



PRESENTA:

Proteja a sus hijos del Bullying

**Que es, tipos, causas, consecuencias
y prevención contra el acoso escolar “bullying”.**

Llámenos hoy mismo al 01 (33) 36 38 76 85

Visite nuestro Sitio en Internet:

www.escuelanegocios.com.mx

- **GRATIS** documentos y herramientas para la creación de negocios para jóvenes.
- **Becas** para jóvenes.
- **Apoyos** a mujeres de negocios, empresarias.
- Cursos de ventas, finanzas para NO financieros, administración.
- Biografías de empresarios que **NO FUERON** a la Universidad.
- Asesoría a empresarios PYMES.
- Técnicas Básicas del Uso del Dinero.
- Libros de negocios **GRATIS**.

La violencia juvenil... **¡Ha AUMENTADO!**

Muchos padres de familia son un buen ejemplo para sus hijos, sin embargo muchos de estos niños...

¡Se vuelven violentos hasta con sus padres!

¿Porqué y cómo sucede esto?

Obtenga respuesta a ésta y otras importantes preguntas.



Proteja a sus hijos del bullying

Que es, tipos, causas, consecuencias y prevención contra el acoso escolar "bullying".

Por: Ricardo Calderón H.

 editorial *estamos bien*

Proteja a sus hijos del Bullying

**Que es, tipos, causas, consecuencias
y prevención contra el
acoso escolar “bullying”.**

Por: Ricardo Calderón Herrera

lider@escuelanegocios.com.mx

www.escuelanegocios.com



editorial *estamos bien*

Proteja a sus hijos del Bullying.

Diseño de portada

Indira G. C. de López

© Escuela de negocios EPICA, A.C.

Impreso y distribuido en México por:

Editorial *estamos bien*, S.A. de C.V.

Nicolás Ornelas No. 2879.

Jard. de la Paz. C.P. 45519.

Guadalajara, Jal.Mex.

www.estamosbien.com.mx

Escuela de Negocios, A.C.

Av. Circunvalación Oblatos No. 1397. S.L.

Teléfono: 01 (33) 36 38 76 85

Guadalajara, Jal. Mex.

www.escuelanegocios.com.mx

Proteja a sus hijos del Bullying

Que es, tipos, causas, consecuencias y prevención contra el acoso escolar “bullying”.

INDICE

Tema	página
CÓMO USAR ESTE LIBRO	4
¿QUÉ ES EL BULLYING?	5
¿QUÉ OBJETIVOS BUSCAN LOS QUE USAN EL BULLING?	6
TIPOS DE BULLYING O ACOSO ESCOLAR	7
Sexual - Exclusión o bloqueo social - Manipulación social - Psicológico Físico - Cibernético	
CAUSAS DEL BULLYING	12
El agresor: características psicológicas y Entorno familiar - El entorno escolar - La televisión y otros medios de comunicación.	
CONSECUENCIAS DEL BULLYING	15
Consecuencias para él o los agresores. - Consecuencias para la víctima - Baja autoestima - Actitudes pasivas - Trastornos emocionales - Problemas psicosomáticos – Depresión – Ansiedad - Pensamientos suicidas Pérdida de interés por la escuela - Fobias de difícil solución.	
PREVENCIÓN	17
En la familia	
Qué hacer si mi hijo es la víctima - Cómo debe actuar un niño que es acosado - Qué hacer si nuestro hijo es agresor - Cómo se comporta un agresor - Cómo deben actuar los padres ante su hijo acosador - Qué hacer si nuestro hijo es un observador.	
En la escuela	
Que deben hacer los maestros.	
Instituciones gubernamentales	
Medios de comunicación	

Sociedad en general.....	
RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.....	26
ESTADÍSTICAS Y OPINIONES SOBRE EL BULLYING.....	27
BIBLIOGRAFÍA Y ENLACES EN INTERNET SOBRE EL BULLYING.....	30

CÓMO USAR ESTE LIBRO.

Albert Einstein, considerado como uno de los hombres más inteligentes que ha existido, dijo una vez: **“Seguir haciendo las mismas cosas y esperar resultados diferentes... es signo de LOCURA”**.

Yo añadiría... **y de ESTUPIDEZ.**

¿Por qué hablamos de esto? Porque la mayoría de nosotros esperamos que las cosas cambien en forma automática o por medio de un milagro, mientras NO hacemos nada para que esto suceda.

El acoso escolar “bullying”, la violencia intrafamiliar y las adicciones de todo tipo están aumentando día a día y muchos de nosotros esperamos que el Gobierno, el Jefe, mi papá, mi mamá o Dios, haga lo que nosotros tenemos que hacer.

Para que la violencia y las adicciones se detengan tenemos que hacer un cambio en nuestras costumbres y en nuestra forma de ver la vida.

Esto es difícil, pero no hay alternativa o cambiamos o tendremos que pagar las consecuencias algunas de las cuales ya estamos sufriendo: violencia en todas partes, niños y jóvenes drogándose, políticos ladrones, niños abandonados, empresarios corruptos, etc., etc.

Para que este libro le sirva a Usted y su familia, deberán leerlo con calma y sobre todo DEBERÁN aplicar las recomendaciones que aquí se presentan.

No será fácil, pero si lo hace, Usted y su familia serán los primeros beneficiados y luego sus vecinos, su colonia, su ciudad y esperamos que también el país.

Este libro forma parte de un esfuerzo destinado a detener la violencia y las adicciones. También hemos diseñado una plática que demuestra el origen de estos problemas y sugerimos la forma de detenerlos.

Esta plática es GRATUITA, si usted desea que se presente en su escuela o localidad, solo llame al 01 (33) 36 38 76 85 o escribanos al correo: lider@escuelanegocios.com.mx

Buena suerte.

Lic. Ricardo Calderón Herrera.

¿QUÉ ES EL BULLYING?

¿QUÉ ES EL BULLYING?

Bullying es una palabra inglesa que significa intimidación o acoso.

En México el 65% de los niños y niñas en edad escolar han declarado haberlo sufrido*.
(* Fuente: Estudio del Secretario General de la ONU sobre la violencia contra los niños, 2007.)

*El **acoso escolar** (también conocido como **hostigamiento escolar**, **matonaje escolar** o por su término inglés **bullying**) es **cualquier forma** de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre escolares de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado.*

Estadísticamente, el tipo de violencia dominante es el *emocional* y se da principalmente en los salones de clases y patios de los centros escolares. Los protagonistas de los casos de acoso escolar suelen ser niños y niñas en proceso de entrada en la adolescencia (12-13 años), siendo ligeramente mayor el porcentaje de niñas en el perfil de víctimas. Sin embargo en los últimos 5 años, niños menores de 11 años ya participan en este problema.

El bullying es una forma característica y extrema de violencia escolar. Es una especie de *tortura*, metódica y sistemática, en la que el agresor lastima a la víctima, a menudo con el silencio, la indiferencia o con la complicidad de otros compañeros.

Este tipo de violencia escolar se caracteriza, por tanto, por acciones repetidas encaminadas a conseguir la intimidación de la víctima, implicando un abuso de poder en tanto que es aplicada por un agresor más fuerte (fortaleza real o percibida subjetivamente) a la víctima. El niño maltratado queda, así expuesto emocional y físicamente ante el niño maltratador, generándose como consecuencia una serie de secuelas psicológicas.

Es común que el niño acosado viva aterrorizado con la idea de asistir a la escuela y que se muestre muy nervioso, triste y solitario en su vida cotidiana. En algunos casos, la dureza de la situación puede acarrear pensamientos sobre el suicidio e incluso su materialización, como consecuencias propias del hostigamiento hacia las personas sin limitación de edad.

El bullying o acoso escolar se refiere a:

- Todas las formas de actitudes agresivas, intencionadas y repetidas que ocurren sin una razón clara, adoptadas por uno o más estudiantes en contra de otro u otros.
- Es molestar a alguien sin importar lo que haga, sólo por el gusto de hacerlo.
- La constancia en los ataques *-número de veces que sucede-* aumenta la gravedad del acoso que ya es un problema de salud mental a nivel mundial.
- Este fenómeno no distingue raza, religión, posición social, estructura física ni edad, este problema está afectando cada vez a más temprana edad y ningún sector de la sociedad está libre de él.

¿QUÉ OBJETIVOS BUSCAN LOS QUE USAN EL BULLYING?

El objetivo de la práctica del acoso escolar es **intimidar, apocar, reducir, someter, aplanar, amedrentar y consumir, intelectual y emocionalmente a la víctima**, con vistas a obtener algún resultado favorable para quienes acosan, o satisfacer una necesidad imperiosa de dominar, someter, agredir, y destruir a los demás, que pueden presentar los acosadores como un patrón predominante de relación social con los demás.

En ocasiones, el niño que desarrolla conductas de hostigamiento hacia otros, busca mediante el método de «ensayo-error», obtener el reconocimiento y la atención de los demás, de los que carece, llegando a aprender un modelo de relación basado en la exclusión y el menosprecio de otros.

Con mucha frecuencia el niño o niña que acosa a otro compañero suele estar rodeado muy rápidamente de una banda o grupo de acosadores que se suman de manera unánime y gregaria al comportamiento de hostigamiento contra la víctima. Ello es debido a la falta de una autoridad exterior (por ejemplo, un profesor, un familiar, etc.) que imponga límites a este tipo de conductas, proyectando el acosador principal una imagen de líder sobre el resto de sus iguales seguidores.

A menudo la violencia encuentra una forma de canalizarse socialmente, materializándose en un mecanismo conocido de regulación de grupos en crisis, llamado: chivo expiatorio. Destruir al que no es seguidor, al que se resiste, al diferente, al que sobresale académicamente, al imbuido de férreos principios morales, etc.

TIPOS DE BULLYING o ACOSO ESCOLAR.

I. SEXUAL

Agrupar aquellas conductas de acoso escolar que pretenden que la víctima realice acciones contra su voluntad. Mediante estas conductas quienes acosan al niño pretenden ejercer un dominio y un sometimiento total de su voluntad.

El que la víctima haga esas cosas contra su voluntad proporciona a los que fuerzan o tuercen esa voluntad, diferentes beneficios, pero sobre todo poder social. Los que acosan son percibidos como poderosos por los demás que presencian el sometimiento de la víctima. Con frecuencia las coacciones implican que el niño sea víctima de vejaciones, abusos o conductas sexuales no deseadas que debe silenciar por miedo a las represalias sobre sí o sobre sus hermanos.

Otros ejemplos:

- **Cuando se usa la fuerza** para tratar de presionar u obligar a alguien a sostener relaciones en contra de su voluntad.
- **Cuando se toca con mala intención** a una persona, aprovechando que está distraída. **Cuando existe una presión constante** para obligar a alguien a hacer algo que no quiere. Ejemplo: Ver pornografía.
- **Cuando hay manipulación:** –haz esto o te va mal-, - *te voy a dejar si no lo haces-*, -ya no me quieres, - *eres tonto si no me das un beso -*.

➤ Recuerda:

1. Nunca se debe jugar con este tipo de actitudes, no son bromas.
2. Cuando alguien te quiere nunca te va a condicionar su amor a cambio de que hagas algo. Quien lo hace es porque no te quiere en realidad.
3. Es normal que alguien te llame la atención, pero fingir que alguien te gusta para luego humillarlo es incorrecto.
4. La decisión más importante es entregar tu amor, ¡cuídala!

II. EXCLUSION o BLOQUEO SOCIAL.

En otras palabras es hacerle la ley del hielo a alguien permanentemente. Agrupa las acciones de acoso escolar que buscan *bloquear social-mente* a la víctima. Todas ellas buscan el aislamiento social y su marginación impuesta por estas conductas de bloqueo.

Otros ejemplos:

- **Cuando se ignora a una persona constantemente.** Si propone algo, nadie lo sigue; si pide jugar nadie lo incluye; pareciera que no existiera.
- **Cuando se aísla a alguien.** Ponerse de acuerdo entre varios para ignorar a otro es un aislamiento a propósito – con intención - No tiene nada de malo que no te lleves con alguien, que no sea tu amigo cercano, pero con todos podemos ser amables.
- **Prohibiciones de jugar en un grupo, de hablar o comunicar** con otros, o de que nadie hable o se relacione con él, pues son indicadores que apuntan un intento por parte de otros de quebrar la red social de apoyos del niño.
- **Excluir es quitar a alguien o algo del lugar que ocupaba.** Por ejemplo, si un día se enojan con alguien de su grupito y nadie le explica lo que sucede y sólo lo evitan, es bullying. También excluir es descartar, rechazar o negar la posibilidad de conocer a una persona. Esto pasa a veces con los nuevos niños en las escuelas: nadie les da la oportunidad de saber cómo son y simplemente los rechazan por ser los nuevos.
- **Acosar a la víctima para hacerle llorar.** Esta conducta busca presentar al niño socialmente, entre el grupo de iguales, como alguien flojo, indigno, débil, indefenso, estúpido, llorica, 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 es la más difícil de combatir en la medida que es una actuación muy frecuentemente invisible y que no deja huella. El propio niño no identifica más que el hecho de que nadie le habla o de que nadie quiere estar con él o de que los demás le excluyen sistemáticamente de los juegos.

III. MANIPULACIÓN SOCIAL.

Agrupar aquellas conductas de acoso escolar que pretenden distorsionar la imagen social del niño y “envenenar” a otros contra él.

- **Presentar una imagen negativa,** distorsionada y cargada negativamente de la víctima.
- **Señalar en forma negativa todo cuanto hace o dice la víctima,** o contra todo lo que no ha dicho ni ha hecho. No importa lo que haga, todo es utilizado y sirve para inducir el rechazo de otros.
- **Algunos niños se suman al acoso.** A causa de esta manipulación de la imagen social de la víctima acosada, muchos otros niños se suman al grupo de acoso de manera involuntaria, percibiendo que el acosado merece el acoso que recibe, incurriendo en un mecanismo denominado “*error básico de atribución*”.

IV. PSICOLÓGICO

Es la presión que ocasiona a la víctima -sentir temor- por lo que le hace otro.

Agrupar aquellas conductas de acoso escolar que consisten en acciones de hostigamiento y acoso psicológico que manifiestan desprecio, falta de respeto y

desconsideración por la dignidad del niño. El desprecio, el odio, la ridiculización, la burla, el menosprecio, los motes, la crueldad, la manifestación gestual del desprecio, la imitación burlesca son los indicadores de esta escala.

Algunos ejemplos:

- **Cuando hay persecución.** Que es una manera agresiva, violenta y continua con que se acosa a alguien a fin de que haga lo que la otra persona quiere. Esta puede suceder cuando al llegar la víctima, el agresor está al acecho para acorralarlo y comenzar a molestarlo y violentarlo.
- **Cuando hay intimidación.** Que significa causar o infundir miedo. Agrupa aquellas conductas de acoso escolar que persiguen amilanar, amedrentar, apocar o consumir emocionalmente al niño mediante una acción intimidatoria.
- **Con ellas quienes acosan buscan inducir el miedo** en el niño. Sus indicadores son acciones de intimidación, amenaza, hostigamiento físico intimidatorio, acoso a la salida del centro escolar. El miedo es una angustia a causa de un riesgo o daño real o imaginario. Es también la aprensión que alguien tiene - de que le suceda algo contrario a lo que quiere. Las amenazas a una persona, pueden dejarla con un sentimiento de miedo, que no le permita vivir tranquilo. El miedo paraliza a las personas.
- **Cuando hay tiranía.** Que es el abuso en grado extraordinario de cualquier poder, fuerza o superioridad. Es cuando el alto y grandote maneja a su antojo a los demás. O el chico malo –como el de la caricatura Recreo- que tiene a todos amenazados.
- **Cuando hay chantaje.** Que es la presión por medio de amenazas, para obligar a que alguien haga algo. Amenazar para quitarle a alguien su lunch o su dinero es un chantaje, además de ser un robo abierto. Esto aplica para lo que sea que se obligue hacer a alguien: desde hacerlo mentir, hasta ir a algún lugar, en base a amenazas.
- **Cuando hay manipulación.** Que es intervenir hábilmente las cosas, para conseguir algo sin importar mentir. Esta es el arma de bullying más común, ya que en ella entran los chismes. La reputación de las personas es lo más valioso que tienen y quitar el valor de alguien por medio de mentiras, es una de las crueldades más grandes.

➤ Recuerda:

1. Cuando señalas con un dedo... Haz una pausa y hazlo con tus manos. Ahora fíjate como tres dedos te señalan a ti y sólo uno al otro lado.
2. ¡Hablar mal de los demás daña más de lo que te imaginas y habla muy mal de ti!
3. Mentir sobre alguien se llama difamación y es un DELITO.

V. FÍSICO

Agrupar las conductas de acoso escolar que buscan amilanar mediante las amenazas contra la integridad física del niño o de su familia, o mediante la extorsión.

Es el más claro, pues existen:

- Golpes.
- Empujones.
- “Pamba”.
- Jalones de trenzas o cabello.
- Pellizcos.
- “Bolitas”,
- Zapes, etc.
- hasta llegar al grado de organizar una golpiza entre varios al acosado e incluso utilizar en los pleitos armas blancas.

➤ **Recuerda:**

1. La violencia genera violencia.
2. Apoyar a un golpeador -sólo por el gusto- puede mutilar a alguien de por vida.
3. En un ataque de ira, puedes matar a alguien.

VI. CIBERNÉTICO

Es el acoso anónimo o abierto que se da por medio de los medios electrónicos interactivos como:

- **Los chats** (Messenger, Skype, etc.).
- **Páginas web de tipo “chismes”**. Que son portales en donde se registran una gran cantidad de escuelas y los alumnos se dedican a subir chismes, groserías y amenazas clasificando a las personas por año escolar, nombre y apellidos y salón de clases. La cantidad de insultos con lujo de groserías y palabras obscenas es impresionante en estas páginas.
- **Es el acoso anónimo o abierto** que se da por medios como chats, páginas web específicas o portales de algunas escuelas, se incluyen los mensajes escritos por el celular y las redes sociales.
- **Mensajes escritos del celular**.
- **Páginas de redes sociales**. (Facebook, MySpace, YouTube, etc.)

¿Por qué surge este acoso?

Es evidente que los medios electrónicos interactivos se han convertido en la forma favorita de comunicación entre los chavos. Estos portales se promueven como una manera de intercambiar identidades y conocer gente de muchas escuelas. Sin embargo, esta “*inocente*” idea, se ha convertido en una manera de difamar (Cabe recordar que la difamación es un delito que se castiga.) y hostigar a miles de jóvenes listados en ellas, poniendo terribles chismes y especulaciones sobre ellos.

¿Por qué hay tanto acoso de este tipo?

Porque es el recurso de los cobardes, ya que la información se ingresa anónimamente, cuestión que aumenta la agresividad de los mensajes y estos se caracterizan por ser desagradables y sumamente ofensivos.

¿Si yo lo hice y ahora me doy cuenta del daño, qué puedo hacer?

Todos tenemos derecho a equivocarnos y puedes haber pensado que era una broma sin consecuencias. Pero ahora sabes - que el bullying - ya es la tercera causa de suicidios entre jóvenes en Japón, y que no es una broma ni un juego. Puedes con un simple DELETE / BORRAR, comenzar de nuevo y no volver a dañar lo más grande que tiene una persona que es su reputación y su dignidad.

CAUSAS DEL BULLYING.

1. El agresor: características psicológicas y entorno familiar.

Aunque el acosador escolar no tiene por qué padecer ninguna enfermedad mental o trastorno de la personalidad grave, presenta normalmente algún tipo de psicopatología. Fundamentalmente, presenta ausencia de **empatía** y algún tipo de **distorsión cognitiva**.

La carencia de **empatía** (ponerse en el lugar del otro) explica su incapacidad para ponerse en la situación del acosado y ser insensible al sufrimiento de este.

La presencia de **distorsiones cognitivas** tienen que ver con el hecho de que su interpretación de la realidad suele no hacer caso o eludir la evidencia de los hechos y suele delegar su responsabilidad a otras personas. Así, normalmente responsabiliza de su acción acosadora a la víctima, que le habría molestado o desafiado previamente, con lo que no refleja ningún tipo de remordimiento respecto de su conducta (los datos indican que, aproximadamente, un 70% de los acosadores responden a este perfil).

La psicología actual, por otra parte, identifica en los acosadores escolares la existencia probable de una educación familiar permisiva que les puede haber llevado a no interiorizar suficientemente bien el *principio de realidad*: los derechos de uno deben armonizarse con los de los demás. La consecuencia es la dificultad para ponerse en el lugar del otro, poco o nada de altruismo ligado a un *ego* que crece a costa de los demás, meros instrumentos a su servicio, y que tiene un umbral de frustración muy bajo. Algunos autores denominan a este tipo de niño como *niño tirano*.

El niño mal educado en la familia probablemente reproducirá en la escuela los hábitos adquiridos. No respetará, ni empatizará con los profesores, ni con sus compañeros. Sus frustraciones quizá le lleven a elegir un *cabeza de turco* o *chivo expiatorio*. A menudo será aquel compañero que le haga patentes sus limitaciones y carencias, o que, simplemente, le parezca vulnerable.

Un niño que actúa de manera agresiva sufre intimidaciones o algún tipo de abuso en la escuela o en la familia. Adquiere esta conducta cuando es frecuentemente humillado por los adultos. Se siente superior, ya sea porque cuenta con el apoyo de otros atacantes o porque el acosado es un niño con muy poca capacidad de responder a las agresiones.

El niño puede tener actitudes agresivas como una forma de expresar su sentir ante un entorno familiar poco afectivo, donde existen situaciones de ausencia de algún padre, divorcio, violencia, abuso o humillación ejercida por los padres y hermanos mayores; tal vez porque es un niño que posiblemente vive bajo constante presión para que tenga éxito en sus actividades o por el contrario es un niño sumamente mimado.

Todas estas situaciones pueden generar un comportamiento agresivo en los niños y llevarles a la violencia cuando sean adolescentes.

2. El entorno escolar

Se puede dar el caso de que la ausencia en clase (o en general, en el centro educativo) de un clima adecuado de convivencia pueda favorecer la aparición del acoso escolar. La responsabilidad al respecto oscila entre la figura de unos profesores que no han recibido una formación específica en cuestiones de intermediación en situaciones escolares conflictivas, y la disminución de su perfil de autoridad dentro de la sociedad actual.

Cuanto más grande es la escuela hay mayor riesgo de que haya acoso escolar, sobre todo si a este factor se le suma la falta de control físico, vigilancia y respeto; humillación, amenazas o la exclusión entre personal docente y alumnos.

Por otro lado los nuevos modelos educativos a que son expuestos los niños como la ligereza con que se tratan y ponen en práctica los valores, la ausencia de límites y reglas de convivencia, han influenciado para que este tipo de comportamiento se presente con mayor frecuencia.

3. La televisión y otros medios de comunicación.

El mensaje psicológico de determinados programas televisivos, películas, caricaturas, programas y shows de consumo frecuente entre los niños y adolescentes, presentan un modelo de proyecto de vida que busca la aspiración a todo sin renunciar a nada para conseguirlo, siempre y cuando eso no signifique esforzarse o grandes trabajos. Esto constituye un grave factor de riesgo para prácticamente todas las personas, no solo para los niños y adolescentes.

Los expertos han llegado también a la conclusión de que la violencia en los medios de comunicación tiene efectos sobre la violencia real, sobre todo entre niños.

En resumen, ver la televisión y otros medios de comunicación pasivamente, sin un pensamiento crítico es exponerse a un alto riesgo de sufrir y motivar a la violencia y las adicciones.

4. Los video-juegos.

A nivel mundial, la mayor cantidad de ventas que se hacen sobre este tipo de diversión son, sobre video-juegos violentos, en ellos se enseña a los jugadores a utilizar armas de todo tipo, estrategias de asaltos y a la violencia como parte de una diversión en la cual aparentemente no hay consecuencias.

Esto es falso. Todos estos video-juegos van creando en el niño y los jóvenes, la idea de que el pelear, atacar, lastimar, ofender, matar, discriminar, etc., es agradable e incluso deseable, dado que al lograr mayores daños, el niño va subiendo de nivel en el juego, hasta convertirse en un "experto" de la violencia.

Este tipo de comportamiento se va incrustando en el sub-consciente del niño, causando a lo largo del tiempo una actitud agresiva que se va presentando en su entorno tanto escolar como familiar, dado que no debemos olvidar que somos lo que tenemos en el cerebro y la mente.

Es muy recomendable que los padres de familia sean muy cautos en proporcionarles a sus hijos este tipo video-juegos y de aparatos para jugarlos, pues les provocará además de las actitudes violentas, deseos de no ayudar en las labores de la casa, problemas en la escuela, obesidad por estar mucho tiempo sentados, entre otros.

Lo más grave de este tipo de “*diversiones*”, es que la violencia tarde o temprano se presentará contra sus propios padres y familiares. Por desgracia este tipo de video-juegos es el más popular entre los niños y jóvenes.

IMPORTANTE INFORMACIÓN:

La Asociación Médica Americana (**AMA**) firmemente recomienda considerar e incluir la “**Adicción a los video-juegos e internet**” **como el diagnóstico de un desorden mental**

ADEMÁS:

La **AMA**, en acuerdo con la **Academia Americana de Pediatras**, apoyan la recomendación de que la exposición ante una pantalla sea 1 o 2 horas diarias a **lo máximo** y que el total del tiempo asignado para jugar video-juegos debería **estar incluido** en esas horas frente a la pantalla.

La **AMA urge la necesidad de advertir a los padres** que deben monitorear y restringir el uso de video-juegos y el Internet, así mismo recomiendan aumentar la vigilancia y monitoreo del contenido de los juegos comprados y jugados por jóvenes de 17 años o menores.

CONSECUENCIAS DEL BULLYING.

- **Consecuencias para el o los agresores.**

Pueden convertirse posteriormente en delincuentes, el niño se siente frustrado porque se le dificulta la convivencia con los demás niños, cree que ningún esfuerzo que realice vale la pena para crear relaciones positivas con sus compañeros.

- **Consecuencias para la víctima.**

Evidente baja autoestima, actitudes pasivas, pérdida de interés por los estudios lo que puede llevar a una situación de fracaso escolar, trastornos emocionales, problemas psicosomáticos, depresión, ansiedad, pensamientos suicidas, lamentablemente algunos chicos, para no tener que soportar más esa situación se quitan la vida.

- **Baja autoestima.**

Este término tan usual y difícil de entender, lo que quiere decir es cuando una persona se ve al espejo, ve reflejado algo horrible. Una pregunta muy importante es: ¿cuándo te ves en el espejo, qué ves? Y dependiendo de la respuesta nos daremos cuenta del daño causado.

- **Actitudes pasivas.**

Personas que viven en una total apatía por todo. Parece que nada les importa y se cubren con un escudo de indiferencia ante la vida.

- **Trastornos emocionales.**

Que son los cambios de estado de ánimo constantes. De sentirse fatal a estar súper felices, de ser víctima a lastimar. Aparece cuando la persona ya no es congruente –lo que hace, dice, siente y piensa no coinciden-.

- **Problemas psicosomáticos.**

Son las enfermedades causadas por la mente o el estado de ánimo. Es decir, si te sientes mal por dentro, te puedes comenzar a sentir mal por fuera. La gripa es una expresión clara de cuando no te sientes bien, si lo ves en el fondo es llanto reprimido que sale de tu cuerpo en forma de estornudos y pañuelos desechables.

- **Depresión.**

Es cuando sin haber una razón clara, las personas sólo quieren llorar. Sienten ganas de morirse, de desaparecer, de no salir de su cuarto. Es cuando la vida parece un pesado costal que nos impide sonreír.

- **Ansiedad.**

Es cuando te late muy fuerte el corazón, sientes que alguien te persigue o que algo malo te va a pasar.

- **Pensamientos suicidas.**

Son las fantasías de dar por concluida la maravillosa experiencia de vivir a causa del daño o los problemas que sientes que hay en tu vida. Es cuando ya no ves opciones para solucionar tus problemas.

- **Pérdida de interés por la escuela.**

Lo cual puede desencadenar una situación de fracaso escolar, que te llevará a mayores problemas con tus papás y maestros.

- **Fobias de difícil solución.**

Es cuando hay un miedo por el agua, por salir, por estar en lugares cerrados. Esto se ocasiona por haber vivido una pésima experiencia, que te lleva a sentir un miedo incontrolable al estar en alguna situación normal.

➤ **Recuerda:**

1. Estas son las consecuencias que ocasionan estas “bromas” de pésimo gusto o el agarrar a alguien para molestarlo.

2. EL BULLYING NO ES UNA BROMA.

3. Las heridas que lleva esa persona que fue molestada son de por vida. Imagínate lo grave que es hacerle creer a alguien que en la vida no hay amor.

4. El 50% de los suicidios entre jóvenes están relacionados al bullying. Estas son las consecuencias que ocasionan estas “bromas” del pésimo gusto o el agarrar a alguien para molestarlo.

PREVENCIÓN.

Se estima que la intervención simultánea sobre factores individuales, familiares y socioculturales, es la única vía posible de prevención del acoso escolar. La prevención se puede realizar en distintos niveles.

Una prevención primaria sería:

- Responsabilidad de los padres (apuesta por una educación democrática y no autoritaria), ésta sería la más importante.
- De la sociedad en conjunto y
- De los medios de comunicación (en forma de autorregulación respecto de determinados contenidos). Cosa que es muy difícil que lo hagan, pues los intereses económicos ordenan el tipo de programas que presentarán.

Una prevención secundaria sería tomar las medidas concretas sobre la población de riesgo, esto es,

- Los niños y adolescentes (fundamentalmente, promover un cambio de mentalidad respecto a la necesidad de denuncia de los casos de acoso escolar aunque no sean víctimas de ellos)
- Y sobre la población directamente vinculada a ésta, el profesorado (en forma de formación en habilidades adecuadas para la prevención y resolución de conflictos escolares).

Una prevención terciaria, por último, serían las medidas de ayuda a los protagonistas de los casos de acoso escolar.

Cómo prevenir el Bullying.

1. En la familia:

La familia es la principal fuente de amor y educación de los niños; a partir de ella el niño aprende a socializarse basado en los valores, normas y comportamientos enseñados en casa; evitemos que nuestro hogar se convierta en un escenario hostil o por el contrario demasiado permisivo, tenga por seguro que esto siempre llevará a que los niños adquieran conductas agresivas.

Otro papel de la familia es estar informada constantemente, hay cursos en donde se orienta a los padres sobre cómo mantener alejados a sus hijos del bullying; éstos se basan normalmente en el amor y la comunicación entre padres e hijos, la observación para detectar inmediatamente cualquier conducta anormal en el chico, estar pendiente de las actividades de su hijo, la existencia de límites y normas, así como el vigilar que se cumplan.

Estos cursos le dan atención especial a la inteligencia emocional, es decir enseñan a los padres como ayudarles a sus hijos a controlar sus emociones y comportamientos hacia los demás de tal manera que puedan convivir sanamente.

Evite en lo posible que sus hijos vean la televisión y películas de tipo violento, nunca permita que estén solos frente a la televisión. Es muy recomendable que Usted mismo vea, junto con sus hijos los programas que acostumbran a ver, a fin de determinar si el programa o película contiene ejemplos e información que motiva a la violencia y las adicciones.

Qué hacer si mi hijo es la víctima

- Debemos averiguar si realmente se está dando la situación de maltrato. Observaremos los síntomas que puedan indicarnos lo que está ocurriendo y, en todo caso, debemos: investigar minuciosamente lo que está ocurriendo, platicar con sus compañeros más cercanos, maestros, amigos y familiares.
- Actuar en cuanto tengamos confirmados indicios de que nuestro hijo está siendo agredido.
- Platica con tu hijo y hazle sentir que puede confiar en ti, así él se sentirá cómodo al hablar contigo acerca de todo lo bueno y lo malo que esté viviendo.
- Apoyarle y darle compañía y seguridad de forma incondicional.
- Hablen del tema. Escucha a tu hijo, deja que se desahogue.
- Solicitarle que nos cuente lo que le está pasando y asegurarle que siempre vamos a contar con él, que le vamos a consultar, antes de emprender ninguna acción.
- Si efectivamente comprobaste que lo están acosando, mantén la calma y no demuestres preocupación, el niño tiene que ver en tu rostro determinación y positivismo.
- Comprométete a ayudar a tu hijo, y muy importante, hazle saber que él no es el culpable de esta situación.
- Expresarle nuestra confianza en él y en los cambios que se van a producir para mejorar su situación.
- Reforzar su autoestima elogiando sus capacidades personales.
- Darle la oportunidad de que entable nuevas amistades fuera del centro escolar, en otras actividades donde pueda interactuar con chicos y chicas de su edad y crear vínculos de afecto.
- Propiciar que amplíe su grupo de amigos del centro escolar, facilitándole actividades sociales en las que quiera participar
- No trates de resolver el problema diciéndole a tu hijo que se defienda y tome venganza, esto empeoraría más la situación, es mejor que discutan como pueden responder asertivamente a los acosadores y practica respuestas con tu hijo.
- Debes ponerte en contacto con el maestro de tu hijo y con la dirección de la escuela para ponerlos al tanto de lo que está ocurriendo, pídeles su cooperación en la resolución de los hechos.

- Mantener una comunicación continua y fluida con el profesorado del centro escolar.
- Contactar con las instituciones necesarias, si no cesa el maltrato hacia nuestro hijo y la respuesta de la escuela no es suficiente.
- En caso de que el acoso continúe, tendrás que consultar a un abogado.

Si tu hijo se encuentra muy dañado emocionalmente por toda esta situación, busca la asesoría de un psicólogo para ayudarle a que supere este trauma. Pero jamás te olvides que la mejor ayuda, en esos casos, es la de su familia.

Cómo debe actuar un niño que es acosado.

- No demuestres miedo, no llores ni te enojés: Eso es lo que el agresor pretende, así que no le des esa satisfacción. Más tarde podrás hablar o escribir sobre tus reacciones y lo que sentiste en ese momento.
- Si comienza a molestarte no te quedes ahí, sigue caminando y no lo mires, ni lo escuches.
- Si te insulta o ridiculiza por ejemplo con frases como: "*Eres un gallina*", "*un miedoso*", responde al agresor con tranquilidad y firmeza, di por ejemplo: "*No, eso es sólo lo que tú piensas*".
- Aléjate o corre si crees que puede haber peligro. Vete a un sitio donde haya un adulto.
- Platica con tus compañeros o amigos lo que te está pasando.
- Es muy importante que también pliques sobre esto con un adulto a quien le tengas confianza.
- Si no quieres hablar a solas del tema con un adulto, pídele a un amigo o hermano que te acompañe.
- Deja claro al adulto con quien hables del tema que la situación te afecta profundamente.
- Si sientes que no puedes decir nada a nadie, trata de escribir una carta explicando lo que te pasa. Dásela a un adulto en quien confíes y guarda una copia para ti.
- Recuerda que tú no tienes la culpa de lo que te está pasando.
- Debes saber que NO estás solo(a), tienes amigos y adultos que te quieren y te cuidan, acércate a ellos seguramente te ayudarán.
- Piensa que el niño que te agrede tiene problemas, tal vez en casa, por eso actúa de esa manera; no por eso vas a permitir que trate así.
- Trata a los demás como quieres que te traten a ti y ayuda al que lo necesite, así cuando tú necesites ayuda, te ayudarán.

Qué hacer si nuestro hijo es agresor:

Algunas familias se sienten culpables cuando descubren que su hijo está actuando como agresor en situaciones de maltrato entre compañeros. Esto es debido a que el ejercicio del maltrato a menudo está asociado a familias desestructuradas o con problemas de relación, y a la consideración de que el maltrato es un reflejo de la dinámica emocional de ese tipo de

familias. Pero más allá del sentimiento de culpabilidad o no, es importante dejar muy claro que esta clase de conducta es inaceptable y que nuestro hijo debe cambiar y dejar de actuar así.

A veces, la agresividad de un adolescente no es atribuible a factores familiares y, por lo tanto, debemos observar si nuestro hijo presenta rasgos de tendencias agresivas. Debemos observar:

- Si su actitud hacia los diferentes miembros de la familia es agresiva. Si muestra conductas agresivas y violentas hacia sus amigos o si le hemos visto actuar de forma violenta en ocasiones.
- Si es excesivamente reservado, si es casi inaccesible en el trato personal.
- Si tiene objetos diversos que no son suyos y cuya procedencia es difícil de justificar.
- Si a menudo cuenta mentiras para justificar su conducta.
- Si parece no tener sentido de culpa cuando hace daño.
- Si dice mentiras acerca de ciertas personas, mentiras que les pueden perjudicar y causar daño.
- Si otros padres nos han contado que nuestro hijo agrede a otros niños.
- Si percibimos que ciertos compañeros se mantienen silenciosos e incluso rehúyen la presencia de nuestro hijo.

Si observamos con cierta frecuencia varios de estos comportamientos en nuestro hijo es muy posible que pueda estar involucrado en situaciones de abuso. En tal caso:

- Debemos actuar con urgencia y firmeza, manteniendo una comunicación y supervisión cercanas e indicándole con toda claridad que el maltrato no es lícito ni admisible y que se debe valorar el respeto a las otras personas como clave de la convivencia en la sociedad.
- Como los agresores suelen desmentir la acusación que se les atribuye, no bastará sólo con preguntarle a él y a sus amigos, sino que deberemos indagar por otros medios para esclarecer los hechos y actuar inmediatamente, en su caso.
- A pesar de ello, tenemos que hablar con nuestro hijo o hija, mostrarle nuestra disposición a ayudarlo en todo lo éticamente posible e indicarle que, en caso de ser culpable de malos tratos, deberá asumir su responsabilidad.
- Habrá que ayudarlo a entender cómo se puede estar sintiendo la víctima y preguntarle cómo se sentiría él o ella si algo así le ocurriera.
- Tenemos que mostrarle confianza y apoyo para el futuro, así como valorar cualquier muestra de arrepentimiento que observemos.
- Hemos de hablar con la escuela con toda rapidez. A nadie le agrada tener que comunicar a unos padres la conducta violenta de su hijo hacia otro compañero, por lo que debemos entender que los profesores tienen tanto o más interés que nosotros mismos en resolver satisfactoriamente el problema.
- Es importante que mostremos sincero interés en que se averigüe la verdad y que nuestro hijo asuma su responsabilidad.

- Nos propondremos mantener un contacto cercano con la escuela de ahora en adelante, solicitar ayuda y consejo en el tratamiento conjunto de nuestro hijo y establecer una relación fluida con el tutor o, en su caso, con el Departamento de Orientación, que son quienes están más cerca de nuestro hijo.

A pesar de todo lo expuesto hasta aquí, los padres o tutores deberemos revisar no obstante los antecedentes educativos de nuestro hijo y la dinámica familiar, el tipo de relaciones que hemos establecido en nuestra familia, para rectificar aquello que pueda estar alentando la conducta agresiva del adolescente.

A grandes rasgos exponemos ahora algunas de las situaciones que puedan darse en determinadas familias:

a) Muchos padres y madres prefieren que sus hijos sean algo agresivos y extravertidos mejor que tímidos y poco expresivos. Incluso pueden llegar a pensar que las personas dominantes y agresivas tienden a ser más felices que los otros, puesto que esto les asegura que sabrán valerse por sí mismos en la vida. Así, se entiende que una personalidad altamente competitiva en la escuela, en los deportes, en los grupos sociales, tendrá su recompensa. Si bien se subestima que una personalidad de este tipo puede ser tan mala para quien la ejerce como para aquellos que la sufren, y que es un claro abono para el mal-trato y el abuso de poder.

b) Por otro lado, algunos chicos y chicas agresores están viviendo contextos violentos dentro de la familia, siendo ellos a su vez víctimas en su entorno familiar. La agresión familiar puede provenir de abusos ejercidos por otros hermanos, por el padre o por la madre, abusos que frecuentemente consisten en castigos corporales y gritos o insultos continuados. En otras ocasiones los hijos rechazados, no deseados, o faltos de atención y afecto por parte de los adultos pueden maltratar a sus compañeros, como mecanismo de respuesta a su propia situación personal.

c) Puede haber falta de comunicación entre los miembros de la familia y la interrelación ser mala o inexistente. Cada uno tiende a satisfacer sus propios intereses y se comparten pocos tiempos comunes. Los padres no supervisan suficientemente lo que hacen sus hijos y no han marcado con claridad los límites.

d) De igual modo, las familias altamente autoritarias predisponen a los jóvenes hacia comportamientos agresivos.

e) Pueden haberse producido cambios de diferente índole en la familia (nuevo domicilio, muerte repentina de un familiar muy querido, ruptura del matrimonio, etc.) que hayan producido inestabilidad en el adolescente y una reacción adversa.

Cómo se comporta un agresor:

- Quienes ejercen el bullying lo hacen para imponer su poder sobre el otro logrando con ello tenerlo bajo su completo dominio a lo largo de meses e incluso años.
- El niño o varios de ellos, comúnmente en grupo, tienen actitudes agresivas y amenazantes en forma constante, sin motivo alguno contra otro u otros niños.
- Es o son provocativos, cualquier cosa es para ellos motivo de burlas.
- Su forma de resolver conflictos es por medio de la agresión.
- No es nada empático, es decir no se pone en el lugar del otro

Cómo deben actuar los padres ante su hijo acosador.

- Tienes y debes acercarte a tu hijo, platica con él.
- Relaciónate más con los amigos de tu hijo y observa qué actividades realizan.
- Una vez que hallas creado un clima de comunicación y confianza con tu hijo, pregúntale el porqué de su conducta.
- Si comprobaste que tu hijo es un acosador, no ignores la situación porque seguramente se agravará, calmadamente busca la forma de ayudarlo.
- Jamás debes usar la violencia para reparar el problema. Violencia genera violencia, ¿donde está la solución? Tampoco culpes a los demás por la mala conducta de tu hijo.
- Nunca dejes de demostrarle amor a tu hijo, pero también debes hacerle saber que no permitirás esas conductas agresivas e intimidatorias, deja muy claro además las medidas que se tomarán a causa de su comportamiento y en caso de que continúe de esa manera.
- Cuando se detecta un caso de bullying, los padres del niño deben trabajar conjuntamente con la escuela para resolver el problema de una forma inmediata. Habla con los profesores, pídeles ayuda y escucha todas las críticas que te den sobre tu hijo. Mantente informado de como la escuela está tratando dicho caso y los resultados que se están obteniendo.
- A través de la comunicación con tu hijo podrás darte cuenta de sus gustos y aficiones, canaliza su conducta agresiva por ese lado; si por ejemplo le gusta el futbol inscríbelo en un club deportivo, si le gusta tocar algún instrumento llévalo para que tome clases.
- Crea un ambiente en tu hogar donde el chico se sienta con la confianza de manifestar sus insatisfacciones y frustraciones sin agredir. Enséñale buenos modales.

Debes enseñarle a tu hijo a reconocer sus errores y a pedir disculpas a quienes les haya hecho daño, elogia esas buenas acciones

Qué hacer si nuestro hijo es un observador:

Si nuestro hijo está viendo lo que le ocurre a un compañero, se convierte en espectador, en observador. En tal caso hemos de tener en cuenta que el papel de los observadores es esencial para que cese el maltrato.

Si el conjunto del grupo clase entiende el problema y actúa conjuntamente para apoyar al compañero que está siendo tratado y agredido injustamente, tomando una postura firme y en grupo ante los agresores, el maltrato cesará. Sin embargo, por desgracia, este nivel de concienciación social se consigue sólo cuando la escuela trabaja en ese sentido con diferentes estrategias y cuando el contexto social también es crítico con este tipo de acciones. El mensaje transmitido por los adultos no puede centrarse nunca en eximir de culpa o en justificar los malos tratos, apelando a la ética del más fuerte.

Si nuestro hijo es consciente de lo que está ocurriendo, debemos hacerle saber que no hay justificación posible, que los conflictos se deben abordar desde el diálogo y la comunicación y que deben mostrar su discrepancia con dichos actos y, en ningún caso, reforzar la conducta de los agresores con risas y complicidades.

Hemos de apoyarle en su camino hacia la madurez y reforzar su ética personal, que está en plena formación, enseñándole que es justo ayudar a la víctima con su testimonio e informar del abuso al profesorado cuando sea necesario. Es preciso que les enseñemos a romper la conspiración del silencio y a dar cabida a la posibilidad de contar, cuando se observen injusticias entre compañeros. El silencio, tan fuertemente instaurado entre nuestros niños y adolescentes, se basa sobre todo en etiquetar de “chivato” o “rajón” a quien manifieste públicamente lo que está acaeciendo, entendiendo que actúan desde la cobardía y la traición. Así se impide que salgan a la luz los hechos de maltrato.

Hay que romper esta imagen social de quien tiene la valentía de decir a cara descubierta la injusticia que se está dando en el seno de la clase o del grupo de amigos. Es necesario que nuestros hijos e hijas aprendan a que aquello que se valora y en lo que se cree hay que defenderlo, y que el respeto de unos hacia otros y la convivencia son valores necesarios e insustituibles para todos nosotros y para la sociedad en general.

2. En la escuela:

- La disciplina que se mantenga en el salón y la escuela en general es fundamental para la construcción de una buena conducta.
- Es importante la supervisión de los alumnos dentro y fuera de los salones, en los patios, baños, comedores, etc.
- Establecer claramente las reglas de la escuela y las acciones que se tomarán en conductas como el bullying.
- Actuar rápido, directa y contundentemente en el caso de que se presente alguna sospecha de acoso escolar.
- La escuela debe estar abierta a las quejas y sugerencias del alumnado y padres de familia, se sugiere la colocación de un buzón.
- Realizar cursos o conferencias para padres y maestros donde se puedan tratar temas como el bullying.
- Adicionar o reforzar el tema de educación en los valores en el curso de los estudiantes.
- Los maestros pueden apoyarse en los alumnos para identificar casos de acoso, deben ser muy inteligentes y saber quién puede darles información valiosa.

Qué deben hacer los maestros.

- Identificar a la víctima y el agresor.
- Si ha detectado a la víctima, verifique preguntando a sus padres si el niño presenta dificultad para conciliar el sueño, dolores en el estómago, el pecho, de cabeza, náuseas y vómitos, llanto constante, etc. Si es necesario investigue y observe más al niño.
- Siga al niño a una distancia prudente a los lugares donde comúnmente está sin vigilancia, seguramente se encontrará con el chico que lo está acosando.
- En las paredes de los baños o las puertas de éstos, los niños suelen escribir burlas y agresiones, revíselas.
- Platique con los compañeros más cercanos de los niños (acosador y víctima), pueden darle información valiosa.
- Estar conscientes del efecto que tienen los medios de comunicación sobre las acciones que sus alumnos presentan en el aula.
- Evitar promover en las fiestas y eventos cualquier tipo de actividad que promueva la violencia, por ejemplo: películas, bailes, etc.

Tenga consciencia de que tanto el agresor como la víctima sufren, y por lo tanto necesitan ser atendidos y tratados.

3. Instituciones gubernamentales.

Así como existen líneas gratuitas para hablar o preguntar sobre métodos anticonceptivos, depresión, el sida, alcoholismo, etc, debe haber líneas abiertas para que los niños puedan hablar y denunciar conflictos que viven dentro y fuera del hogar.

Debe haber mayores campañas para informar a los padres sobre esta situación, la forma en que puede detectarse, tratarse y prevenirse.

La Secretaría de Gobernación es responsable de los contenidos de los medios de comunicación, por lo cual deberá aumentar la vigilancia y las sanciones a aquellos medios que promuevan las adicciones y la violencia.

Sin embargo el aspecto político impide que se realicen muchas acciones favorables a detener el bullying, esto debido a que hay mucho dinero y poder de los dueños de los medios, que buscan aumentar sus utilidades a cualquier costo, sin importar que los niños y sus padres sufran las consecuencias.

Es el Gobierno quien tiene en sus manos las Leyes que debe aplicar a todos aquellos “empresarios” que desean hacerse ricos a través de la promoción de la violencia.

4. Medios de comunicación.

Los niños son muy dados a ver programas de acción y violencia y aunque no lo creamos, éstos influyen demasiado en su comportamiento. Los medios masivos de comunicación deben ser más conscientes de ello y controlar más los contenidos que emiten o publican.

Sin embargo la realidad es totalmente diferente, a los dueños de los medios de comunicación no les interesa transmitir programas o telenovelas donde se promuevan los valores familiares y la paz. Ellos dicen que “eso no vende”. Prueba de esto es la gran cantidad de programas y noticieros donde la violencia y las adicciones es presentada como una forma de vida “ideal”.

Además los criterios de las televisoras no son los valores familiares o morales. El criterio que maneja sus decisiones es ganar más dinero a cualquier costo, sin importar si la sociedad sufre las consecuencias. Cómo prueba de esto simplemente encienda su televisión y analice los programas que transmiten diariamente.

Los medios de comunicación protegidos por una apariencia de ALTA CREDIBILIDAD han creado en el público ¡confianza!

Dicen que NO buscan GANAR dinero. ¡Usan dos caras!

1. La cara DECENTE y PRO-SOCIAL La usan poco en programas como: *Di no a las drogas, lo que callamos las mujeres*, mujer casos de la vida real.

2. La cara de NEGOCIOS\$\$\$ La usan diario programas como: Telenovelas, fut-bol, películas, anuncios porno sobre todo tipo de vicios, big brothers, noticieros, academias, Laura, Niurka, etc.

Plantando muchas “ideas” subliminales que buscan una FUERTE EMOCIÓN y recuerdo en el público, con el único fin de vender, vender y vender, para ganar más y más dinero.

Son los padres en primer lugar y luego los maestros los que deberán estar al pendiente y controlar lo que los niños ven en la televisión y el internet.

5. Sociedad en general.

La sociedad en general debe ayudar a prevenir y atacar el acoso entre los niños, vigilando y no dejando pasar este tipo de situaciones porque pensamos se trata de una simple broma.

Cuando un niño se burla, amenaza o pega a otro niño, se debe intervenir para que eso no se repita.

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.

Pese a que la figura del acoso en general atiende a un concepto de negación del conflicto al tratarse de un maltrato soterrado (incluso para la víctima, pues a ella le declaran la guerra en secreto, nunca abiertamente), tal vez podría hablarse de conflicto para simplificar el acercamiento a la materia. Y es que el conflicto forma parte de la vida y es un motor de progreso, pero en determinadas condiciones puede conducir a la violencia. Para mejorar la convivencia educativa y prevenir la violencia, es preciso enseñar a resolver conflictos de forma constructiva; es decir, pensando, dialogando y negociando. Un posible método de resolución de conflictos se desarrolla en los siguientes pasos:

- Definir adecuadamente el conflicto.
- Establecer cuáles son los objetivos y ordenarlos según su importancia.
- Diseñar las posibles soluciones al conflicto.
- Elegir la solución que se considere mejor y elaborar un plan para llevarla a cabo.
- Llevar a la práctica la solución elegida.
- Valorar los resultados obtenidos y, si no son los deseados, repetir todo el procedimiento para tratar de mejorarlos.

Una buena idea puede ser la de ir escribiendo las distintas fases del proceso, para facilitar su realización. En los programas de prevención de la violencia escolar que se están desarrollando en los últimos tiempos, se incluyen la mediación y la negociación como métodos de resolución de conflictos sin violencia.

Estadísticas y opiniones sobre el bullying.

¿Cuál son en tu opinión las formas más frecuentes de maltrato entre compañeros/as?

- Hablar mal de alguien 22%
- Insultar, poner apodosos 21%
- Rechazar, aislar, no juntarse con alguien, no dejar participar 19%
- Reírse de alguien, dejar en ridículo 18%
- Hacer daño físico (pegar, dar patadas, empujar) 11%
- Amenazar, chantajear, obligar a hacer cosas 9%

¿Cuántas veces, en este año escolar, te han intimidado o maltratado algunos/as de tus compañeros?

- Nunca 56%
- Pocas veces 35%
- Bastantes veces 5%
- Casi todos los días, casi siempre 4%

Si tus compañeros/as te han intimidado en alguna ocasión, ¿Desde cuándo se producen estas situaciones?

- Nadie me ha intimidado nunca 68%
- Desde hace poco, unas semanas 17%
- Desde hace unos meses 10%
- Desde siempre 3%
- Durante todo el curso 2%

¿En qué lugares se suelen producir estas situaciones?

- En el patio cuando no vigila algún profesor/a 27%
- En la clase cuando no hay ninguna profesor/a 26%
- En la clase, cuando está un profesor/a 15%
- En el patio cuando vigila algún profesor/a 8%
- En la calle 8%
- En los baños 7%
- En los pasillos de la escuela 6%
- Cerca de la escuela, al salir a la calle 3%

Si alguien te intimida ¿hablas con alguien de lo que te sucede?

- Nadie me intimida 51%
- Con mi familia 20%
- Con compañeros 12%
- No hablo con nadie 10%
- Con los/las profesor(as) 7%

¿Quién suele parar las situaciones de intimidación?

- Algún profesor 40%
- Algunos compañeros 29%
- Nadie 24%
- Otros adultos 7%

¿Has intimidado o maltratado a algún compañero o a alguna compañera?

- Alguna vez 53%
- Nunca me meto con nadie 35%
- Con cierta frecuencia 9%
- Casi todos los días 3%

Si te han intimidado en alguna ocasión ¿Por qué crees que lo hicieron?

- Nadie me ha intimidado nunca 46%
- No lo sé 24%
- Por molestarte 10%
- Porque soy diferente a ellos 6%
- Porque los provoqué 4%
- Porque soy más débil 4%
- Por gastarme una broma 4%
- Porque me lo merezco 2%

Si has participado en situaciones de intimidación hacia tus compañeros/as ¿Por qué lo hiciste?

- No he intimidado a nadie 38%
- Porque me provocaron 25%
- Por gastar una broma 15%
- Por molestar 12%
- Porque a mí me lo hacen otros/otras 5%
- Porque son diferentes 3%
- Porque eran más débiles 2%

¿Por qué crees que algunos/as niños/as intimidan a otros/as?

- Por molestar 45%
- Por gastar una broma 20%
- Porque se meten con ellos/as 18%
- Porque son más fuertes 17%

¿Con que frecuencia han ocurrido intimidaciones (poner apodos, dejar en ridículo, pegar, dar patadas, empujar, amenazas, rechazos, no juntarse, etc.,) en tu escuela durante el mes?

- Menos de 5 veces 29%
- Nunca 24%
- Más de veinte veces 22%
- Entre cinco y diez veces 14%
- Entre diez y veinte veces 11%

¿Qué tendría que suceder para que se arreglase este problema?

- Que hagan algo los/las profesores/as 28%
- Que hagan algo los/las compañeros/as 27%
- No sé 19%
- Que hagan algo las familias 14%
- No se puede arreglar 12%

Bibliografía y enlaces en internet sobre el bullying.

BIBLIOGRAFÍA

Viviendo [sobreviviendo] en una sociedad violenta

Autor: O'Donnell, Horacio A. Ed. Instituto Estudios Políticos.

Pensamiento complejo y violencia.

Autor: Guebel, Gabriela. Editorial: Paidós, 2001.

Bullying. El acoso escolar.

Autor: Voors, William. Editorial: ONIRO

Acoso escolar.

Autor: Ricou Sanz, Javier. Editorial: RD Editores.

La era de la manipulación.

Autor: Brian Key. Editorial: DIANA.

Cómo leer al pato donald.

Autor: Ariel Dorfman. Editorial: Siglo XXI.

El maltrato psicológico: Cómo defenderse del bullying.

Autor: González de Rivera, José Luis. Ed. Espasa Calpe.

ENLACES

<http://www.protegeles.com/>

<http://www.acosoescolar.info/index.htm>

<http://www.internetsinacoso.com/>

<http://www.fundacionenmovimiento.org.mx/>

<http://es.wikipedia.org/wiki/Bullying>

http://es.wikipedia.org/wiki/Tortura_escolar

<http://www.psicopedagogia.com/bullying>

<http://www.educacion.df.gob.mx/padres/categoria/bullying/>