TEMA 2: Roles en el acoso y el ciberacoso

- Los roles en el acoso
- Consejos para el alumno blanco/objetivo - Cómo reaccionar
- Actividad

Los roles en el acoso

Bullying Prevention Part 1: Bullying Roles

Los participantes en una situación de acoso escolar son:

El acoso es un fenómeno relacional en el que hay al menos dos coprotagonistas, pero en el que también participan otros actores. Así, existen varias figuras:

- El niño o joven (CYP) implicado en la conducta de acoso: es realmente quien comete los actos de acoso.
- El ayudante: es un seguidor del CYP implicado en la conducta de acoso. A menudo también actúa de forma acosadora.
- El simpatizante: es el que riéndose, incitando o simplemente observando tiende a reforzar el comportamiento del acosador.
- El blanco: es el que sufre el acoso.
- El upstander o defensor: es el que da la cara por la víctima intentando consolarla o hacer que cese el acoso.
- El outsider o espectador: es un espectador pasivo que intenta mantenerse al margen de la situación.

El CYP efectuando un comportamiento intimidatorio

Existen diferentes tipos de acosadores. En general, la definición se refiere a una persona que siente la necesidad de dominar a los demás, siente una fuerte necesidad de poder y autoafirmación, y trata de imponer sus deseos o su dominio a otra persona o grupo. El/la joven acosador/a tiende a dominar a los demás infundiendo miedo, atacando a los miembros más débiles o indefensos del grupo y buscando la complicidad de otros miembros del grupo (espectadores). En la mayoría de los casos utiliza la fuerza física, la dominación relacional o la popularidad social dentro del grupo para conseguir su objetivo: suele tener una complexión física que le permite hacerlo y con frecuencia cuenta con el apoyo de supuestos ayudantes.

Los jóvenes que se comportan como acosadores pueden hacerlo por muchas razones. De hecho, hay pruebas de que pueden cambiar de papel según las circunstancias o las personas. También hay pruebas de que quienes se comportan como acosadores pueden tener baja autoestima, ser vulnerables o haber sufrido acoso. Típicamente, es una persona a la que le gusta defenderse, que presenta una personalidad dominante y un temperamento decididamente impulsivo, que se manifiesta fácilmente cuando se siente bajo presión. Su intención es atemorizar a los demás para que perciban su fuerza y poder e intentar hacerse con el control de la víctima. En realidad, quien tiene un comportamiento intimidatorio hacia los demás puede ser una persona frágil que utiliza

este comportamiento para ocultar lo mejor posible sus "defectos" percibidos.

El objetivo o blanco

La persona que es objeto de acoso suele presentarse como alguien que difiere o se distingue de las normas o expectativas percibidas por el grupo. La investigación ha demostrado que las personas que suelen ser objeto de acoso comparten una serie de características clave.

Éstas son:

- Niños con dificultades para comprender las relaciones sociales (Garner & Stow Hinton, 2010)
- Bajo estatus social dentro del grupo (Card & Hodges, 2007)
- Percepción de "diferencia" o desviación de las normas del grupo de iguales (Horowitz et al, 2004)
- Se presentan como pasivos/sumisos o como víctimas provocadoras (Olweus, 1993)

Los resultados de ser el blanco de las interacciones de acoso pueden significar que estos jóvenes se vuelvan más ansiosos e inseguros que los demás. También pueden volverse socialmente retraídos y tener una baja autoestima o visión de sí mismos.

Algunos indicadores de violencia que se encuentran en la víctima son:

- Síntomas ansiosos: agitación física y psicomotriz, tics nerviosos, terrores nocturnos y alteración del ritmo sueño-vigilia, alteración del apetito, miedo generalizado y evitación de los entornos grupales.
- Síntomas somáticos: dolor de estómago, problemas gastrointestinales, cefaleas, dermatitis.
- Síntomas depresivos: apatía y desinterés, fatiga, tristeza, astenia, explosiones repentinas de ira, aislamiento injustificado.

Espectadores

Los espectadores son alumnos que presencian el acoso. Pueden tener una gran influencia: su reacción puede animar o inhibir a quienes acosan a otros. Hay diferentes tipos de espectadores:

- seguidores (ayudantes) - no inician el acoso, pero participan activamente en él.
- partidarios (reforzadores) - no atacan activamente al objetivo, pero dan una respuesta positiva al iniciador de la conducta acosadora, proporcionándole audiencia riéndose y haciendo otros gestos alentadores.
- defensores - no les gusta el acoso e intentan ayudar al acosado interviniendo, consiguiendo el apoyo del profesor (utilizando el lenguaje seguro) o proporcionando apoyo directo al acosado.

- extraños - se mantienen alejados, no toman partido por nadie ni se implican activamente, pero permiten que continúe el acoso con su "aprobación silenciosa".

Los espectadores pueden desempeñar distintas funciones:

- ayudar a los alumnos que practican el acoso y participar activamente en él.
- animar o mostrar su aprobación a los alumnos que practican el acoso.
- no hacer nada o permanecer pasivos.
- defender o apoyar a la víctima (el alumno acosado) interviniendo, pidiendo ayuda o consolándolo.

Los espectadores que no actúan o se comportan de forma que aprueban en silencio (mirando, asintiendo con la cabeza, haciendo la vista gorda) fomentan que el comportamiento de acoso continúe. Enseñar a los espectadores a responder adecuadamente (desalentando, interviniendo o denunciando el acoso) puede ser una forma eficaz de limitar y prevenir el acoso.

ACTIVIDAD

- Responde: ¿Cómo puedes pasar de ser un espectador a ser un defensor? (No hay una respuesta correcta)

¿Soy yo el objeto de acoso?

Para saber si te están acosando o no, es importante comprobar la actitud del supuesto acosador hacia ti, pero también es importante lo que sientes por dentro, tanto física como psicológicamente. Veamos juntos cuáles son estos signos, cómo se manifiestan y cómo ponerles remedio.

Si una o varias personas te han atacado con insultos o amenazas y los ataques han durado algún tiempo, es probable que estés siendo víctima de acoso escolar.

Una pelea entre amigos, por ejemplo durante un partido de fútbol, siempre puede ocurrir, pero para que haya acoso escolar, significa que hay intención de hacerte daño para atemorizarte y acabar aislándote de tus compañeros.

Hay otras señales que te permitirán a ti y a tu familia reconocer si te están acosando.

- Si ya no te apetece invitar a casa a tus compañeros o compañeros y pasas cada vez menos tiempo con ellos
- Si ya no entras en Internet, o viceversa, revisas a menudo tus redes sociales
- Si tienes miedo de ir al colegio o a otros lugares de reunión que solías frecuentar

Otras alarmas pueden ser las molestias físicas que sientes antes de acudir a lugares de reunión donde se produzcan abusos. Algunas molestias son:

- dolor de estómago
- dolor de cabeza
- Cambios de humor

- Brotes de ira

Este video puede ayudarte a entender mejor los signos del acoso: **6 Subtle Signs of Bullying**

Consejos para el alumno blanco/objetivo - Cómo reaccionar

1. El objetivo del matón es minar tu personalidad infundiéndote miedo. Si no muestras miedo, él perderá interés y desistirá.
2. Si un acosador se te acerca mientras estás en el colegio, en la piscina o en cualquier otro lugar, sigue haciendo lo que estabas haciendo y no le hagas caso. Piensa en otra cosa, si estás con otros compañeros sigue hablando con ellos.
3. Los acosadores suelen meterse con las personas que consideran más débiles de lo que realmente son. Tú no eres menos fuerte -y fuerte no significa sólo fuerza física-, aunque el acosador quiera hacértelo creer. Ten confianza en ti mismo y no cedas a sus provocaciones.
4. Los acosadores se sienten fuertes atacando a una sola persona, pero les resulta muy difícil hacerlo con un grupo. Si no te sientes seguro, sal con tus amigos y no te quedes solo en momentos en los que creas que puedes encontrártelo.
5. No tengas miedo de pedir ayuda, es muy importante que lo hagas y no es un acto de debilidad. Si te acosan, habla enseguida con tu madre y tu padre y, si es posible, con un profesor. Si no puedes hablar, pide ayuda a un amigo cercano.
6. Cuenta exactamente lo que ha pasado, dónde y cuándo, qué ha hecho el acosador, cómo has reaccionado y desde cuándo.

¿Por qué es importante reaccionar?

Puede que te resulte difícil hablar de lo que te ha pasado. Es normal. Sientes vergüenza y pudor o respeto, y es precisamente sobre estas cosas sobre las que el acosador construye su fuerza. Sobre todo si la ofensa se basa en algo que percibes como culpa tuya, entonces tenderás a no hablar de ello porque te verías obligado a señalar lo que consideras un problema.

También tenderás a callarte por miedo a que el acosador tome represalias, pero esto sólo empeorará las cosas. Resistirse a los insultos sólo complicará la situación.

Como ves, a causa del acoso también está en juego tu bienestar mental, por lo que nunca debes descuidar el problema. Háblalo con tus padres o tu profesor y pregunta también qué medidas preventivas y comportamientos existen para contrarrestar el acoso.

Actividad

ACTIVIDAD. Lee la siguiente historia:

"Siempre me he preguntado por qué las chicas eran más malas que los chicos cuando se trataba de peleas. Era un día como otro cualquiera, subía las escaleras, la mochila en los hombros y una gran sonrisa a mi padre que me había acompañado al colegio. Trabajaba mucho porque estábamos solos, yo vivía con él desde que se divorció de mi mamá. Discutían todos los días y finalmente, cuando empezaba sexto grado, el juez me asignó a él porque era el único con un trabajo estable.

Volviendo a ese día, ese horrible día... Estaba en las escaleras y estaba feliz, después del cuarto o quinto escalón sentí que mi mochila me tiraba hacia atrás, un tirón fuerte y decidido que me hizo caer hacia atrás. No entendía lo que estaba pasando. Me dolía.

Dolor. Un dolor punzante al final de la espalda. Me había golpeado con los escalones, de nuevo sentía dolor. La cabeza. Un gran golpe en la cabeza. Delante de mí estaban Clara y Valentina: "¡Así aprendes a decir que hay deberes cuando a los profesores se les olvidan!". Se alejaron riendo y yo me quedé allí incrédula.

Me dolía más por dentro que por fuera. Llegué a clase sólo un poco tarde porque no tenía el valor de entrar llorando y fui al baño a enjuagarme la cara.

"¿Todo bien, Altegni?". "Sí, profesor", me limité a contestar, fingiendo calma, mientras oía de nuevo las risitas de Clara y Valentina. Pasé el recreo sentada pensando si contarle o no a mi padre lo que había pasado, pero él estaba muy cansado cuando llegó a casa a las nueve de la noche y yo no quería preocuparle también, era sólo una coincidencia, sólo un gesto estúpido. Eso pensaba, pero me equivocaba.

Los dos meses siguientes fueron un infierno: bromas, mis pertenencias acababan en la papelera y todos los recreos sin comer, porque mi almuerzo estaba destinado a los que no estaban llenos ese día.

Cada vez me sentía peor, los días en el colegio parecían no acabar nunca y no veía la hora de volver a casa, donde pasaba las tardes sola y triste, encerrada en mí misma como las flores por la noche que se cierran para protegerse del frío mientras yo sentía ese frío a mi alrededor.

Mis amigos, a los que conocía desde la escuela primaria, empezaron a notar que me comportaba diferente, ya que esos gestos cada día me dolían más y me costaban más de soportar. Al principio no tenía una respuesta que dar a sus preguntas, estaba enferma pero no quería entristecerlos, nadie querría contar cosas tan feas y tristes a sus amigos; me daba demasiada vergüenza. Mi padre no se daba cuenta de que adelgazaba, no se daba cuenta de que me pasaba horas llorando sola en el baño y ya no tenía ganas de hablar.

Estaba verdaderamente sola, sola como cuando uno tiene un gran problema y tiene mucho miedo a contarlo.

En el colegio la situación no hacía más que empeorar, cada vez me dominaba más lo que pasaba y el recreo era el peor momento del día.

"¿Por qué ya no puedo encontrar el dinero en mi banco?" Dijo Valentina con arrogancia. Tartamudeé algo indistinto.

"¿Cómo es que ya no puedes hablar? Y sin embargo hablas mucho con los profesores". Bajé los ojos.

"¡Mírame a la cara! Oh no, mamá y papá estaban demasiado ocupados discutiendo como para enseñarte modales".

No contesté.

"¡TE DIGO QUE ME MIRES!"

¡PAF!

Le di una bofetada, nunca pensé que podría golpear a mi compañera de clase, nunca lo hubiera hecho, no era propio de mí así que me arrepentí inmediatamente.

"¡Cómo te atreves estúpida!" Valentina no se lo esperaba, pensaba que podía insultarme cuando y cuanto le diera la gana. Corrió al baño con sus amigas persiguiéndola y yo con mi mano hormigueando de dolor.

Esa fue la última vez que me rebelé porque esa misma tarde Valentina llenó las redes sociales de fotos mostrando su mejilla roja y escritos llenos de odio.

Sólo ese hecho, no había ni rastro de lo que me había estado haciendo ella durante meses; no había pruebas de lo que sus amigos me habían hecho en las muñecas cada vez que tiraban de mí, no había ni una sola palabra que demostrara quién era la verdadera víctima. Estaba cansada de todo, incluso decidí no ir al colegio al día siguiente y luego al siguiente y así hasta el fin de semana. Papá no sabía nada.

El lunes siguiente entré en clase y me encontré con una profesora nueva, joven, sobre los treinta, el pelo oscuro lleno de rizos, una sonrisa amable que me calentó el corazón por un momento, haciéndome olvidar dónde estaba.

"Hola, ¿y usted es...?" "Michela, um... Michela Altegni". Debía de ser profesora sustituta o algo así, porque nunca la había visto, ni siquiera en el colegio.

"Hola chicos, soy la profesora Nille, Francesca Nille. Os enseñaré matemáticas y física durante los próximos tres meses, es decir, hasta el final de este curso escolar, porque vuestro profesor ha sido operado y por lo tanto seréis mi clase durante un tiempo". Era una persona energética y me

recordaba a quien fui yo tiempo atrás.

Los días siguientes ya nadie me molestaba, salvo algunos susurros y gritos en el baño y en el cambio de hora, algunas bromas sobre mi ropa. La profesora Nille me ayudaba, me explicaba las cosas una y otra vez si no las entendía y me empujaba a hacerlo lo mejor posible, llamándome a la pizarra y acallando algunas de las risitas habituales. Me apasionaban los temas científicos y casi me alegraba de ir a la escuela; al fin y al cabo, siempre me había gustado estudiar y aprender cosas nuevas.

Todo iba sobre ruedas cuando llegó mi cumpleaños y la pesadilla se manifestó de golpe. Toda la clase estaba llena de fotos y carteles, había animales y monstruos con mi cara y cáscaras de plátano y restos de comida en mi pupitre. Ese día a primera hora estaba programada la asamblea de clase y le había dicho la profesora Nille, que entraría media hora tarde para ir a hacerme los análisis de sangre a la clínica del pueblo.

Al parecer, alguien me oyó. Me quedé petrificado ante ese escenario, incrédula porque pensé que todo había terminado. Pero no. No había terminado en absoluto. Con las lágrimas cayendo por mi cara y las manos temblorosas por el miedo y el fuerte desánimo, me sentí arrastrada hacia la puerta por los continuos empujones de mis compañeros que me habían rodeado diciendo "ahora ya nunca serás feliz" "pensaba que podía salirse con la suya" "así aprende" "esta vez entenderás que es una perdedora" "¿la princesita tropezó con la zapatilla?". Abrieron la puerta y me echaron del aula. Corrí al baño, no quería creerlo. "¿Michela?" Dejé de sollozar y levanté la cara del lavabo sobre el que me había tirado para lavarme las lágrimas y la tristeza que parecían coser en mis ojos. Vi a la profesora Nille, tenía cara de preocupación. "Cuéntame qué ha pasado Michela, cálmate y respira"

Le conté mi situación, mi pasado con mis compañeros de clase y en cuanto llegué a lo que había pasado aquel día salió corriendo y la oí gritar: había entrado en mi clase y había visto lo que yo había visto justo antes.

Te puedes imaginar lo que pasó después de ese día, querida, llamaron al abuelo y a la abuela, el director nos hizo un largo discurso a todos los de la clase, pero entonces decidí cambiar de colegio; el abuelo pidió el traslado aquí, en Viterbo... ¡justo donde conocí a tu padre!".

"¡Santa Stephen!" dijo Francesca, mi pequeña Francesca que estaba haciendo en la escuela un proyecto contra el acoso en la provincia de Viterbo y me preguntó si alguna vez había vivido algo parecido. Eso me bastó para empezar a recordar aquellos meses negros del colegio.

"Mi amor recuerda siempre que todas esas cosas que parecen una broma, si se quedan en hechos aislados... todos juntos y repetidos en el tiempo tienen un nombre diferente. Se llama acoso y tú amor, tienes que llamarlo por su nombre, tu nombre es Francesca y el suyo es acoso, pero espero que nunca tengas que recordar esta palabra, significará que ese mal que le pasó a mamá no volverá a suceder y sólo será algo viejo, como la prehistoria." Le di un beso en la frente porque quizás era una conversación demasiado seria para una niña de primero de la ESO, pero creo que realmente entendió que cosas malas como esta no deberían pasar y en todo hay que llamarlas por su nombre y denunciarlas. El acoso parece un juego, pero es el juego que ningún niño debería

tener que aprender.

Historia sacada de:

https://www.focusjunior.it/junior-reporter-news/racconto-bullismo-michela-fiore-di-notte/

¡Llegó tu turno!

Después de leer esta historia, ¿por qué no intentas preguntar a tus padres si a tu edad vivieron experiencias similares a las de la madre de Michela?

Haz una entrevista basada en estas preguntas:

1. Hola mamá y papá, ¿cómo erais de pequeños?
2. ¿Erais tímidos o sociables?
3. ¿Te gustaba estudiar?
4. ¿Tus amigos te involucraban en las actividades de la tarde?
5. ¿O erais vosotros los que más implicabais a vuestros amigos?
6. Ahora que sois mayores y sois mis padres, ¿sabéis lo que es el acoso escolar? ¿Habéis oído hablar de él alguna vez de pequeños?
7. ¿Recordáis incidentes que hoy puedan describirse con el término "acoso escolar"?
8. En caso afirmativo, ¿podéis contarme al menos un incidente?
9. ¿Habéis hablado de ello con vuestros padres?

Gracias por responder a mis preguntas. Me han dicho que es importante hablar con un adulto sobre estos temas.