niño o joven, minando su bienestar moral, físico o mental.

La violencia verbal se refiere a amenazas, insultos, apodosos, rumores, menospreciar a alguien en público. Esta es sin duda la más usual y por ello la más repetida y visceral, al mismo tiempo, el poner en evidencia sus defectos físicos y burlarse.

Menciona Mendoza (2011, pp.30-32), algunas características de este abuso:

- **Intenta lastimar, causar dolor y/o herir.** Burlarse de un niño (llamándole con apodosos y mote que hagan reír a otros, aludiendo algún defecto de su persona) hiera y lastima severamente el desarrollo de la seguridad personal y la autoestima del pequeño.
- **Involucra intensidad y duración.** Los apodosos, mote y diferentes nombres que les asignan son repetidos muchas veces a lo largo del día y durante un largo periodo. Si la víctima no reacciona, la crueldad escala: los acosadores buscarán nuevos nombres, inventarán rimas, poemas e incluso canciones para continuar con la burla. Y si reacciona emocionalmente, su respuesta incrementa las burlas, con lo que parecería que no hay escapatoria.
- **Se usa para ganar u obtener poder sobre otra persona.** Gritar, burlarse, insultar o degradar a la víctima se utiliza como un medio para dominar o controlar y lograr que actúe como el agresor lo desea.
- **Ataca la vulnerabilidad de la víctima.** Al igual que una caricaturista exagera los rasgos físicos más sobresalientes de la persona que

caracteriza, el agresor verbal buscará los defectos y marcas que más avergüenzan a la víctima y los expondrá públicamente e inclementemente.

- **Deja a la víctima sintiéndose aislada y expuesta.** Muchos de los agresores verbales utilizan técnicas sutiles de “lavado de cerebro”. Disfrazan sus comentarios de buenas intenciones y traducen los motivos de los amigos de la víctima o de otras personas, de forma que siempre terminan haciéndole perder a la víctima la confianza en sí mismo.

2.2.2 Violencia Psicológica.

Fernández (2004), menciona que este tipo de violencia psicológica, a menudo pasa desapercibida y se refiere a juegos psicológicos, chantajes, reírse de la víctima, sembrar rumores, aislamiento y rechazo, como elementos más usuales.

La violencia psicológica es la que más abunda. Sin embargo, es menos conocida que la física porque sus secuelas no son visibles de manera directa e inmediata. Este tipo de violencia es más difícil de identificar porque, no deja huellas en el cuerpo, sino en el ser interno de la persona.

En consecuencia es difícil de observarla por personas ajenas a la misma. Además, se da la paradoja de que quienes la sufren lo ocultan en la mayoría de las ocasiones, porque se ha dado en la intimidad, por miedo, vergüenza o porque

las causantes de la misma son personas con las que los agredidos tienen una relación directa de tipo afectiva, familiar o laboral.

Los efectos de esta violencia para la estabilidad y equilibrio de la persona acosada o agredida e incluso para su propia salud mental y física suelen ser, en general más duraderos y perjudiciales que los de la violencia física, aunque sean menos perceptibles inicialmente para la misma persona agredida y la mayoría de las veces imperceptibles para el resto de las personas.

Señala Merino (2006), que la violencia psicológica se asocia también a cierto nivel de inteligencia y aun abuso de poder. Abuso de poder que suele servir para ocultar los miedos e inseguridades del agresor, y que necesita humillar y empequeñecer a los demás para sentirse más fuerte y seguro. En muchos casos esconde patologías no declaradas.

Se utilizan amenazas para lograr algo de la víctima, para ejercer poder sobre ella, hechos encaminados a bajar la autoestima del individuo haciéndole aumentar su inseguridad y su ansiedad.

En caminos hacia la equidad (2004), nos señala que la violencia psicológica se ejerce a través de gritos, gestos agresivos, malos tratos, falta de atención, silencio, chantajes, que buscan denigrar, intimidar, amenazar o manipular a la persona agredida y aunque aparentemente no dañan, lo hacen de manera profunda, ya que destrazan la autoestima y la estabilidad psicológica de la víctima.

2.2.3 Violencia Física.

Merino (2006), menciona que la violencia física es el tipo de conducta violenta que se da de manera automática y se asocia con el término violencia. Es la que utiliza la fuerza bruta contra las personas, de una forma directa a través de golpes o bien mediante armas u otro tipo de artefactos o instrumentos que produzcan daños físicos e incluso la muerte a las personas o deterioren y destruyan sus cosas. En este sentido las acciones de destrucción de cosas o de bienes suelen considerarse también como violencia física.

La violencia física puede tomar la forma de peleas, empujones, golpes, puñetazos, patadas o agresiones con algún objeto, parecieran que estas acciones fueran insignificantes pero que ejercen una influencia sobre el individuo, al hacerse de forma reiterada.

En el estudio sobre la violencia contra los niños de las Naciones Unidas (2006), señala que la violencia física en las escuelas se llega a producir en forma de peleas. Pero desgraciadamente, en algunas sociedades del mundo, este tipo de comportamiento agresivo, se percibe como un problema menor de disciplina. Por otro lado, la violencia física entre compañeros tiende a ser más común en las zonas urbanas que en las rurales.

De acuerdo con Mendoza (2011), señala que la Asociación Nacional de Educación de los Estados Unidos, diariamente 60 000 estudiantes pierden o faltan a clases debido a que temen ser afectados físicamente y 40 estudiantes son heridos por algún arma. También señala que en México, es probable que se esté

acercando vertiginosamente a esta estadística, con el brutal incremento de violencia que se está viviendo.

2.2.4 Violencia Social.

El *bullying* puede tomar diferentes matices, por ejemplo violencia psicológica y social, el aislamiento y la exclusión son la máxima expresión de esta clase de *bullying*.

Las acciones de acoso escolar que buscan bloquear socialmente a la víctima, buscan el aislamiento social y la marginación o la exclusión impuesta por estas conductas de bloqueo.

Algunos ejemplos podrían ser: las prohibiciones de jugar en grupo, de hablar o comunicarse con otros, aplicar la “ley del hielo” o de que nadie le hable o se relacione con la víctima, ignorando su presencia y no contando con él/ella en las actividades normales entre compañeros de clase. Estos son indicadores que apuntan a un intento por parte de otros de quebrar la red social de apoyos del niño.

Así mismo Mendoza (2011), nos menciona que dentro de este grupo de acciones se incluye el hostigar a la víctima para hacerla llorar. Esta conducta busca presentar al niño socialmente, ante el grupo de compañeros, como alguien flojo, indigno, débil, indefenso, estúpido, llorón, etc. El hacer llorar al niño

desencadena socialmente en su entorno un fenómeno de estigmatización secundaria, conocido como mecanismo de “chivo expiatorio”.

De todas las modalidades de acoso escolar esta es la más difícil de combatir en la medida en que es una actuación muy frecuente e invisible y que no deja huella. A veces, incluso los maestros llegan a asumir contra la víctima las mismas actitudes del grupo.

El propio niño no identifica más que el hecho de que nadie le habla o que nadie quiere estar con él, o bien, que los demás le excluyen sistemáticamente de los juegos. Un ejemplo claro de este aislamiento social es cuando a un niño, siempre se le culpa por todo lo malo que sucede, si se pierde algo, si alguien se lastima, si alguien grita, etcétera.

En cualquier caso, señala Moya (2011), que el maltrato infantil afecta de forma considerable al desarrollo de la cooperación, la empatía, el altruismo y la conducta antisocial. El maltrato infantil provoca graves secuelas psicológicas y biológicas.

CAPITULO 3

CARACTERÍSTICAS DE LOS IMPLICADOS

3.1 El Agresor

Describe Olweus (1979), al agresor como un muchacho con temperamento agresivo e impulsivo; los agresores suelen tener deficiencias en sus habilidades sociales para comunicar y negociar sus deseos. Igualmente Olweus (1980), encontró que existía una correlación entre los agresores y la procedencia de hogares con un alto nivel de agresiones y violencia entre los miembros de la familia. (Citado en Fernández, 2006).

Señala Mendoza (2011), que cuando un niño es agresivo, al mismo tiempo es rechazado y sufre repetidos fracasos en sus relaciones sociales, crece con la convicción de que el mundo es hostil y todo está contra él, lo que justifica desde su punto de vista su comportamiento agresivo hacia el exterior, aunque esto no le impide que se autovalore positivamente. Sin embargo, para orientar su necesidad de relaciones sociales y manejar positivamente su autoestima buscará el apoyo social de aquellos con los que se siente respaldado, creándose así pequeños grupos de niños que se perciben entre sí parecidos o quienes sienten compartir cualidades en común.

Por otro lado, el niño agresor suele mostrar una tendencia significativa hacia las actividades atrevidas o agresivas. Le gusta el riesgo y el peligro y posee una

alta extraversión que se traduce en el gusto por los contactos sociales, aunque el contacto habitualmente tiende a ser agresivo, se enfada fácilmente y sus sentimientos son variables. Todo lo anterior hace que este tipo de niño pueda o tienda a presentar “trastornos de conducta” que le lleven a meterse frecuentemente en problemas con sus iguales e incluso con los adultos.

A su vez, Fernández (2006), señala que el agresor goza de mayor popularidad entre sus compañeros, aunque con sentimientos ambivalentes: a muchos les impone respeto o miedo. Al salirse con la suya interpreta que puede ejercer el abuso de poder a través de la agresión. Este rasgo se mantiene en la edad adulta y le insertará en una población de alto riesgo, como son actos antisociales y pre delincuentes en la adolescencia. Al no sentir empatía hacia los sentimientos de los demás interpretará que sus actos están justificados por la provocación de los otros. La falta aparente de culpa le impide restituir o reconocer sus actos. Necesita entrenamiento en el control de la ira, en el desarrollo de la empatía, en el autocontrol, etc. En definitiva habilidades sociales para saber convivir en sociedad.

Comenta Merino (2006), que dentro del cauce de la prudencia, el agresor para evitar el síndrome de la etiquetación que tantos problemas le ha creado en la vida. Los estudios sobre el agresor se multiplican y corren paralelos con los del agredido en el *mobbing*. Van desde considerarle como una persona insegura que busca autoafirmación a través de la agresión y del abuso de poder, hasta los que subrayan que suele ser una persona fuerte, mala y astuta que goza de gran popularidad entre los compañeros. No existe oposición entre estos dos polos.

En ambos casos se activa un mecanismo similar, en el primero para compensar su baja autoestima o su carencia de habilidades sociales, en el segundo para mantener la idea de *superman* y la paranoia de matón o de líder ficticio que se va generando y engrosando a través del proceso de *bullying*. En este último polo el agresor suele ser fuerte físicamente, con alta autoestima, provocador, manipulador y belicoso.

Al mismo tiempo, si no se atiende al agresor éste crecerá siendo un agresor y al llegar a la adolescencia, podría involucrarse en actividades delictivas o enrolarse en pandillas antisociales y al llegar a la vida laboral podría convertirse en un “acosador laboral” (cuyo término equivalente en inglés es *moobing* o *harassment*, refiriéndose a acciones de acoso a un compañero de trabajo sin importar las diferencias de jerarquía o de sexo, y que ya son penadas en la legislación de varios países). Así pues, eventualmente podría entonces el agresor terminar en serios problemas legales. (Hirigoyen, 1999, citado en Mendoza, 2011).

3.1.1 Tipos de agresores.

En la clasificación de Mendoza (2011, p.45), los tipos de agresores son los siguientes:

- **Agresor activo.** Establece la relación agresiva directamente con su víctima; por lo general es violento y amedrenta a la víctima con su violencia física. Es menos complejo ya que sus conductas agresivas están a la vista, no se oculta y es más fácil detectarlo.

- **Agresor social indirecto.** Éste es más complejo, manipula hilos tras bambalinas y opera desde la oscuridad; sus ataques son limpios y certeros, logra sus objetivos y sale ileso. Su mejor arma es la manipulación; por lo general su agresión dura mucho tiempo, e induce a otros a cometer actos de violencia y persecución. Su agravio contra la víctima nunca es directa.
- **Agresor pasivo.** Participa pero no actúa la agresión; acompaña al “autor intelectual”, se enfrenta a la autoridad y protege al agresor activo.

Nos comenta Martiñá (2007), que los agresores, son menos accesibles y suelen presentar algunos de los siguientes rasgos, no en forma estricta pero si con bastante frecuencia:

- Suelen tener problemas de autoestima.
- Por alguna razón no pueden sobresalir de otro modo.
- Proviene de familias donde la violencia se considera normal para resolver los problemas.
- Son mayores o más fuertes que la mayoría de sus compañeros.
- Son líderes carismáticos, por admiración o temor.
- Por lo general, son extrovertidos e impulsivos.
- Pueden estar vengándose de abusos sufridos.
- Pueden estar movidos por la envidia.

- Padecen algún grado de "alexitimia", es decir, la dificultad para reconocer los sentimientos propios y de los demás.
- Por razones culturales-familiares, las dos formas posibles de "sobresalir", elevarse uno o inferiorizar a los otros, eligen la segunda.

3.2 La Víctima.

Olweus (1979), describe a la víctima con un temperamento débil y tímido, y que acusan de falta de autoestima y asertividad.

Existen diferentes tipos de víctima y no todas comparten las mismas características, si bien, todas ellas tienen una baja popularidad entre sus compañeros y producen el rechazo suficiente como para no ser capaces de recibir la ayuda de sus iguales.

Nos indica Fernández (2004, p.54), que la víctima típica tiene las siguientes características:

- Padece miedo.
- Tiene una infancia o adolescencia infeliz.
- Tiene una baja autoestima.
- Tiene mayor riesgo de fracasar en la escuela.
- Tiene mayor tendencia a la depresión.
- Finge enfermedades.
- Se provoca enfermedades.

- No se puede comunicar ni se puede relacionar.

Todo lo citado anteriormente lo lleva a que en la edad adulta, este rasgo de víctima puede perdurar y producirle dificultades en las relaciones sociales.

Así mismo, la víctima tiene responsabilidad en el fenómeno: su falta de asertividad y seguridad en sí misma ayudan en su hostigamiento. Sus gestos, su postura del cuerpo, sus dificultades en la interpretación de los mensajes dentro del discurso entre compañeros y su falta de simpatía no le ayuda de mucho.

De esta manera, “la víctima interpreta que el problema está dentro de sí misma y, en algunos casos, que se lo merece, lo que inhibe su situación a otras personas. Además siente que comunicar le debilitaría aún más ante los ojos de sus compañeros y se desprestigiaría.” (Fernández, 2006, p. 58).

Por otro lado, la víctima no tiene por qué responder a unas características concretas. El abanico va desde casos en los que no se aprecia motivo conocido ni previsto hasta aquellos otros que entran en el mapa de rasgos que suelen darse en las personas agredidas o víctimas. También se habla de “víctima provocativa” para referirse a aquella en la que ella misma participa activamente en el ciclo de agresiones por afán de protagonismo y para llamar la atención de sus compañeros y de los propios profesores. En relación con esta última, es difícil a veces saber si la víctima es víctima o agresor.

Estos actos, señala Merino (2006), que se destacan por su repetición es un menor con baja autoestima, físicamente suele tener algún rasgo diferencial (lentes, gordura, problemas físicos, prendas de vestir distintas, etc.), falta de

simpatía, carente de habilidades sociales para comunicarse y defenderse, débil a la presión del grupo, nervioso, hiperactivo, depresivo y tiende a culparse a sí mismo, etc.

Menciona Martiñá (2007, p.25), los siguientes rasgos de las víctimas:

- Son tímidos, temerosos.
- Son menores, más débiles o torpes que la mayoría de los compañeros.
- Pertenecen a alguna minoría dentro de la mayoría del aula: de género, étnica, social o de preferencias, por ejemplo, un varón que no gusta del fútbol.
- Son solitarios, no tienen amigos.
- Por lo general, son introvertidos.
- Son recién llegados.
- Tienen alguna desventaja física
- Se destacan intelectualmente ("traga libros") y provocan envidia.
- Son poco asertivos, acceden rápidamente a las demandas de los otros para "evitarse problemas".
- Alguna vez denunciaron un maltrato y quedaron etiquetados.
- Tienen gran necesidad de ser aceptados por los demás.
- Suelen creer que soportar pasivamente las adversidades es la mejor forma de lidiar con ellas.

3.2.1 Tipos de víctima.

Nos señala Mendoza (2011, p.46), dos tipos de víctimas los cuales son los siguientes:

- **Víctima activa.** También se le llama víctima de alta agresividad o provocativa. Éste parece actuar como un agresor, es desafiante y puede tener actitudes violentas; hace cosas que molestan, desesperan y exasperan a los demás, provocando sin querer o intencionalmente la agresión o el enojo de los demás. Puede tratarse de niños que padecen hiperactividad e impulsividad y que suelen reaccionar con conductas irritantes para otros, como por ejemplo llorar en exceso, gritar en exceso, hacer berrinches o no tolerar perder. Este tipo de víctima carece de habilidades sociales y con frecuencia no pueden comprender los estados afectivos de los otros.
- **Víctima pasiva.** También se llama víctima de baja agresividad. Por lo general se trata de personas inseguras, calladas y tímidas, quienes demuestran miedo y vulnerabilidad, es casi como si portaran una señal para los agresores. Son aquellos individuos molestables, aún si no han abierto la boca. Transmiten su indefensión y buscan inconsistentemente despertar lástima. Con frecuencia son agredidos sin haber hecho nada que invite al acosador a agredirlo y tampoco intentan defenderse al ser atacados. Por lo general están solos o aislados del grupo y son un poco más jóvenes o de menor edad que el *bully*.

3.3 El Espectador.

Los espectadores aprenden a tolerar situaciones injustas y viven en una postura egoísta e indiferente. Lo más peligroso es que lleguen a valorar las conductas agresivas como respetables y aceptables, e incluso podrían llegar a desensibilizarse ante el sufrimiento de otra persona, como vemos en la investigación de Jean Decety (2008), de la universidad de Chicago. En ese estudio demuestra que observar repetidamente violencia hace que la persona se vuelva insensible frente a los actos violentos, lo cual incrementa a su vez el nivel de agresividad en las conductas. (Citado en Mendoza, 2011, pp.57-58).

Las características de los espectadores son las siguientes:

- Su silencio otorga permiso al agresor de agredir al otro.
- Manifiestan falta de carácter.
- Demuestran inseguridad en sí mismos.
- Expresan miedo al ser pasivos.
- Denotan falta de empatía con la víctima.
- Demuestran falta de compromiso.

Por otro lado, es primordial concientizar a los espectadores de su importante papel en el proceso de *bullying*, ya que el simple hecho de observar y presenciar la agresión sin hacer nada o sin denunciarla los convierte en cómplices. A la vez el agresor percibe sus risas como señales de aprobación y aliento para persistir en su conducta.

Se observa también que el maltrato produce un contagio social que inhibe la ayuda e incluso fomenta la participación en los actos intimidatorios por parte del resto de los compañeros. Frecuentemente esta respuesta se debe al miedo de convertirse en el blanco de las agresiones, lo que paraliza a los espectadores y les impide hacer algo.

3.3.1 Tipos de espectadores.

Mendoza (2011), menciona los tipos de espectadores, los cuales se mencionan a continuación:

- **Secuaces.** Son los “amigos”, los que siempre acompañan al acosador, no lo detienen y le celebran sus acciones pues temen ser víctimas de él.
- **Reforzadores.** Son los que alientan las relaciones de poder y sumisión y creen que al reforzar esta actitud les garantiza nunca ser víctimas. Alientan y estimulan las reacciones violentas en los demás, como quien atiza el fuego.
- **Ajenos o indiferentes.** Estos son los espectadores que tratan de no llamar la atención, permanecen neutrales y con su indiferencia parecen mandar el mensaje de que están de acuerdo con la agresión.

- **Defensores.** Son aquellos estudiantes que abandonan el papel de espectador y se convierten en estudiantes activos, que apoyan a la víctima y denuncian el acoso y condenan o desapruaban al acosador.

3.4 Personas adultas.

Martiñá (2007), nos comenta que en algunos casos los adultos responsables (padres y maestros), no perciben la situación y en otros, si la perciben o sospechan, la minimizan debido a que juegan en ellos ciertas ideas arraigadas que se resisten tenazmente a la prueba de la realidad.

Con respecto a los padres, suele suceder que no intervengan porque:

- Son cosas de chicos.
- Tiene que aprender a vivir.
- Tiene que hacerse hombre.
- No hay que ser un delator.
- Si se dejó pegar, se merece que lo castigue, por flojo.
- No vamos a estar metiéndonos en cada problema.
- Sucedió en la escuela, que lo resuelvan ellos.

Con respecto a los profesores, menciona Martiñá (2007), que suele jugar en su contra para obtener una adecuada intervención, en el manejo de conflictos es:

- No saben bien qué hacer.
- La cultura escolar no suele prestar demasiada atención a lo que ocurre "entre los chicos".
- Muchas veces los episodios de acoso no afectan el "normal desarrollo de las actividades".
- En general, no se realizan en el aula ni a la vista de todos.
- En una institución bastante "femenina", como es la escuela, a veces se atribuyen ciertas conductas bravuconas a "cosas de varones". (En realidad, es cierto que el acoso se da bastante más en varones que en niñas y que en éstas, cuando aparece, es más sutil y sobre todo verbal).

Resulta claro que cuando alguien se niega sistemáticamente a afrontar la realidad, ésta suele caer de golpe como un balde de agua fría, en el momento menos pensado: se han producido casos de *bullying*, sobre todo en los primeros años de enseñanza secundaria que culminaron en suicidios u homicidios, ante la sorpresa y la perplejidad de adultos que no asumieron la gravedad que estos episodios pueden tener cuando se sostienen en el tiempo e incrementan progresivamente la soledad y la impotencia de las víctimas.

Por otro lado, nos apunta Hernández (1992), que tanto en los niños como en los adolescentes, predominan las acciones impulsivas, con intención de huir de

situaciones conflictivas, la inestabilidad emocional, la baja tolerancia a las frustraciones, la pérdida de la autoestima y sentimientos de soledad. Estos conflictos desencadenantes para intentar suicidarse suelen ser los siguientes:

- Familiares.
- Escolares.
- Laborales.
- fracasos amorosos.

Por otra parte, Osorio (1993), nos dice que, el suicidio, la autodestrucción, o privación intencional de la vida por el propio individuo, es un acto que entraña al máximo la desesperación y que no siempre es un acto impulsivo realizado en un momento de irracionalidad transitoria; muchas de las veces es producto de una profunda reflexión, y se llega a esta decisión cuando se han agotado todas las soluciones vitales imaginadas por el sujeto.

También nos señala que alrededor de un suicidio generalmente se encuentran sentimientos de temor, culpabilidad, falta de dignidad, desvalorización, indolencia, apatía, situaciones familiares negativas, en fin, condiciones personales y ambientales nocivas al individuo.

Las víctimas, que desafortunadamente, son aquellas en las que la motivación más relevante es salir huyendo hacia la muerte, en una situación insoportable. La desesperanza se considerada como un factor mediador individual muy importante, en la relación entre las situaciones que predisponen: la soledad, el desarraigo, el infortunio, etc. y la acción individual del suicida.

CAPITULO 4

MITOS Y REALIDADES DEL *BULLYING*

Con respecto al *bullying*, se ha hablado mucho, pero poco es lo que se conoce para corregirlo, ya sea porque no pretendemos involucrarnos o porque creemos no tener este problema en los centros escolares. Esta es una de las principales causas por las que se llega a generar una serie de mitos y realidades.

La definición de mito según el diccionario de la real academia española (2010), es: 1.m. Narración maravillosa situada fuera del tiempo histórico y protagonizada por personajes de carácter divino o heroico. Con frecuencia interpreta el origen del mundo o grandes acontecimientos de la humanidad. 2. m. Historia ficticia o personaje literario o artístico que condensa alguna realidad humana de significación universal. 3. m. Persona o cosa rodeada de extraordinaria estima. 4. m. Persona o cosa a las que se atribuyen cualidades o excelencias que no tienen, o bien una realidad de la que carecen.

Es una de las funciones del mito: consagrar la ambigüedad y la contradicción. Un mito no tiene por qué transmitir un mensaje único, claro y coherente.

Los mitos más relevantes se mencionan a continuación, conjuntamente con su realidad, para desmitificarlos.

Mito 1: En nuestra escuela no existe el *bullying*.

Realidad: EL acoso u hostigamiento escolar no es un fenómeno nuevo en los centros escolares, este hecho se ha incrementado en los últimos años. Los profesores en la mayoría de las ocasiones permanecen ajenos a este hecho porque no se enteran de lo que ocurre en sus escuelas. Ya que el patio de las escuelas se convierte en campos de batalla y es en este lugar, donde los niños dominantes cometen sus fechorías

Mito 2: Hay que aprender a manejarse en la vida; no se puede “mal criar” a los hijos, el maltrato forma el carácter.

Realidad: La violencia escolar está encaminada a hacer daño a la víctima, de una manera repetida, así la víctima queda expuesta física y emocionalmente, por lo tanto, tiene una serie de consecuencias psicológicas. Se sabe que la violencia no fortalece el carácter, sino que el agresor puede derivar en diversos trastornos de personalidad muy severos.

Mito 3: Era una broma; no ha pasado nada; los niños son así.

Realidad: Se suele creer que algunas de las expresiones de *bullying* son sólo juegos o bromas pesadas entre estudiantes. La mayoría de las ocasiones los agresores, tienen la franca intención de fastidiar, ridiculizar o de molestar a su compañero.

Mito 4: Se llega a decir, que se lo merecía, algo hizo por eso le va así.

Realidad: La violencia puede tomar formas de peleas, empujones, golpes, puñetazos, patadas u otro tipo de agresiones, que utilizan para intimidar a su víctima. Los compañeros de la víctima, no se enfrentan al agresor por miedo a no tener problemas y está es la causa primordial por la cual no les interesa involucrarse, por temor a pasar a ser víctimas y es más fácil decir se lo merecía.

Mito 5: Lo mejor es ocultarlo para no dañar la imagen de la escuela (es sólo un caso aislado).

Realidad: Desafortunadamente, hoy en día estos casos son muy frecuentes en las escuelas y colegios del país. El ocultar esta realidad, hace que la escuela se convierta en cómplice del agresor y por supuesto, esto llega a perjudicar a la escuela o colegio de manera primordial, ya que las agresiones y la violencia van en aumento y esto genera desprestigio a la institución.

Mito 6: Los profesores saben manejar estas situaciones, es parte de su trabajo.

Realidad: La mayoría de los profesores desconocen este tipo de hechos que se suscitan en la escuela o se hacen de la vista gorda ante el maltrato que existe entre sus alumnos y si lo llegan a ver, o se enteran de esta agresión minimizan este hecho ya que no tienen la capacidad de resolver este tipo de conductas, de una manera adecuada.

Mito 7: Por sus características físicas siempre lo molestan.

Realidad: Un o una estudiante no se transforma necesariamente en víctima por poseer ciertas características físicas, como el sobrepeso, usar anteojos, hablar diferente, etc. Una vez que una víctima ha sido elegida, cualquier característica puede ser utilizada para ir contra ella.

Mito 8: Algunos padres suelen recomendarles a sus hijos o hijas: que no se dejen pegar y que respondan a la agresión para que de esta manera, nunca más los molesten; o ignorar el hecho, de esta forma lo dejaran tranquilo; no acuses a los agresores porque te van a molestar más.

Realidad: Estas sugerencias lo único que hacen, es por un lado, incrementar y reforzar la conducta agresiva y por el otro, es darle más poder al agresor y dejar impune estos acontecimientos e intensificar esta conducta negativa entre los compañeros.

Mito 9: No intervengo en los problemas de mis compañeros o compañeras, ellos tienen que aprender a solucionar sus problemas solos.

Realidad: El no intervenir en este tipo de agresiones, lo único que se consigue es que el agresor tome mayor poder sobre la víctima o las víctimas y solapar sus actos y al mismo tiempo, se vuelve cómplice del agresor, por no tener el valor de

denunciarlo, por temor a convertirse en una víctima. Es un rasgo muy poco ético, es, ser un ciudadano cobarde, irresponsable y poco solidario.

Mito 10: Son cosas de niños.

Realidad: Efectivamente son cosas de niños, si son cosas triviales, no debería existir preocupación, pero si estas agresiones, tanto físicas, psicológicas y verbales, son de manera repetitiva, es en este momento, donde las alarmas se deben de encender, para frenar este tipo de conducta.

Mito 11: Han sucedido desde siempre.

Realidad: Muchas de estas conductas siempre han existido, pero no de manera repetitiva y con la saña que se cometen, y a la vez no se conocían las consecuencias tanto psicológicas como sociales, que conllevan a los implicados.

Mito 12: El agresor no mide las consecuencias.

Realidad: El agresor es consciente de la falta que está cometiendo y bien sabe que su única intención es agredir, hacer sentir mal a su oponente, humillarla y de esta manera sentirse un ser superior ante la víctima.

Mito 13: No es para tanto, ya se le pasará.

Realidad: Desafortunadamente, este tipo de conductas agresivas que experimenta la víctima, de una forma repetitiva, no son tan fáciles de olvidar y mucho menos de superar, ya que el daño que causa es inimaginable.

Mito 14: Todos hemos pasado por eso.

Realidad: Efectivamente todos hemos pasado por este tipo de conductas, pero no en la forma en que se está dando en la actualidad, con un sadismo, brutalidad y crueldad por parte de los agresores.

En la mayoría de las veces, llega a perjudicar de manera alarmante, ya que no se pueden implementar ciertas estrategias para poder detener o frenar está dificultad. Por eso es de vital importancia el estar informados y preparados para detectar este tipo de violencia y el poder actuar de una manera acertada y consciente.

Si se continúa sumergido dentro de la ignorancia, por evadir una realidad que cada vez es más latente en nuestra sociedad, estaremos dejando pasar una gran oportunidad de cambiar o modificar la realidad de los niños y de las niñas que están padeciendo una tortura, por parte de sus agresores.

CAPITULO 5

ESTRATEGIAS ANTIBULLYING

5.1 Estrategias para afrontar el *bullying*

Para enfrentar estas situaciones de maltrato escolar que puede causar miedo, pues si se piensa que si se ayuda al chico o la chica con quien se están metiendo, se cree que lo harán con los demás también. Sin embargo, si se mantienen en silencio, esto se interpreta como aprobación del acoso y al consentir este hecho, se convierten indirectamente en parte de los que acosan. “También es verdad que en ocasiones, no se sabe bien quién empezó a meterse con quién, especialmente si el acosado a su vez se mete con otros, y entonces pensamos que es más sencillo.” (Fernández y Hernández, 2005, p.26).

En la infancia señala Fernández (2006), y muy especialmente en la adolescencia, la figura del amigo tiene un marcado carácter socializador. Los jóvenes sustituyen a la familia como modelo de identidad y apoyo por el de su propio grupo de compañeros. Esto sugiere que se pueden crear sistemas de ayuda entre alumnos apoyándose en la amistad espontánea. Los sistemas de ayuda entre alumnos facilitan el desarrollo de la generosidad, la prosociabilidad, la tolerancia y la solidaridad con los otros y con sus circunstancias.

5.2 En la escuela

En el Informe nacional sobre violencia de género en la educación básica de México, (2009), nos señala que las escuelas deben ser un espacio de seguridad para los niños, de manera que se fortalezca su desarrollo físico, intelectual y afectivo. El hogar y las escuelas, además, deberían ser referentes de seguridad para las mujeres, para los hombres, para los niños y las niñas.

La sensación de seguridad en el salón de clases probablemente está relacionado con la presencia de una autoridad (maestro o maestra) que funge como intermediario(a) en los conflictos que pueden darse entre niños y niñas. En este sentido, parece que en los espacios donde los alumnos y alumnas se encuentran “solos”, es decir, sin la presencia de personas adultas, se sienten más inseguros.

El maltrato entre compañeros se da en todas las escuelas con mayor o menor intensidad. Si los profesores, los padres y los alumnos son conscientes de que el maltrato existe, si han hablado sobre el tema y se conoce bien lo que se admite y lo que no en las relaciones entre compañeros, el maltrato será mucho más leve, porque se podrá dialogar con facilidad sobre lo que nos hace sentir mal, y el profesorado favorecerá que se hable de ello.

Desafortunadamente, no todas las escuelas actúan de igual manera y no todos los directivos de las escuelas consideran que es un tema de especial interés. Algunos piensan que no hay maltrato en sus centros. Sin embargo, olvidan que este tipo de maltrato se da de formas muy sutiles como: amenazas, chismes,

exclusión o rechazo, y que estas también son formas de herir y de acosar a sus compañeros.

Fernández y Hernández (2005), nos señalan que la única forma de parar el maltrato entre compañeros es dando a conocer los hechos y los sentimientos y hablando entre todos sobre lo que ésta ocurriendo. Si esto se comunica, es más fácil que alguien nos pueda ayudar a detener la agresión. Si los hechos se hacen públicos, el que se mete con otro tiene que dejar de hacerlo y dar cuenta de sus hechos.

Así mismo no se debe creer que decir la verdad acerca de nuestra indefensión y nuestras preocupaciones es de cobardes. Todo lo contrario, el cobarde es aquél que se ampara en la amenaza y que no da la cara.

El maltrato entre compañeros tiene que ser comunicado a otras personas que no estén involucradas. No hay que dejar que el silencio lo aumente y dé pie al agresor abusar con más intensidad.

5.3 Con la familia.

Mencionan Alcántara, Cruz y Reyes (2003), que la familia es el grupo en que los seres humanos se desarrollan desde el momento del nacimiento hasta la muerte. En ella se aprende todo lo necesario para poder tener una buena calidad de vida. En el núcleo familiar conviven distintas personas con características físicas, emocionales y sociales diferentes. Lo físico se refiere a todo aquello que

está relacionado con el cuerpo. Lo emocional tiene que ver con la manera de reaccionar ante diversas situaciones. Mientras que lo social está constituido por todos los contactos que se tienen con otros seres humanos.

Es importante señalar que el primer espacio de socialización es el familiar, los niños y las niñas aprenden de sus familias cómo comportarse, y toman ejemplos de resolución de conflictos, así como actos debidos o indebidos, respecto y demás valores.

A su vez, la madre juega un papel primordial en el desarrollo de los hijos, pues es la figura central en la unidad familiar. Al nacer, el primer contacto que tiene es con su madre; de ella reciben en los primeros años de vida el calor, las caricias, el afecto, el lenguaje y el alimento. Generalmente pasa más tiempo con ellos que el padre.

La misión de la maternidad y la paternidad tiene objetivos diferentes para las personas. La mayoría desea que sus hijos sean felices, honrados, autosuficientes, independientes, sanos. Pero al mismo tiempo, desean que se comparta el amor, pero lo anterior sólo se logra a través del involucramiento positivo y real entre los padres con sus hijos. Ayudar a los hijos a desarrollar una fuerte autoestima es una tarea importante de la paternidad. Los niños con alta autoestima tienen grandes posibilidades de ser adultos sanos, exitosos y felices.

Desarrollar la autoestima del hijo no significa aprobar todo lo que hace, sino mostrar cariño y aceptación de su persona tanto cuando lo elogia como cuando lo corrige.

Alcántara (2003), menciona, que en el desarrollo de la autoestima, los padres de familia juegan un papel muy importante. He aquí algunas recomendaciones para fortalecer la autoestima de los hijos:

1. Al comunicarse, utilice frases positivas que no pongan una etiqueta a sus hijos ni atenten contra su dignidad.
2. Evitar gritos, insultos o golpes cuando se sanciona a los hijos. Cualquier tipo de violencia hace que ellos se sientan devaluados.
3. Reconocer sus actividades. Sus logros deben ser aprobadas a través de palabras de aliento.
4. No exigir más de lo que sus hijos pueden dar.
5. Prescindir de la realización de comparaciones. Los hijos son individuos únicos y por lo tanto diferentes a otros.

Es de vital importancia, la etapa de la vida en la que niños, niñas y adolescentes asisten a la educación básica, es fundamental para su desarrollo. Durante la infancia y la adolescencia, el ambiente escolar, junto con la familia, influye de manera determinante tanto en su desarrollo físico, como intelectual, emocional, moral y social.

En el informe nacional sobre violencia de género en la educación básica de México (2009), señala que los profesores son figuras que tienen un gran peso en los procesos psicosociales como la identidad sexual, la autonomía, el auto-concepto, la autoestima y la motivación al logro de cada niño o niña. Esto debido

no sólo al tiempo que pasan juntos, sino al tipo de interacción que se establece entre docentes y alumnos, por lo que tienen una gran influencia en el desempeño escolar, la salud psíquica y el establecimiento de las expectativas de la vida del alumno.

La familia representa el modelado de conductas y es el primer creador de valores para sus hijos. Las relaciones entre los diferentes miembros (padres e hijos) de la familia repercuten directamente sobre la imagen de sí mismos y la de los demás que trasladan al centro escolar. Además, no todas las familias mantienen los mismos valores y progresa la idea de forma de vida variada, multicultural, donde los problemas sociales tales como el empleo y el nuevo papel de la mujer y su posición en el mercado de trabajo, exigen nuevas estructuras familiares.

5.4 Con las víctimas.

En el caso de la víctima dado su claro carácter de indefensión y falta de autoestima, se aconseja entrenamiento en técnicas asertivas. “En algunos casos (Sharp y Smith, 1994), han realizado pequeños grupos de alumnos que extraídos del grupo de clase eran instruidos en técnicas básicas de asertividad. Estas apuntan al aprendizaje, a través del *role playing* de situaciones de riesgo y su fórmula de respuesta”. (Citado en Fernández, 2004, p. 141).

La respuesta asertiva enseña a los alumnos a defender sus derechos sin violar los derechos de los demás. La víctima agredida responderá al agresor

manifestando sus intenciones, deseos y sentimientos de forma clara y directa, ayudándoles a mantenerse resistentes a las tácticas de manipulación y agresivas de los demás. Estos comportamientos se basan no sólo en el mensaje verbal, sino que también atienden al contacto visual y al lenguaje corporal.

Algunos chicos o chicas creen que, cuando se meten con ellos, lo mejor es quedarse callados y pasar desapercibidos, pero esto a menudo agrava la situación. Si se siente que se están metiendo con uno, el chico o chica debe de adoptar una serie de decisiones para protegerse.

Cuando de forma continua se meten mucho con un niño(a), debemos recordar lo siguiente:

- Tú solo posiblemente no puedas hacer frente a un acoso reiterado de un grupo de compañeros. No es ninguna vergüenza pedir ayuda. Hazlo y seguro que alguien te escuchará.
- Cuéntaselo a alguien: a un amigo, a un compañero, a un profesor o a tus padres.
- Busca protección entre compañeros: no andes solo; busca amigos con quien relacionarte.
- Respétate a ti mismo. Piensa que nadie tiene derecho a tratar mal de forma reiterada a otro. Sé firme en la convicción de que tú vales tanto como cualquier otra persona.

- Intenta no mostrar miedo. En cuanto puedas, expresa tus sentimientos a alguien en quien puedas confiar y que pueda ayudarte a trazar un plan de acción.
- Hazle saber al profesor o tutor lo que te ocurre y que te gustaría que en clase se hablara de la convivencia, sin tener que centrarte en tu problema en particular.
- Revisa si hay algunas cosas de las que dices o haces que irrita a tus compañeros o no suele gustarles e intenta cambiarlas. Practica otras formas de responder en esas situaciones concretas. (Fernández y Hernández, 2005, p.18).

5.5 Con los agresores.

Sólo algunos chicos meten miedo a los demás. En su comportamiento, suelen reproducir una imagen dura y agresiva que no refleja sus verdaderos sentimientos. Esta “mascara” es más frecuente entre los chicos.

Las chicas prefieren formas de maltrato menos notorias como: sembrar rumores, hablar mal de alguien, excluir de su círculo de amistad, etc. Con frecuencia quien se mete con los demás suele ser porque tiene otros problemas, porque reproduce un comportamiento agresivo que ve a su alrededor, o simplemente porque no sabe controlarse. La agresión reiterada acabará volviéndose en su contra y haciéndose daño así mismo.

Por ello, hay que tomar en cuenta lo siguiente:

- No creas que la gente te respeta. Simplemente te tiene miedo o les impones, pero no eres realmente aceptado. Seguramente es más importante buscar el respeto de los demás, no el dominio sobre los demás.
- No te conformes de actuar. Intenta cambiar tus conductas agresivas y fíjate en cómo actúan otras personas en las mismas circunstancias.
- Date cuenta de que a corto plazo es posible que ganes, pero a largo plazo – si continúas metiéndote con otras personas- tendrás muchos problemas en la vida. La agresión tiene consecuencias de las que tarde o temprano tendrás que responder ante la sociedad.
- Pide ayuda a algún profesor, orientador o tutor si tienes problemas familiares. Si te encuentras mal o necesitas hablar de tus problemas con alguien, confía en los demás.
- Piensa en el daño que estás haciendo a otros. Ponte en su lugar e intenta imaginar cómo te sentirías tú.
- Si tus amigos te animan a ser agresivo y te retan a actuar a veces como un matón, busca nuevas amistades y retírate poco a poco de ellos.
- Cuando te sientas enfadado y no puedas controlar tu ira, respira hondo e intenta relajarte. Cuenta hasta cinco antes de actuar y, si te es posible, retírate a un lugar tranquilo en el que puedas descargar tus sentimientos de rabia y agresividad.
- Piensa un poco sobre lo que realmente te molesta de ti; eso que te lleva a hacerlo, pegar a alguien. (Fernández y Hernández, 2005, p.23).

A menudo se ha observado, que los rasgos más significativos son la falta de empatía, hacia el sentir de la víctima y la falta de sentimiento de culpabilidad. Además de la falta de control de la ira y el nivel alto de los sesgos de hostilidad que caracterizan al agresor contribuyen a que éste interprete sus relaciones con los otros como fuente de conflicto y de agresión hacia su propia persona.

5.6 Mediación.

En la última década el enfoque de los problemas de disciplina escolar está cambiando al tener en cuenta, que los problemas de un niño/a no son exclusivamente suyos, sino que se dan dentro de un contexto y que existe una interacción que favorece o mitiga los buenos o malos comportamientos.

Al mismo tiempo, las intervenciones para la mejora del clima del centro están girando hacia enseñar a los alumnos habilidades sociales y estrategias para auto regularse y controlarse”. (Fernández, 2006, pp. 170-171).

Muchas disputas, menciona Martínez (2005, p.31-32), están relacionada comúnmente con conflictos escolares, donde se centran:

- Malos entendidos.
- Rivalidades entre grupos.
- Discriminación y rechazo.
- Uso de espacios y bienes.
- Noviazgos.

- Pérdida o rotura de útiles escolares.
- Uso de apodos.

El desarrollo de los modelos de mediación permite determinar el aporte que cada uno de ellos puede realizar en el ámbito educativo. Son guías que pueden ser utilizadas de forma eficaz según las distintas situaciones. “Sin perjuicio de ello, los elementos de la mediación transformadora, basados en la revalorización y el reconocimiento, resultan particularmente útiles para el objeto de la mediación en la educación y creando instancias para el aprendizaje”. (Martínez, 2005, p. 53).

Gutiérrez (2011), nos dice que los sistemas de mediación se pueden presentar en diferentes formatos pero se basan en unos principios básicos.

- Se utiliza cuando existen muchas dificultades para que las personas implicadas en un conflicto puedan resolverlo directamente.
- Consiste en que, ante un conflicto entre dos alumnos, un tercero les ayude a dialogar para acercar sus posturas y solucionar la disputa por ellos mismos. Es una forma de mostrar a los jóvenes que los problemas se pueden solucionar hablando y no sólo mediante el autoritarismo o la violencia.
- El mediador no resuelve el problema, sino que ayuda a que las partes lo hagan, al facilitar la comunicación, formular sugerencias y eliminar obstáculos que puedan existir. Su papel es importante para:
- Sustituir la confrontación por la cooperación, en la que las partes se dedican a resolver el conflicto buscando el beneficio mutuo.

- Ayudar a identificar los objetivos de cada uno y buscar soluciones que los hagan compatibles con los del otro.
- Favorecer que cada parte comprenda los intereses del otro y se comprometa con soluciones de beneficio mutuo.

A su vez, Martínez (2005, p.54-55), nos comenta los beneficios que tiene la mediación:

- Reduce tensiones emocionales porque se controla el resultado y se mejora la comunicación.
- Consolida la comprensión y la confianza.
- Permite confrontar intereses subyacentes.
- Resguarda la relación.
- Es base y modelo para negociaciones futuras.

El procedimiento de la mediación es el siguiente:

-Introducción.

- Las partes y el mediador se presentan.
- El mediador explica su rol, las características de la mediación, las reglas de procedimiento y comportamiento. Se recalca la regla del respeto mutuo.
- Se aclaran las preguntas que pudieran existir.
- Se reafirma la confidencialidad, la voluntad y la neutralidad.

-Narración de la historia.

- Las partes desarrollan su historia al mediador.
- El mediador parafrasea y sintetiza la historia de las partes.

- El mediador se asegura la comprensión del conflicto.
- El mediador se asegura de que las partes entienden cuál es el conflicto.

-Identificación de los hechos y sentimientos.

- Las partes narran mutuamente su visión del conflicto.
- El mediador recata los hechos y sentimientos de lo que las partes manifiestan
- El mediador impulsa a las partes para que se coloquen en el lugar de otro.
- Se resumen los hechos y sentimientos de ambas partes.
- Se identifican los intereses y necesidades de las partes.

-Generar opciones.

- Se estimula a las partes a imaginar opciones mediante técnicas cooperativas.

-Acuerdo.

- Se analizan las opciones aceptables para ambas partes.
- Se redacta un acuerdo.
- Se firma el acuerdo.
- Si no existe acuerdo, finaliza la mediación.

-Seguimiento del acuerdo.

- Se explica cómo se evaluará el seguimiento del acuerdo.
- Se agradece a las partes su participación en el procedimiento de la mediación y se recuerda que pueden acudir a ella ante cualquier divergencia.

5.6.1 Fases de la mediación.

El conflicto nos indica Cornelius y Faire (1995) que es parte integrante de las relaciones entre seres humanos, lo importante es canalizarlo y resolverlo. Son los propios estudiantes quienes pueden ayudarse entre sí, previo entrenamiento en las habilidades para solucionar eficazmente dichos conflictos. Se basa en un principio de “Yo ganó, tú ganas”, donde nadie se siente perdedor o ganador.

A su vez, los sistemas de ayuda entre alumnos facilitan el desarrollo de la generosidad, de la prosociabilidad, de la tolerancia y la solidaridad con los otros y con sus circunstancias. Se basan en relaciones de amistad-ayuda de diversa índole. Sus objetivos son (Cowie, 1995, citado en Fernández 2006, p.171):

- Promover el desarrollo personal de los ayudantes.
- Utilizar ayudantes-compañeros para el cuidado y apoyo de otros compañeros.
- Adoptar un vínculo entre alumnos con problemas y el ámbito de orientación-tutoría.

Para realizar una intervención eficaz, el operador de un conflicto escolar (supervisor, director, docente o auxiliar docente), deberán mirar más allá de la disputa, analizar la estructura del conflicto y las posibilidades frente a él: ceder, enfrentar, suavizar, ignorar o intentar un acuerdo.

5.7 Negociación.

La negociación es un procedimiento de solución de problemas en el que dos o más personas discuten voluntariamente sus diferencias e intentan llegar a una decisión conjunta sobre sus preocupaciones comunes. La negociación se da entre amigos, entre miembros de una familia, etc.

Señala Girars y Koch (1997), que la negociación es un procedimiento que va paso a paso y da las técnicas de comunicación y de pensamiento, además un marco que guía a los participantes hacia el descubrimiento de un acuerdo para todos satisfactorio. Dado que la negociación es un procedimiento sin ayuda (es decir, un procedimiento que no involucra a un tercero), los participantes se guían a sí mismos en el proceso de expresar lo que necesitan, probando la receptividad y las preocupaciones de la otra parte o partes e intentando lograr la solución más satisfactoria que sea posible.

Las características de la negociación es un proceso a través del cual dos o más partes intentan resolver un conflicto, modificando sus demandas iniciales, de modo que al final se llegue a un resultado aceptable para todos.

1. Centrar la negociación en los intereses y no en las posiciones.
2. Separar a las personas del problema.
3. Generar alternativas de beneficio mutuo.

4. Insistir en criterios objetivos, como la justicia, el mantenimiento de la relación, los intereses de toda la comunidad o la viabilidad de las soluciones.

5.7.1 Fases de la negociación.

Gutiérrez (2011), nos menciona las fases de la negociación:

1. Identificar necesidades e intereses, expresando lo que se quiere y por qué.
2. Escuchar atentamente los intereses del otro.
3. Lluvia de ideas sobre las posibles soluciones, sin decidir todavía si son buenas o malas.
4. Elegir la mejor solución, considerando cada idea en función de las ganancias conjuntas

La negociación requiere que los participantes identifiquen puntos en los que difieren, se transmitan los unos a los otros cuáles son sus respectivas necesidades e intereses, creen varias soluciones posibles y lleguen a un acuerdo acerca de lo que se hará. La negociación es la principal manera en la que se redefinen viejas relaciones y se crean nuevas.

CAPITULO 6

PROPUESTA ANTI-*BULLYING*.

Lo primero que se debe hacer para poder resolver cualquier problema, es reconocerlo. Los maestros y directivos de las escuelas desempeñan un papel importante en el manejo del *bullying*.

Johnson y Johnson (2002), nos refieren que la escuela necesita un contexto más amplio, que no sólo incluya medidas para prevenir la violencia, sino que también medidas para desarrollar y sostener patrones de conducta correcta.

Nos señala Torrego (2003), que elaborar un modelo para la mejora de la convivencia es un conjunto de planteamientos educativos que tratan de guiar las actuaciones concretas que se adoptan desde una perspectiva de centro. Su finalidad es optimizar los procesos de enseñanza y aprendizaje, afrontar los problemas de la disciplina y prevenir la violencia.

Al mismo tiempo, elaborar un modelo, por un lado, que sea preventivo y por el otro, el que pueda disminuir los índices de violencia en las escuelas en el que puedan existir.

Nos señala Mendoza (2011), que los expertos consideran que una intervención simultanea sobre factores individuales, familiares y socioculturales; que está es la única vía posible para prevenir el acoso escolar.

Por otro lado, Torrego (2006), señala que el encuentro y el dialogo facilitan la reconciliación entre los protagonistas en un conflicto. La resolución se propicia porque los conflictos son abordados con profundidad, se tratan las causas y no los síntomas, en consecuencia, las heridas se cierran, las relaciones se sanan y mejora la convivencia.

Las ventajas del modelo se evidencian en su potencial para facilitar la reparación de los daños, La víctima recibe la atención de su profesor, de sus compañeros o del propio grupo, que tratará el problema en la asamblea de la clase, y del propio agresor qué podrá reparar el daño, pidiendo perdón y disculpándose en el proceso de mediación.

6.1. Valores

El fomento de valores ofrece la posibilidad de construir sujetos con una mayor conciencia social, esto los dotará con habilidades para enfrentar problemas tanto individuales como sociales, por ejemplo, el respeto y el poder relacionarse. Los valores facilitan que los aprendizajes resulten útiles para participar en la sociedad y desarrollar la autonomía personal.

Nos refiere Fernández (2007), que los valores favorecen a la educación en habilidades, desde las primeras etapas de la vida, mujeres y hombres que sepan tomar decisiones y asumir responsabilidades que favorezcan su desarrollo integral y que a su vez, que se interesen en el proceso de construcción de una sociedad en la que el respeto y la solidaridad guíen las relaciones humanas.

Los valores se llegan a considerar normas de conducta y actitudes según las cuales se comportan los miembros de una sociedad y son coherentes con todo aquello que se contempla como correcto y que guía la forma de ser o sentir.

Al mismo tiempo, enuncia Torrego (2007), que hay unos valores mínimos para una vida digna (paz, libertad, igualdad, justicia y solidaridad) y unos principios de una vida en común (responsabilidad, tolerancia, diálogo, honestidad, civismo, etc.), de los que derivan normas, hábitos y actitudes que pueden y deben ser transmitidos y reconstruidos de generación en generación.

6.2. Autoestima

La relación entre la autoimagen e ideal de uno mismo refleja la autoestima individual. La autoestima, a su vez, debe manifestarse a través de los niveles de confianza individual, motivación y experiencia para lidiar y obtener resultados satisfactorios en cada uno de los aspectos que conforman nuestra vida cotidiana.

La autoestima generalmente se define como la evaluación global del valor que cada individuo tiene de sí mismo; es decir, el grado de satisfacción personal. Este valor que nos damos a nosotros mismos está de acuerdo con la manera en que nos percibimos, la forma en que pensamos sobre nuestra persona y en nuestra conducta general como seres humanos.

Señala Quiles y Espada (2004), que el inicio de la autoestima se sitúa en los primeros años de vida, a partir del afecto que el padre le devuelve a su hijo, si el

niño se siente aceptado por su familia, esto le permitirá desarrollar sentimientos de aceptación, aprecio, valor personal y seguridad que es la base para tener una buena autoestima en el futuro.

Branden (2003), nos habla de dos aspectos que conforman una autoestima saludable: el primero de estos, es la eficacia personal, que se refiere a la confianza en el funcionamiento de la mente, en la capacidad de pensar y entender, para aprender, a elegir y tomar decisiones; es decir, la posibilidad de esperar el éxito debido a los propios esfuerzos. El segundo, es el respeto a uno mismo, el cual se refiere a reafirmar la valía personal, en una actitud positiva hacia el derecho de vivir y de ser feliz. Es la convicción de que vale la pena actuar para poder apoyar, proteger y alimentar la propia vida y el bienestar personal. Es tener confianza y admiración por uno mismo.

Esto implica tener confianza en nuestra capacidad de poder compartir afecto sin ningún tipo de tensión, es estar dispuestos a ser amados por nuestras virtudes, disposiciones y poder comprender las diferencias de los demás.

Una buena autoestima, nos señala Fernández (2007, p.47), significa:

- Tener buena opinión de uno mismo.
- Tener confianza en nuestro valor como personas.
- Tener una actitud positiva.
- Estar satisfecho de uno mismo la mayor parte del tiempo,
- Plantearse objetivos realistas.

Una característica de las personas con baja autoestima, nos indican Quiles y Espada (2004), es la dificultad para percibirse de una forma adecuada. Normalmente se ven de forma despectiva, muy poco ajustadas a su realidad.

6.3. Manejo de emociones

Conocer las emociones y lograr reconocerlas es un gran avance en el proceso del conocimiento de uno mismo y en los demás es una habilidad indispensable para la vida cotidiana, si no contamos con ella podemos ser vulnerables o más susceptible a equivocarnos en cuanto a nosotros mismos y los otros.

Enuncia Delgado (2010), que algunos autores proponen una definición de emoción como un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada en función a un acontecimiento (externo o interno). Son entonces reacciones a la información que recibimos de nuestras relaciones con el entorno y su intensidad está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo esta información recibida afectará nuestro bienestar.

“De forma cotidiana se experimentan emociones como ira, miedo, felicidad, amor, sorpresa, disgusto, tristeza, vergüenza, culpa, celos, apatía y envidia, entre otras, valiosos avisos que, bien reconocidos e interpretados, pueden guiarnos para favorecer nuestro conocimiento”. (Fernández, 2007, p.9).

Cuando aprendemos y manejamos nuestras emociones, logramos una conexión más clara con aquello que las origina, de esta manera, identificamos nuestras fortalezas, lo que permite hacer frente a los retos y a las dificultades de la vida.

Gracias a la enseñanza del manejo de las emociones, se logra lo que se conoce como alfabetización emocional, lo cual les enseña el reconocimiento y el manejo de las propias emociones, la capacidad de comprender y entender el punto de vista de otros, a establecer buenas relaciones con sus amigos, a ser conscientes y responsables del desarrollo de su propia motivación. Además, serán conscientes de las posibles consecuencias de sus actos.

En general, se consigue un equilibrio cognitivo, afectivo y conductual, que favorece el desarrollo de habilidades de automotivación y la adquisición de una actitud positiva ante la vida.

6.4. Comunicación asertiva

La comunicación asertiva es fundamental para poder relacionarnos con los demás, nos permite intercambiar ideas, emociones o solucionar problemas. Cuando una persona no cuenta con esta habilidad de comunicación puede sentirse aislada, frustrada o poco valiosa y tiene pocas probabilidades de recibir ayuda o integrarse a algún grupo.

Nos comenta Torrego (2007), que la comunicación es cualquier conducta que tenga como objetivo suscitar una respuesta o comportamiento concreto por parte de una persona o grupo determinado. Se trata de una actividad compartida que necesariamente pone en contacto psicológico a dos o más personas. Permite satisfacer, ante todo un deseo primario, el de informar, ya que se dirige a la razón, y a la inteligencia humana.

“La asertividad es la habilidad de expresar sentimientos y opiniones en el momento oportuno y de la manera adecuada, haciendo valer nuestros derechos”. (Fernández, 2007, p.144).

Por otro lado, existen tres estilos de comunicación, entre ellos están:

1. Estilo agresivo: Personas que interrumpen a otros, gritan, no escuchan, culpan, regañan o no ponen atención a quién está hablando.
2. Estilo Pasivo: Personas que provocan enojo porque nunca opinan nada; si llegan a estar a favor o en contra, dan la impresión de adoptar la visión de otra persona y no la propia.
3. Estilo asertivo: Personas que dicen lo que piensan y sienten, se muestran seguras pero no agreden a nadie.

El tener una comunicación asertiva, impide que seamos manipulados por los demás y es un factor protector de riesgos, esto nos ayuda a conservar y aumentar nuestra autoestima y al mismo tiempo, podemos valorar y respetar a los demás.

6.5. Resolución de conflictos

Los conflictos son una parte del crecimiento de la persona, son inevitables y debemos saber cómo resolverlos de una manera adecuada.

Define Machín (2010), el conflicto como: “Combate, lucha o enfrentamiento”, por lo general, se entiende que contiene un grado de agresión, violencia o peligro. Aunque se puede considerar también, como una situación confusa que resulta difícil de manejar; o un problema o discusión.

Para que se presente un conflicto, se deben de dar dos factores:

1. Que se establezca una situación de tensión.
2. Que haya una situación pendiente de resolver; para lo que se necesita buscar una salida.

El mayor desafío para los maestros es lograr una amplia comprensión de los problemas que existen en sus escuelas. De esta manera la resolución de conflictos es una excelente alternativa para los diversos contextos de la disciplina.

Los programas de resolución de problemas, aparecen en las escuelas a comienzos de los años setentas, motivados por la creciente preocupación de los maestros y los padres de familia por la violencia que se generó en las escuelas.

Las técnicas de resolución de conflictos aportan formas de ver y responder los conflictos entre los compañeros desde una posición de dar poder y confianza en vez de la de responder con violencia.

Las técnicas de resolución de conflictos se pueden enseñar a través de los programas comunes de estudios sociales, lengua, educación sanitaria, educación ciudadana e incluso matemáticas. En los cursos de literatura, en las discusiones sobre lecturas asignadas, se puede pedir a los estudiantes que analicen las causas subyacentes de los conflictos entre los personajes y que sugieran maneras de resolver estos conflictos. (Girard y Koch, 1997, p.94).

Otra faceta del modelo dentro de clase es enseñarles a los estudiantes cómo resolver sus propias disputas.

Con la ayuda de materiales apropiados para cada edad, los maestros pueden mostrar varios métodos de solución de problemas y las técnicas necesarias para resolver en forma constructiva conflictos simples entre compañeros. Si bien la razón para enseñar la resolución de conflictos comúnmente es la preocupación por la creciente oleada de violencia en las escuelas, a menudo esto se presenta como un esfuerzo independiente con su propio programa de estudios y actividades.

Al mismo tiempo, hay materiales que incorporan las estrategias de resolución de conflictos a una iniciativa de la prevención de violencia

Nos menciona Torrego (2007), que el objetivo de la resolución de conflictos es la búsqueda de enfoques que actúen ante el conflicto y que permitan su resolución dentro de un nuevo marco pro-social, de cooperación y de negociación.

A continuación como parte de la propuesta anti-*bullying*, se proponen una serie de actividades, en las diferentes habilidades sociales que van encaminadas para combatir el *bullying*, en los diferentes grados de las escuelas primarias.

Objetivos Particulares	Habilidades Sociales	Actividades a realizar	Descripción
<p>Concientizar sobre el valor de la amistad y las cualidades que necesitan desarrollarse para fomentar y crear un clima favorable y evitar actitudes violentas en el aula.</p>	<p>Valores</p>	<p>Dinámica de la "Amistad"</p>	<p>Manejar una reflexión sobre "lo que yo puedo hacer" el día de hoy, para comenzar a regalarme alegría de ser amigo, y empezar a sembrar esta alegría en mi estudio, familia y amistades. Ver anexo 1.</p>
<p>1.- Valorar las propias capacidades. 2.- Evaluar cómo se perciben los participantes a sí mismos.</p>	<p>Autoestima</p>	<p>Dinámica "Cosas que hago bien"</p>	<p>Los participantes leen una lista de tareas y las clasifican de acuerdo a sus capacidades que creen tener para realizarlas. Ver anexo 2.</p>

<p>Identificar las seis emociones básicas (miedo, alegría, ira, sorpresa, aversión y tristeza).</p>	<p>Manejo de emociones</p>	<p>Dinámica “Baile de máscaras”.</p>	<p>Con las mascararas puestas darán vueltas por el salón para identificar qué tipo de emociones identifican. Ver anexo 3.</p>
<p>1.- Conocer los componentes no verbales de la comunicación interpersonal. 2.- Aprender a distinguir los rasgos del comportamiento agresivo, asertivo y pasivo a través de la observación de elementos visuales. 3.- Comprobar cómo se dan diferentes percepciones de un mismo estímulo visual según distintos observadores.</p>	<p>Comunicación asertiva</p>	<p>Dinámica “Imágenes agresivas”.</p>	<p>Los participantes aprender a determinar, mediante la observación de imágenes, si el aspecto de las distintas personas resulta agresivo, pasivo o asertivo. Ver anexo 4.</p>
<p>1.- Concientizar de que la cantidad de alternativas se puede obtener más fácilmente una solución de calidad. 2.- Practicar la búsqueda de soluciones ante una situación problemática. 3.- Transmitir la necesidad de buscar diferentes opciones antes de tomar una decisión</p>	<p>Resolución de conflictos</p>	<p>Dinámica “Ideando alternativas”.</p>	<p>Se realiza una lluvia de ideas para recopilar el mayor número posible de alternativas para solucionar un problema. Ver anexo 5.</p>

6.6. Educación para la paz

De acuerdo con algunos organismos, escuelas aprendiendo a convivir (2010), señala que la paz no sólo se define por la ausencia de guerra y de conflicto, es también un concepto dinámico que necesita ser aprendido en términos positivos, como son la presencia de justicia y armonía social, la posibilidad para los seres humanos, de poder realizar plenamente sus potencialidades y el respeto a su derecho de vivir con dignidad a lo largo de su vida. Un desarrollo humano durable no puede tener lugar sin paz; y sin un desarrollo humano endógeno y continuo, la paz no podrá ser mantenida.

Educar para la paz no ha sido una tarea fácil, no consiste en enseñar una serie de conceptos, que se centra en el respeto hacia uno mismo y hacia los demás; implica por una parte, una serie de acciones continuas para actuar cuando sea necesario ante actitudes discriminatorias e intolerantes.

La paz se construye mediante condiciones de justicia y de respeto a la dignidad, es una condición para el desarrollo humano. En el Informe nacional sobre violencia de género (2009), señalan que educar para la paz es asumir una forma de vida donde el respeto, la tolerancia y la equidad sean el motor de las acciones que realiza cada persona todos los días, para que exista justicia y democracia en la familia, en el trabajo, en la escuela, en la comunidad, en la ciudad, en el país, entre los pueblos y entre las naciones.

La educación para la paz consta de tres conceptos básicos (García y Ugarte, 1997, citado en Escuelas aprendiendo a convivir, 2010, p.36):

1. Paz positiva.- Es la presencia de condiciones de vida más justas, de cooperación, de respeto y confianza mutua. Enfatiza los valores y formas de relación humana. También hace referencia al aprecio de las diferencias culturales, la tolerancia y el respeto por el otro, la igualdad entre las personas y la defensa de los Derechos Humanos.
2. La Noviolencia.- Noviolencia, sin espacio intermedio, propone a alumnos, alumnas y docentes, dar respuestas activas, acciones en la defensa de la vida y los Derechos Humanos. Invita a mantener una actitud crítica y de cambio frente a las injusticias, ofreciendo respuestas no violentas a los conflictos, demostrando que la espiral de la violencia se puede romper.
3. Manejo creativo del conflicto: La violencia es una reacción destructiva al conflicto que impide generar relaciones que valoren el respeto, la igualdad, la tolerancia y la justicia.

La educación para la paz puede ser imaginada como un proceso educativo, continuo y permanente, fundado en el concepto de paz positiva y en la perspectiva creadora del conflicto. A través de la aplicación de métodos, que pretende desarrollar una cultura de paz, ayudando a las personas a posicionarse frente a la realidad que es muy compleja y conflictiva y a actuar en consecuencia.

Nos señala Schmelkes (2001, citado en Escuelas aprendiendo a convivir, 2010, p. 37), que educar para la paz hace referencia a la solución de conflictos. Los conflictos no son sinónimo de violencia, forman parte de la convivencia de los seres humanos. Son muy diversas las formas de actuar, pensar y expresarse y

suelen aparecer diferencias entre éstas; sin embargo, estas diferencias y la solución de conflictos ayudan al crecimiento y enriquecen al ser humano.

Indica Martínez (2005), que es una forma de educación con valores, que eduque para la acción práctica, y que incorpore al mismo tiempo el concepto de paz positiva. A la vez, se deben de construir relaciones de paz en los procesos de enseñanza-aprendizaje, y enseñar desde pequeños la tolerancia de lo adverso, para analizar, regular y resolver los conflictos en clase.

CONCLUSIONES

Se debe tomar conciencia ante esta problemática tanto los directivos, maestros, padres de familia y los propios alumnos, ya que las consecuencias que se están dando son devastadoras, tanto para los agresores como para las víctimas, ya que los agresores, si no son corregidos a tiempo, lo más seguro es que terminen involucrados en hechos delictivos y en consecuencia en un centro de rehabilitación para menores. Las víctimas por su parte, tendrá una vida llena de miedos e inseguridades y no podrán tener una vida plena, y en el peor de los casos, es el darse por vencidos, ante sus desgracias y tomar la puerta falsa, que es llegar al suicidio.

Con la propuesta anti-bullying, lo que se pretende lograr es disminuir los altos índices de agresividad, que se están suscitando con mayor frecuencia e intensidad en las escuelas primarias. Para esto, es necesario llevar una serie de transformaciones, donde se debe tomar en cuenta a todos los actores involucrados, como lo son: los directivos, maestros, padres de familia y por supuesto a los alumnos. Para llegar a una verdadera educación para la paz.

El primer pasó, que se debe de dar ante la violencia escolar, es reconocer este tipo de eventos que se están originando en la mayoría de las escuelas, tanto de gobierno como privadas. Para posteriormente, pasar al siguiente paso, que es la prevención por medio de pláticas informativas, donde los directivos y maestros, son los que tienen la obligación de dar estas exposiciones a sus alumnos, el

siguiente paso que se daría, es la implementación de estrategias, para fortalecer lo aprendido y llevarlo a la práctica, de esta manera, disminuirá el porcentaje de conductas no deseadas en los centros educativos.

Al mismo tiempo, por parte de los maestros, deberán implementar en sus actividades diarias, el realizar estrategias para enseñarles a sus alumnos, los diversos valores, como por ejemplo: paz, libertad, igualdad, justicia, solidaridad, y unos principios de una vida en común como son: la responsabilidad, tolerancia, diálogo, honestidad, civismo, etc., durante todo el ciclo escolar. Ya que la sociedad en general se está desvalorizando, por una serie de factores sociales, como por ejemplo, la individualización en todo lo que llegamos a realizar.

A su vez, se introducirán en clases, actividades para saber cómo manejar los problemas que se presenten en clase y que el alumno logre enfrentar de manera correcta, como por ejemplo, que sepa resolver diversos conflictos, tanto en clase como en el hogar, sin tener que llegar a los gritos, descalificaciones o golpes y por ende, sabrán resolver los problemas que a diario se les presente en su vida diaria y esto los llevará a fortalecer y tener una buena comunicación asertiva.

Es primordial el involucrar a los padres en talleres de habilidades sociales, para desarrollar una comunicación más asertiva, para con sus hijos, y a la vez, estos sean los promotores de los valores, para erradicar la violencia que se da, tanto en el hogar como en la escuela.

Este fenómeno es el parte aguas de la agresividad que se genera en los hogares, los niños lo aprenden y este tipo de conducta la reflejan en la escuela. Por eso es

de vital importancia, el reeducar a los padres en estas habilidades sociales, para que sean un modelo a seguir.

Es fundamental preparar a nuestros hijos, en estas habilidades sociales y el enseñarles a ser más críticos, por un lado, ante los programas de televisión y por el otro, ante las actividades que a diario desarrollan, esto los ayudará a enfrentar todo tipo de problemas que se le pueda presentar en cualquier etapa de su vida. De esta manera, facilitarles estas herramientas, que tendrán que reafirmar a lo largo de su vida, para obtener una excelente calidad de vida.

Con esta serie de propuestas en habilidades sociales, se pretende una mejora en la convivencia entre compañeros para afrontar los problemas de la indisciplina que día a día se presenta en los centros educativos. De esta manera, nos estaremos acercando, a tener a niños con una excelente autoestima, y por lo tanto, más saludables mentalmente.

El educar para la paz es una excelente plataforma para introducir valores, que eduque para la acción práctica, ya que incorpora el concepto de paz positiva, al mismo tiempo, se construirán relaciones de paz en los procesos de enseñanza-aprendizaje y enseñarles desde pequeños la tolerancia de lo adverso, para analizar, regular y resolver los conflictos en clase.

Por eso, es de manera trascendental poder educar para la paz, ya que está destreza, hace referencia a la solución de conflictos. Este tipo de conflictos no debe ser sinónimo de violencia, sino por el contrario, debe formar parte de la convivencia de los seres humanos, para llegar a soluciones concretas que

demanda y necesita una sociedad armoniosa, feliz o que por lo menos reduzca y sea más justa.

De esta manera, con la propuesta anti-bullying, se podrá obtener una escuela llena de valores, respeto y convivencia sana, para su vez llegar a una educación para la paz, donde nuestros hijos disfruten el poder ir al colegio y podrán tener una verdadera educación que los llenará de beneficios en su vida diaria para el resto de sus vidas.

Bibliografía

Alcántara, M. H., Reyes, M. M. P. y Cruz, S. (2003). *Cómo proteger a tus hijos contra las drogas*. México: Edita Centros de integración Juvenil, A.C.

Aisenson, K. A. (1994). *Resolución de conflictos: un enfoque psicosociológico*. México: Ed. Fondo de Cultura Económica.

Avellanosa, I. (1992). *Psicología Práctica. El niño de 7 a 12 años*. Tomo tres Evolución y desarrollo. Madrid: Edición Espacio y tiempo.

Barrio, C., Espinosa, M. Á. y Ochaíta, E. (2000). *Violencia escolar: El maltrato entre iguales en la educación secundaria obligatoria*. Madrid: Impresión: Closas-Orcoyen.

Branden, N. (2003). *Los 6 pilares de la autoestima*. México: Ed. Paidós.

Caminos hacia la equidad. 2004. Instituto Mexicano de la juventud. CD IMJ-CS-PO-003-03. México.

Cornelius, H. y Faire, S. (1995). *Tú ganas, yo gano*. Madrid: Ed. Gaía.

Delgado, C. F. (2010). *Escuelas aprendiendo a convivir*. México: Gobierno de Distrito Federal. Secretaría de Educación del Distrito Federal.

Diccionario de la Real academia española. 2010.

http://buscon.rae.es/draeI/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=mitos.

Educación y de cultura. (2012). Gobierno de Extremadura. Portal educativo porteño.

<http://www.educarex.es/web/guest;jsessionid=719BF7EC8ECDF25C7DEEC09F68A94FAF.liferay1>

Escuelas aprendiendo a convivir: Un proceso de intervención contra el maltrato e intimidación entre escolares Bullying. (2010). México: Gobierno del Distrito Federal. Secretaría de Educación del Distrito Federal. Dirección Ejecutiva de Educación Básica Programa: Por una cultura de no violencia y buen trato en la comunidad educativa. Mayo 2010.

Fernández, C. C. (2007). *Habilidades para la vida*. México: Quinta reimpresión Del. Benito Juárez.

Fernández, I. (2006). *Escuela sin violencia: resolución de conflictos*. México: Ed. Alfa omega.

Fernández, I. (2004). *Prevención de la violencia y resolución de conflictos*. Madrid: Ed. Narcea.

Fernández, G. I. y Hernández, S. I. (2005). *Guía para Jóvenes*. Madrid: Edita Defensor del menor en la comunidad de Madrid.

Girard, K. y Koch, S. J. (1997). *Resolución de conflictos en las escuelas. Manual para educadores*. España: Ed. Garnica.

Gutiérrez, P. A. (2011). www.escuelabelgica.d/Documentos/Bullying.ppt

Hernández, M. L. M. (1992). *Psicología Práctica. Suicidio y accidentes*. Tomo uno, Conducta y actitud social. Madrid: Edición Espacio y tiempo.

Informe nacional sobre violencia de género en la educación básica de México. (2009). México: Secretaría de Educación Pública. Primera edición.

Johnson, D.W. y Johnson, R.T. (2002). *Como reducir la violencia en las escuelas*. Buenos Aires: Ed. Paidós. 1 Reimpresión.

Machín Ramírez, Juan. 2010. *Vuela libre...sin adicciones*". Gobierno del Distrito Federal. Imprenta Corporación Mexicana de impresiones. México.

Martínez, Z. D. (2005). *Mediación educativa y resolución de conflictos*. Buenos Aires: Ediciones educativas, primera edición.

Martiñá, R. (2007). *La comunicación con los padres*. Argentina: Ed. Troquel.

Melendro, E. M. (1997). Adolescentes en dificultad social: factores asociados a situaciones de riesgo y desamparo. Revista "*Bienestar y protección infantil*". Año III, N.1 marzo, 1997. FAPMI.

Mendoza, E. M. T. (2011). *La violencia en la escuela: bullies y víctimas*. México: Ed. Trillas.

Merino, F. J. V. (2006). *La violencia escolar. Análisis y propuestas de intervención socioeducativas*. Chile: Ed. Arrayán.

Montejo, C. P. (1992). *Psicología Práctica: Agresividad*. Tomo cinco, *Instinto y necesidad*. Madrid: Edición Espacio y tiempo.

Moya, A. L. (2011). La violencia: la otra cara de la empatía, Chile: *Revista Mente y cerebro*, núm. 47, pp. 14-21.

Osorio, N. C. A. (1993). *El niño maltratado*. México: Ed. Trillas, Quinta reimpresión.

Olweus, D. (1979). *Stability of aggressive reaction patterns in males: A review. Psychological Bulletin*, 86, pp. 852-875.

Olweus, D. 2003. Social Problems in school. Alan Slater and Gavin Bremner. Ed. An introduction to developmental psychology, Blackwell publishing.

Olweus, D. (2006). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. España: Ed. Morata. Traducido por Roc Filella, México. Ed. Alfaomega.

OMS. (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Resumen. Washington, DC.; OPS.

Quiles, S. J. M. y Espada S. J. P. (2004). *Educación en la autoestima*. Madrid: Ed. CCS.

Rincón, S. M. G. (2011). *Bullying: Acoso escolar*. México: Ed. Trillas.

San Martín, J. (2007). Violencia y acoso escolar. Chile: *Revista: mente y cerebro*, núm. 26, pp. 12-19.

Pinheiro, P.S. (2006). Sexagésimo primer período de sesiones. Tema 62 del programa provisional. Promoción y protección de los derechos de los niños. Informe del experto independiente para el estudio de la violencia contra los niños de las Naciones Unidas, 29 de agosto de 2006. En Español.

Torrego, J. C. (2006). Modelo integrado de mejora de la convivencia: Estrategias de mediación y tratamiento de conflictos. España: Ed. Graó. Primera edición.

Torrego, J. C. y Moreno, J. M. (2007). Convivencia y disciplina en la escuela: el aprendizaje de la democracia. España: Ed. Alianza.

Anexo 1

Dinámica de la amistad.

Tamaño del grupo:

25 a 30 participantes.

Tiempo requerido:

35 minutos aproximadamente.

Material:

Hojas blancas para cada participante y bolígrafo.

Lugar:

Un aula, lo suficientemente amplia, que permita iniciar una discusión/debate libremente.

Desarrollo:

I.- El docente solicita a los participantes que respondan por escrito en una hoja en blanco las siguientes preguntas:

- ¿Describe las características de un buen amigo?
- ¿Indica como demuestras que eres amigo de alguien?
- ¿Crees que es importante tener amigos? ¿Por qué?
- ¿Crees que tienes cualidades para ser un buen amigo? Si las tienes
- ¿Cuáles son y que otras cualidades quisieras tener?

II.- El docente recoge las hojas y lee varias de ellas al azar, sin decir el nombre del autor.

III.- El docente, en sesión plenaria, abre un debate sobre las ideas expuestas.

IV.- El docente maneja una reflexión sobre “lo que yo puedo hacer hoy, para comenzar a darme la alegría de ser amigo, y empezar a sembrar está alegría en mi trabajo, familia y amistades. (Educación y cultura, 2012).

Anexo 2

Dinámica Cosas que hago bien.

Tamaño del grupo:

30 participantes.

Tiempo requerido:

El necesario.

Material:

Copias de la ficha de la actividad, bolígrafos.

Lugar:

El salón de clases.

Desarrollo:

- 1.- Lectura de la lista de actividades que aparece en la ficha de la actividad.
- 2.- De forma individual, cada participante clasifica una por una todas las actividades en función de su capacidad de realizarlas. En la flecha que se señala hacia arriba deben de anotar las actividades que son capaces de hacer bien, y en la que señala hacia abajo las que no saben hacer.
- 3.- Cada participante observa las flechas tal y como han quedado.
- 4.- Puesta en común por parejas.

Variantes:

- Se escriben en tarjetas los nombres de cada participante, y se distribuyen en el grupo. Cada uno evalúa las aptitudes del compañero cuyo nombre aparece en la tarjeta que le ha tocado.
- Si el tamaño del grupo y la confianza entre sus integrantes lo permiten, se puede realizar en voz alta, diciendo entre todos cómo evaluar a cada participante.
- Señalar en la flecha que apunta hacia abajo cuáles de esas actividades les gustaría ser capaz de hacer bien. Programar una forma de aprender a realizarlas.
- Utilizar una ficha de actividad con una sola flecha apuntando hacia arriba. En ella deben anotar el mayor número de cosas que son capaces de hacer bien.

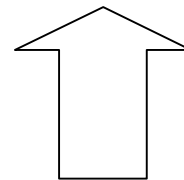
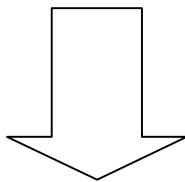
Observaciones:

- Es necesario adoptar el listado de actividades en función de la edad de los sujetos. (Quiles y Espada, 2004).

Ficha de la actividad

Lee a continuación las siguientes actividades, y piensa si eres capaz de hacerlas bien o no. Apunta el número de las que te salen bien en la flecha que apunta hacia arriba, y en la flecha que señala hacia abajo, las que te saldrían mal.

- | | |
|------------------------------|--|
| 1.- Hacer un dibujo realista | 19.- Ayudar a lavar el coche |
| 2.- Cuidar las plantas | 20.- Modelar con plastilina o arcilla |
| 3.- Echarme una carrera | 21.- Jugar a los videos juegos |
| 4.- Hacer peinados | 22.- Hacer recados en la tienda |
| 5.- Hacer un collage | 23.- Tocar un instrumento de musical |
| 6.- Leer en voz alta | 24.- Jugar al futbol |
| 7.- cantar una canción | 25.- Hacer un bocadillo |
| 8.- Hacer la cama | 26.- Contar chistes |
| 9.- Bailar | 27.- Cuidar a mi mascota |
| 10.- Inventar historias | 28.- Resolver problemas de matemáticas |
| 11.- Ducharme y arreglarme | 29.- Jugar al baloncesto |
| 12.- Hacer dictados | 30.- Patinar |
| 13.- Jugar a las canicas | 31.- Cuidar a mi hermano pequeño |
| 14.- Leer una poesía | 32.- Poner la mesa |
| 15.- Jugar al ping-pong | 33.- Armar rompecabezas |
| 16.- Decorar la habitación | 34.- Orientarme en la ciudad |
| 17.- Hacer un dibujo | 35.- Andar en bicicleta |
| 18.- Cocinar un postre | 36.- Jugar un juego de mesa |
| | 37.- Nadar |



Anexo 3

Dinámica Baile de máscaras.

Tamaño del grupo:

25 a 30 participantes.

Tiempo requerido:

El necesario.

Material:

Hojas de papel impresas con máscaras prediseñadas de cada una de las seis emociones.

Lugar:

Aula amplia.

Desarrollo:

Se reparten al azar un mismo número de máscaras para cada emoción. Nadie puede decir qué emoción le ha tocado y se colocan la máscara frente al rostro.

Se les pedirá a las alumnas y los alumnos que caminen por el salón observando las demás máscaras y representando corporalmente (postura, ademanes, etc.), la emoción que les ha tocado, mientras tratan de identificar la emoción que representa la máscara de sus compañeros y compañeras, ya sea igual a la suya o diferente.

Después, en plenaria, comentarán si les resultó fácil o difícil identificarlas emociones de las máscaras que observaron y lo que sintieron al verlas. El monitor concluye distinguiendo en las máscaras las seis emociones básicas y que en ocasiones estas suelen entremezclarse.

Se hace hincapié en que en el *bullying* se observa una dificultad para identificar y manejar las emociones por parte de los involucrados y las involucradas, como la ira en el agresor o agresora, el miedo y la tristeza en la agredida o el agredido, así como en las observadoras y los observadores. (Escuelas aprendiendo a convivir, 2010).

Anexo 4

Dinámica Imágenes agresivas.

Tamaño del grupo:

25 a 30 participantes.

Tiempo requerido:

El necesario.

Material:

Revistas con fotografías de personas. Se puede llevar preparada una selección de imágenes de modelos en diferentes actitudes, al menos cinco fotos por persona. Sirven fotos de anuncios, aunque conviene incluir otros procedentes de noticias, donde parezca gente realizando alguna actividad.

Lugar:

Aula amplia.

Desarrollo:

1. Por parejas, uno va mostrando al otro, una por una, fotografías numeradas en las que aparecen personajes en diferentes actitudes.
2. Tras unos segundos, el observador debe decidir si el personaje de la foto tiene una actitud agresiva, pasiva o asertiva. Para ello se ha de fijar en la expresión de su cara, su postura corporal, si está realizando algún

movimiento, etc. En una hoja aparte, anota el número de la fotografía y la decisión que ha tomado. Debe evitar pronunciarse en voz alta, procurando que su compañero no vea sus anotaciones.

3. Se intercambian los papeles en las parejas, repitiendo el mismo proceso.
4. Puesta en común.

Variantes:

- En parejas, realizar ensayos de gesticulación facial. Pueden prepararse tarjetas donde aparezcan escritos distintos estados de ánimo, por ejemplo ira, expectación, sorpresa, pena, indiferencia, placer, etc. Uno coge una tarjeta y representa con una expresión facial la palabra que ha leído. El otro debe de adivinar de que expresión se trata.
- Tras la observación de cada fotografía, anotar lo que la imagen que está pensando el personaje.

Observaciones:

- Se puede discutir sobre el riesgo de emitir juicios sobre una persona en base únicamente a su aspecto físico o a su conducta no-verbal. Éste debe de ser un elemento complementario al resto de la información que se recibe del entorno. Con esta actividad se resalta la necesidad de conocer el propio repertorio gestual para aprender a modularlo. (Quiles y Espada, 2004).

Anexo 5

Dinámica Ideando Alternativas.

Tamaño del grupo:

25 a 30 participantes.

Tiempo requerido:

El necesario.

Material:

Hojas y bolígrafos.

Lugar:

Aula amplia.

Desarrollo:

1. Sentados en círculo, cada participante escribe en una hoja una situación-problema que haya vivido personalmente o que conozca a través de terceros. Debe procurar narrarla de forma que en pocas líneas se recoja toda la información relevante.
2. A continuación la pasa al compañero de al lado. Éste debe de leer la exposición del problema y anotar debajo alguna solución que se le ocurra para resolverlo.

3. Nuevamente, se pasa la hoja en el mismo sentido y el siguiente participante escribe a su vez alguna alternativa de solución del problema.
4. Cuando la hoja llega de nuevo a su propietario, éste lee todas las alternativas sugeridas. En tríos se ponen en común los problemas y las soluciones, apartando si es posible otras nuevas.

Variantes:

- Escribir la definición del problema en la pizarra o en papel continuo. Los participantes hacen una lluvia de ideas, levantándose y anotando las posibles soluciones. Está variante se puede aplicar para analizar problemas del grupo.

Observaciones:

- El docente debe de explicar que en esta fase de la resolución de problemas no se hace crítica de las alternativas que van surgiendo. Se aceptan todas las soluciones posibles aunque en principio suene extrañas. En las siguientes etapas se valorará cada propuesta. (Quiles y Espada, 2004).

