

CONSEJOS PARA LAS FAMILIAS PREOCUPADAS POR EL MALTRATO ENTRE IGUALES O EL ACOSO ESCOLAR

¿Qué es el “ACOSO ESCOLAR”?

Hablamos de “*acoso escolar*” cuando **un chico, chica o un pequeño grupo maltrata a otra persona por medio de palabras o acciones que se repiten durante un periodo prolongado de tiempo**. El acoso escolar puede implicar peleas, empujones, patadas, insultos, bromas pesadas, dar de lado, propagar rumores falsos, maltratar las pertenencias, etc.

Para **reconocer el acoso escolar** tenemos que tener en cuenta estas **dos circunstancias**:

- Siempre hay un **desequilibrio entre la víctima y los agresores** que aprovechan la fuerza física o la del grupo para intimidar y agredir a una persona que saben indefensa.
- La situación de maltrato no es puntual sino que se prolonga y **se repite a lo largo del tiempo**.

El agresor o agresora no tiene en cuenta los sentimientos de la víctima y acostumbra a culparla de los propios abusos (“*me provoca...*”); mientras la víctima es maltratada, las personas que agreden suelen estar tranquilas y no pierden la calma. Por consiguiente, no estaríamos hablando de acoso escolar en una discusión o pelea puntual entre dos personas de características similares.

¿CÓMO PUEDEN LOS PADRES RECONOCER QUE SUS HIJOS O HIJAS ESTÁN SIENDO MALTRATADOS POR OTROS ESTUDIANTES DEL INSTITUTO?

La familia tiene que estar alerta si observa en su hijo o hija algunas de estas **características**:

- **Cambio de actitud**: presenta un aspecto triste o deprimido, alteraciones del humor, irritabilidad, inseguridad, etc.
- **Pérdida de interés** por el trabajo escolar y empeoramiento de sus calificaciones.
- **Intentos para evitar ir a la escuela**: se pueden quejar de dolor de cabeza o de estómago, pueden tener vómitos o taquicardia que se presentan antes de ir al colegio.
- **Alteraciones del sueño**: duermen intranquilos, tienen pesadillas o lloran.
- **Tienen pocas amistades** y escasas relaciones con los compañeros y compañeras del colegio (y esto no se debe a un trastorno del desarrollo). En muchas ocasiones, suelen estar solos.
- **Van y vienen de la escuela por sitios poco lógicos**.
- **Piden dinero** extra a la familia o lo roban.
- **Le faltan materiales escolares o libros** con frecuencia o estos aparecen rotos.
- Vuelven a casa con la **ropa desordenada o rota**; tienen **contusiones o heridas** (arañazos o cortes) que no se explican de forma natural.

En tal caso se recomienda que los padres hablen con su hijo o hija e intenten que les cuente lo que le está ocurriendo o lo que le preocupa. Si la situación de maltrato es un hecho, se recomienda que los padres den los **siguientes pasos**:

- En primer lugar, y aunque su hijo o hija presente alguna resistencia, hágale ver que esta situación **no se puede ocultar** y que contará con su ayuda para superarla. Hay que romper la ley del silencio.
- **Póngase en contacto con el profesorado tutor de su hijo o hija** (o con la Jefatura de Estudios o el Departamento de Orientación) lo antes posible con objeto de conseguir la colaboración del instituto para la solución del problema. Pregunte por las medidas que se van a tomar para ello. Hable también con algunos compañeros o amigos para que su hijo o hija se sientan acompañados en estos momentos.
- Hágale ver la **necesidad de afrontar la situación** si presenta deseos de no ir al colegio. Para su tranquilidad es importante que se sienta apoyado por sus profesores y profesoras. Se han de evitar los consejos que impliquen el enfrentamiento con los agresores o agresoras (“si ves que ellos te van a pegar, pues lo haces tú antes”), pues aumentarían el pánico de la víctima.
- Hable con su hijo o hija e **infórmele de todos los pasos que se están dando** para resolver este problema. Planifique con él las estrategias para acabar con esta situación.
- Aconséjele que **evite el contacto con aquellos que lo están maltratando** o intimidando y **aquellos lugares potencialmente “peligrosos”**.
- Trate de **eliminar, si los tiene, los sentimientos de culpabilidad**. No son culpables de lo que les está pasando.
- Es importante fortalecer su autoestima. Los padres y madres pueden **ayudar a los hijos e hijas a desarrollar sus actitudes y cualidades positivas**. La práctica de alguna especialidad deportiva puede ayudarle a tener más confianza en sí mismo y a mejorar sus relaciones con el entorno. Se debe evitar proteger en exceso a su hijo o hija, pues pueden impedir que tenga unas relaciones equilibradas con otros compañeros o compañeras.
- **Hable, si cree que es posible, con los padres/madres de los niños y niñas maltratadores** para que conozcan el problema y ayuden a sus hijos e hijas a no ser personas violentas. Evite las discusiones o peleas, en el caso de que puedan ocurrir.
- Si a pesar de los repetidos intentos de resolver el problema éste persiste, una solución aconsejable puede ser **solicitar, si se puede, el cambio de aula o, en última instancia, de centro**.

¿QUÉ HACER SI SU HIJO O HIJA ES UNA PERSONA VIOLENTA CON SUS COMPAÑEROS Y COMPAÑERAS?

Si sabe que a su hijo o hija le gusta hacer bromas pesadas y que puede estar tratando mal a algún compañero o compañera en el instituto, si observa que tiene con frecuencia un comportamiento agresivo con otros miembros de la familia o en la calle, que se enfada o se muestra irascible con frecuencia, o que acostumbra a imponer su voluntad sobre los demás y no controla sus reacciones... puede que su hijo necesite que le ayude. Para ello, tenga en cuenta las siguientes indicaciones:

- **Afronte la situación:** Hable tranquilamente con su hijo o hija para hacerle consciente de sus problemas o de su falta de autocontrol. No es conveniente sobreprotegerlo negando u ocultando sus acciones. Hable sobre su conducta y sobre las consecuencias que tiene para los demás.
- **Tenga una actitud firme y decidida** de rechazo ante los comportamientos violentos. Infórmele claramente de que estas situaciones deben pararse, trate de hacerle ver los sentimientos que tienen las personas maltratadas y que es su deber pedir disculpas y cambiar de actitud.
- **Póngase en contacto con el instituto** para conocer la opinión del profesorado sobre su conducta y sobre sus relaciones con los demás compañeros y compañeras de clase y del centro. Si comprueba su participación en estas actividades, intente que rompa con las circunstancias que favorecen estas situaciones y con el grupo de amistades, si es necesario.
- **Apoye al centro** en las medidas que tomen para resolver las situaciones de maltrato en las que está involucrado su hijo o hija. No discuta con el profesorado o con los otros padres y madres delante de su hijo o hija, pues le "dará alas" y se sentirá apoyado en sus acciones.
- **Muéstrele a su hijo o hija su disposición a ayudarlo para mejorar su conducta** y su desarrollo personal. Busque ayuda si no sabe como hacerlo. No obstante, tenga en cuenta la importancia de ofrecerle modelos de comportamiento positivos. Lo que somos y lo que hacemos es la mejor forma de adquirir conductas y actitudes nuevas.

¿QUÉ PUEDE HACER SI SU HIJO O HIJA SON ESPECTADORES DE HECHOS VIOLENTOS?

La mayoría de nuestros hijos e hijas suelen ser, con frecuencia, espectadores pasivos de comportamientos violentos y de malas relaciones entre compañeros y compañeras de clase. La necesidad de tener amistades les lleva, en ocasiones, a integrarse en grupos de riesgo que mantienen actitudes violentas y hostiles con otros estudiantes. Esto les puede conducir a la aceptación de conductas que producen una distorsión moral, así como sentimientos y contradicciones difíciles de resolver. ¿Colaboran o callan? ¿Se enfrentan con el riesgo de quedarse sin amistades o de ser también maltratados o permanecen pasivos?. Esto les produce, en ocasiones, serios dilemas y complejos de culpa. Por ello, es conveniente que conozcamos algunas sugerencias para actuar en estos casos:

- Converse con su hijo o hija y **explíquelo que denunciar los malos tratos entre compañeros no es delatar** sino ayudar a una persona indefensa que está sufriendo abusos de otros más fuertes. Hágale consciente de la importancia que tiene el mantener buenas relaciones y el respeto entre las personas.
- **Dialogue y reflexione con su hijo o hija** sobre lo que es conveniente hacer ante estas situaciones. Inicie un proceso en el que pueda ir aclarando sus ideas, enjuiciando su conducta y tomando decisiones adecuadas.
- **Ayúdele a saber cómo intervenir ante estas situaciones:** Denunciar los hechos, adoptar actitudes en contra de la violencia y ser solidario con las víctimas.
- **Ayúdele a tener una valoración positiva de sí mismo y a saber decir NO** ante hechos que perjudican o dañan la dignidad de las personas.