MANUAL DEL CURSO

Manual de Acoso Escolar (Bullying)

Cómo detectar, intervenir y prevenir el acoso escolar: perfiles, investigación, trabajo con el grupo, ciberacoso y decálogo para el profesorado.



Lee este manual online, gratis y sin registro

academia-formacion.com/manual-curso-bullying/

Cuando termines, haz el examen y obtén tu certificado en academia-formacion.com

Índice

Toca un título para saltar directamente a esa parte del manual.

MÓDULO I **Marco teórico del acoso escolar** 2

Unidad I. Introducción 2

Unidad II. ¿Qué es el acoso escolar? 2

Unidad III. Dinámica grupal del acoso escolar 4

Unidad IV. Perfiles de la persona agredida y de la persona que agrede 5

MÓDULO II **Fundamentos de la intervención** 8

Unidad V. Fundamentos de la intervención 8

Unidad VI. Qué no es esta intervención y errores que evitar 10

MÓDULO III **Investigación previa de la situación** 12

Unidad VII. ¿Por qué investigar? 12

Unidad VIII. Fuentes de información 12

Unidad IX. Dos situaciones básicas 14

MÓDULO IV **Pasos y ámbitos de afrontamiento** 18

Unidad X. Medidas disciplinarias y de contención 18

Unidad XI. Intervención sobre el grupo 18

Unidad XII. Intervención individual sobre la persona que agrede 20

Unidad XIII. Intervención individual sobre la persona agredida 21

Unidad XIV. Equipo docente y coordinación de la comunidad educativa 23

Unidad XV. Medidas concretas contra el ciberacoso 23

MÓDULO V **Evaluación de resultados y prevención** 25

Unidad XVI. La evaluación de los resultados 25

Unidad XVII. La importancia de la prevención 26

MÓDULO VI **Conclusiones y decálogo** 28

Unidad XVIII. Conclusiones 28

Unidad XIX. Decálogo contra el acoso escolar para el profesorado 28

REPASO **Datos clave para el examen del curso de Acoso Escolar** 30

MÓDULO I

Marco teórico del acoso escolar

Este manual ofrece al profesorado orientaciones para afrontar y resolver casos de acoso escolar de la forma más eficaz y concreta posible, con la flexibilidad necesaria para adaptarlas al contexto, a la edad del alumnado y a las características de cada caso. Este primer módulo explica qué es el acoso escolar, cómo funciona el grupo y qué perfiles suelen darse.

> **! AVISO**
>
> He corregido erratas del manual original (por ejemplo, una lista de «falsas creencias» mal redactada) y he añadido información sobre la normativa española actual, que no aparecía. Cada cambio está señalado con un aviso como este. (Aviso añadido a este manual.)

UNIDAD I

Introducción

Cualquier persona puede vivir acoso escolar en algún momento de su vida, y ciertos grupos sociales tienen más probabilidades de sufrirlo, entre ellos el alumnado con alguna discapacidad. Por eso es tan importante saber reconocer y afrontar el problema de forma rápida y resolutiva desde los primeros indicios.

El acoso afecta de forma transversal a una gran diversidad de alumnado. Por esa razón, el manual generaliza la terminología, la aplica a una sociedad diversa y solo menciona al alumnado con discapacidad en determinados casos.

> **! DATO AÑADIDO**
>
> En España, la Ley Orgánica 8/2021, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia (LOPIVI), obliga a los centros educativos a contar con protocolos frente a la violencia y a designar una persona coordinadora de bienestar y protección. Además, cada comunidad autónoma tiene su propio protocolo de actuación ante el acoso escolar: consulta siempre el de tu comunidad. (Aviso añadido a este manual.)

UNIDAD II

¿Qué es el acoso escolar?

Se denomina **acoso escolar** (o *bullying*) a cualquier forma de maltrato u hostigamiento físico, verbal o psicológico que se produce entre menores y jóvenes en edad escolar, de forma reiterada a lo largo del tiempo, en la escuela o en relación con ella.

Es la situación de maltrato de uno o varios compañeros o compañeras hacia una persona elegida deliberadamente, caracterizada por la desigualdad.

1 Rasgos del acoso escolar

- **Intencionalidad.** Una o varias personas agreden a alguien elegido deliberadamente.
- **Desequilibrio de poder.** La persona elegida está indefensa: no puede o no sabe defenderse. Es una relación abusiva, no un conflicto entre iguales en el que las fuerzas están más o menos equilibradas.
- **Reiteración.** Las agresiones se repiten. Si no se detiene, el maltrato puede consolidarse y abarcar cursos o etapas educativas enteras.
- **Daño.** Hay daños físicos o psicológicos en la persona agredida, lo que descarta que se trate de juegos o bromas.
- **Variedad de agresiones.** Pueden combinarse distintos tipos de maltrato.

2 Tipos de maltrato

FÍSICO

Directo: pegar, arañar, cortar el pelo, clavar objetos...

Indirecto: dañar o esconder enseres, material o ropa.

VERBAL

Directo: insultar, burlarse, poner motes...

Indirecto: difundir rumores.

SOCIAL O POR EXCLUSIÓN

Directo: no dirigir la palabra, apartar del grupo, impedir que participe en actividades.

Indirecto: dar la consigna de que los demás también le aíslen o excluyan.

AMENAZAS Y COACCIONES

Obligar a realizar actos no deseados.

SEXUAL

Físico: tocamientos.

Verbal: intimidaciones, frases obscenas.

CIBERACOSO

Difundir imágenes íntimas o textos ofensivos por redes sociales, suplantar la identidad en internet, etc.

3 Tres preguntas clave

1. ¿Observamos **agresiones** (verbales, sociales o físicas) **reiteradas** contra un alumno o alumna?
2. ¿La relación es **abusiva**? ¿La persona agredida no puede o no sabe defenderse?
3. ¿Se produce algún **daño**?

! CORREGIDO

El manual decía que, si la respuesta es afirmativa «en alguno de los tres casos», hay un posible caso de acoso. Lo más prudente es considerar que hay un posible caso cuando se dan juntos esos tres elementos (reiteración, abuso de poder y daño). Aun así, ante cualquier duda, conviene investigar. (Aviso añadido a este manual.)

4 Cómo vive la situación quien la sufre

Es habitual que las personas agredidas se inhiban y adopten una actitud pasiva y sumisa (**indefensión aprendida**), o que reaccionen con estallidos de ansiedad o de ira que agravan el problema. El disimulo de quien agrede, el silencio de quien lo vive por miedo o vergüenza y el encubrimiento del resto de la clase permiten que la situación se prolongue hasta normalizarse. Tanto la persona agredida (que puede llegar a culpabilizarse) como el grupo acaban viéndolo como algo normal.

Las consecuencias pueden ser más graves cuando las agresiones no son sistemáticas sino aleatorias, porque aumenta el sentimiento de inestabilidad en las relaciones.

5 Falsas creencias

- ✕ «Es un problema del alumnado de más edad». En realidad es más frecuente en Primaria y en los primeros cursos de la ESO.
- ✕ «Son solo agresiones físicas». Son muy frecuentes las agresiones verbales y de marginación dentro del grupo.

! CORREGIDO

La lista de «falsas creencias» del manual original estaba mal redactada: repetía dos frases casi iguales y presentaba como «falsa creencia» una afirmación verdadera. La he reescrito para que cada creencia falsa vaya acompañada de su corrección. (Aviso añadido a este manual.)

UNIDAD III

Dinámica grupal del acoso escolar

Aunque no forma parte de la definición habitual, un rasgo muy característico del acoso es que su existencia es conocida y tolerada o incluso alentada por el resto del alumnado. La relación abusiva no se limita a una persona agresora y otra agredida: el grupo de iguales conoce la agresión y puede tomar partido o no. No intentar evitarla es una forma de permitirla o de alentarla.

Este manual entiende que el acoso responde a dinámicas de poder dentro del grupo infantil o adolescente y a la búsqueda de un lugar propio reconocido. Las agresiones se hacen siempre ante una audiencia de iguales, y suelen responder a la voluntad de la persona agresora de protagonizar incidentes llamativos, divertidos o al menos tolerables ante el resto, a costa de una persona en la que detecta una vulnerabilidad.

RECUERDA

El grupo de iguales, de forma activa o pasiva, fomenta o encubre el acoso. Su papel es clave en el mantenimiento del maltrato y, por tanto, debe ser un componente fundamental de cualquier estrategia de solución.

1 El triángulo del acoso escolar

El acoso no consiste en agresiones indiscriminadas en grupo: se definen roles muy claros en lo que se llama el **triángulo del acoso escolar**.

PERSONA AGRESORA

Una o varias personas que maltratan.

PERSONA AGREDIDA

Según sus reacciones puede ser pasiva, activa o provocadora.

TESTIGOS

Personas del grupo que conocen el maltrato y no reaccionan, a menudo por miedo a las represalias.

A veces el alumnado testigo dice que no sabe qué hacer y que, al ponerlo en conocimiento de una persona adulta de confianza, no hubo respuesta o la respuesta fue un castigo general.

2 Roles de los testigos

- **Colaboradoras activas:** toman partido abiertamente y participan en el maltrato, o aplauden y jalean la agresión.
- **Colaboradoras pasivas:** no participan activamente, pero permiten o alientan el maltrato con su indiferencia.
- **Neutrales:** se limitan a observar sin intervenir. A menudo no justifican el maltrato e incluso se sienten mal por permitirlo, pero temen las represalias y que les llamen «chivatos». Por eso no se atreven a informar.
- **Defensoras:** solo ocasionalmente surgen personas que defienden a la persona acosada y, por lo general, de forma esporádica.

UNIDAD IV

Perfiles de la persona agredida y de la persona que agrede

1 La persona que vive el acoso

En principio, cualquier alumno o alumna puede vivir acoso escolar. Incluso quien no tiene dificultades aparentes, está bien relacionado y es competente socialmente puede vivirlo si se pone en el punto de mira de una persona agresora. Hay que dejar claro que **el problema nunca reside en la persona que vive la agresión, sino en las dinámicas relacionales que se han construido**.

No obstante, hay un perfil de alumnado con más probabilidades de vivir acoso. Suele caracterizarse por:

- No responder ante las agresiones.
- Timidez e introversión.
- Ser poco comunicativo y tener dificultades para expresarse, pedir ayuda o contar lo que le ocurre.
- Ser poco asertivo.
- En ocasiones, ser sensible y muy responsable.
- Tener pocas amistades y pocos apoyos dentro del grupo.
- En ocasiones, destacar por algún rasgo físico evidente.
- En ocasiones, tener problemas de aprendizaje y no sentirse cómodo en el entorno escolar.

Según las estadísticas, algunos colectivos son especialmente vulnerables:

- → Alumnado con discapacidad (física, intelectual, psíquica...).
- → Alumnado con una orientación sexual no heterosexual.
- → Personas con rasgos autistas.
- → Alumnado con altas capacidades.
- → Personas de origen extranjero o pertenecientes a minorías étnicas.
- → Alumnado con hiperactividad, dislexia u otras dificultades de aprendizaje.

! RECUERDA

Como docentes debemos estar especialmente atentos a este alumnado y a quien, por sus características, resulte diferente respecto a la norma del centro. Usamos la observación para detectar si se encuentra en una situación vulnerable. Ninguno de estos rasgos es una causa del acoso.

! CORREGIDO

El manual decía que usamos «nuestro instinto» para detectar la vulnerabilidad. He sustituido esta expresión por «la observación» y he añadido que los rasgos descritos no explican ni justifican el acoso. (Aviso añadido a este manual.)

2 La persona que realiza el acoso

Si existe un perfil de la persona que agrede, es posible que tenga, con distinta intensidad, algunas de estas características:

- Gran capacidad de manipulación.
- Desprecio por las normas y los límites.
- Agresividad y creencia de que la violencia es aceptable («si no pisas a los demás, te pisarán a ti»).

- Capacidad de liderazgo o influencia en el grupo: puede ser popular y también temida por sus iguales.
- Impulsividad y baja responsabilidad.
- Baja conciencia del daño que causa y poca empatía.
- Una «sinceridad» que a veces es desafiante o provocativa.
- Búsqueda de límites.
- En ocasiones, no tener una red de relaciones suficientemente segura.

Normalmente la persona que agrede está en la misma clase que la agredida y no siempre es alguien «problemático» a ojos del profesorado. Es menos frecuente que sea de otra clase o de un curso superior, aunque también puede ocurrir.

! ATENCIÓN

A veces, sobre todo en edades inferiores, quien agrede es un alumno o alumna con bajo rendimiento, pocas habilidades sociales y que es rechazado en el grupo. En estos casos la falta de habilidades sociales y de empatía tiene un papel causal claro y hay que abordarla con especial énfasis, igual que los posibles problemas familiares o de otro tipo.

MÓDULO II

Fundamentos de la intervención

Este módulo explica los principios en los que se basa la intervención ante un caso de acoso escolar, qué no es esta propuesta y qué errores conviene evitar.

UNIDAD V

Fundamentos de la intervención

1 Qué se pretende y quién interviene

- **Una intervención operativa.** Va dirigida al problema concreto de un caso de acoso en el aula. Hay que resolverlo con eficacia y en un tiempo razonablemente breve. Los resultados esperados son: el fin de los incidentes, el cese de las agresiones, la mejora del estado de la persona agredida, la sensibilización de los testigos, la adquisición de otros modelos de relación por parte de quien agrede y una convivencia cordial en el aula.
- **El aula es el lugar donde se resuelve el problema**, aunque las agresiones se hayan producido en otros espacios.
- **El profesorado dirige y aplica la intervención.** Preferiblemente, el tutor o tutora del grupo, por su proximidad, conocimiento y autoridad. Si no puede, otro docente muy cercano, en coordinación con el equipo de orientación o la comisión de convivencia del centro. Puede contar con otros perfiles profesionales, pero conserva el control de la intervención.
- **Trabajo en equipo.** Una buena resolución implica a toda la comunidad educativa, incluidas las familias de las personas implicadas.
- **El triángulo del acoso.** La intervención se basa en el triángulo (agresores, agredido y testigos). No será completa si excluye a uno de los tres elementos.

! DATO AÑADIDO

El manual no menciona que, desde la LOPIVI, los centros tienen una persona coordinadora de bienestar y protección, que debe estar al tanto de los casos. Además, ante hechos graves o que puedan ser delito, el centro debe comunicarlo a las autoridades que corresponda (dirección, inspección educativa, y Fiscalía o fuerzas de seguridad si procede). (Aviso añadido a este manual.)

2 Cómo se actúa con cada parte

EL GRUPO

El objetivo es **romper los pactos de silencio** y el maltrato normalizado, y cambiar actitudes y conductas para que sean incompatibles con el acoso.

Hay que desmontar la palabra «chivato», que es la mordaza que protege a quien agrede. Se pueden hacer preguntas como: «Si te agreden o te roban en la calle, ¿denunciarlo en comisaría sería ser un chivato?» o «Si maltrataran a tu hermano pequeño, ¿habría que callarse y permitirlo?».

Hay que lograr que los testigos se unan para denunciarlo en bloque («la unión hace la fuerza»), lo que reduce las represalias. También puede ser eficaz un buzón de denuncias anónimas en clase.

LA PERSONA QUE AGREDE

El enfoque es principalmente **no culpabilizador**: se trata de generar empatía y erradicar las conductas agresivas. A veces, tras quien agrede hay alguien que aprende y busca su lugar, y que puede sufrir violencia familiar, marginación o falta de afecto.

Hay que dejarle claro que no se va contra él o ella, sino contra esas conductas, que se le quiere ayudar y que no se consentirá ninguna agresión.

LA PERSONA AGREDIDA

Debe sentirse acogida, comprendida y protegida por el tutor o tutora, el profesorado y toda la comunidad educativa. Hay que ser receptivos, abrir canales de comunicación y garantizarle **confidencialidad** desde el primer momento, sobre todo si es ella quien lo cuenta.

! ATENCIÓN

El manual dice que se garantiza «la confidencialidad absoluta». En la práctica, hay que ser honestos: la información debe compartirse con quien tiene que actuar (dirección, coordinación de bienestar, familias) y, en algunos casos, comunicarse a otras autoridades. Lo que debe protegerse es que la persona no quede expuesta ante el grupo, y explicarle con claridad con quién se va a compartir. (Aviso añadido a este manual.)

3 Evitar la doble victimización

Hay que evitar con especial cuidado la **doble victimización**, que consiste en atribuir a los rasgos y comportamientos de la persona agredida el acoso que sufre. Ser tímida, introvertida, poco asertiva, poco convencional, pertenecer a una minoría o tener necesidades específicas de atención educativa no debe argumentarse nunca como excusa, ni siquiera de forma indirecta.

Son frecuentes comentarios como «Esta niña no tiene habilidades sociales», «Este niño es rarito, no sabe relacionarse», «Acabará en la cárcel» o «No hay nada que hacer con él». Son errores graves de atribución que acaba pagando el alumnado y el clima de convivencia.

4 Tolerancia cero

Ante las agresiones se aplica el principio de **tolerancia cero**: aplicar, sin excusas, el reglamento a cualquier infracción detectada y la sanción correspondiente. Es una forma de enviar al grupo un mensaje claro: se ha sobrepasado un límite y el maltrato no es admisible. No actuar, pensando que el problema se resolverá solo, es un error: normalmente empeora.

Aun así, las sanciones por sí solas no eliminan las causas, por lo que la reincidencia es muy probable si no se toman medidas no sancionadoras de más calado. Las actitudes que se quieren promover se concretan al máximo para el caso y se practican con técnicas variadas hasta que quedan bien asentadas. La guía aspira también a que el alumnado generalice lo aprendido y desarrolle actitudes más empáticas, responsables y protectoras.

> **! DATO AÑADIDO**
>
> Las sanciones deben ajustarse al reglamento de régimen interior, al plan de convivencia del centro y a la normativa de cada comunidad autónoma. Si la persona que agrede presenta trastornos, déficits o conductas desadaptativas claras (agresividad impulsiva, falta de habilidades sociales o de empatía básica), se deriva a un profesional competente para una intervención terapéutica individual. (Aviso añadido a este manual.)

UNIDAD VI

Qué no es esta intervención y errores que evitar

1 Lo que esta propuesta no es

- ✕ **No es mediación.** La mediación es más adecuada para otros conflictos escolares. En el acoso, una mediación que pone en igualdad a quien agrede y a quien sufre no solo no es eficaz, sino que puede ser perjudicial.
- ✕ **No es una intervención dirigida a alumnado con problemas de conducta o de relación.** Puede beneficiarles, pero se centra en lograr un buen funcionamiento del grupo. En muchos casos, un ambiente grupal favorable basta para favorecer la recuperación de las relaciones.
- ✕ **No es un programa de prevención.** Existen programas de prevención que dan buenos resultados. Esta propuesta aborda casos que ya han aparecido; intervención y prevención se complementan.
- ✕ **No es un protocolo de acoso.** No pretende documentar acciones ni designar responsables. Puede consultarse como material complementario durante un protocolo.

2 Errores que conviene evitar

- ✕ **Careos** entre quien agrede y quien es agredido: pueden resultar intimidatorios e incómodos.
- ✕ **Interrogar en grupo** a los testigos: hay que hacerlo individualmente, para contrastar los testimonios.

- **Exponer a la persona agredida** ante el grupo, por ejemplo en un debate en clase sobre «su problema».
- **Centrar la intervención en la persona agredida**, porque puede parecer que es ella quien tiene problemas y no quien la ha agredido.
- **Incomodar o fatigar a la persona agredida** con interrogatorios, vigilancia o cuestionarios.

MÓDULO III

Investigación previa de la situación

La intervención consta, normalmente, de tres fases: investigación previa, intervención y evaluación del resultado. En la práctica no siempre están claramente separadas: mientras evaluamos la situación y entrevistamos al alumnado, mostrando interés por sus problemas, ya empezamos a tener efectos. Este módulo se centra en la investigación previa.

UNIDAD VII

¿Por qué investigar?

El acoso escolar es, por naturaleza, poco visible para las personas adultas. Cuando sospechamos de un caso o nos llega una noticia, es posible que no tengamos una idea clara de lo que ocurre: muchas personas tienden a callarlo, quien agrede a disimular y el grupo a encubrirlo, por miedo, inseguridad o para no ser el «chivato». Sin información no podemos actuar con eficacia.

La evaluación de la situación es el primer paso y debe responder a estas preguntas:

- **Cuándo** empezó el acoso y cuánto ha durado.
- **Gravedad** del caso.
- **Principales agresiones** y su estilo: físicas o más bien psicológicas.
- **Dónde** han ocurrido sobre todo (patio, comedor, vestuarios, calles cercanas al centro...).
- **Quiénes** están implicados y qué papel tiene cada uno (agredir, recibir la agresión, jalear, mirar hacia otro lado).

UNIDAD VIII

Fuentes de información

Se pueden combinar cuatro fuentes de información, ordenadas según su utilidad.

1 La observación

A menudo las sospechas surgen de pruebas indirectas, conductas poco habituales o cambios bruscos en el aspecto o el comportamiento. Algunas señales:

- Cambios bruscos de comportamiento o irritabilidad extraña.
- Tristeza.
- Dormir mal o tener pesadillas.
- Pérdida de apetito o comer compulsivamente.
- Quejarse de no tener amigos en clase.
- «Perder» continuamente material escolar.
- Llorar o temer el momento de ir a la escuela.

- Caminar encogido, con la cabeza gacha y sin brillo en la mirada.
- Llegar tarde o faltar mucho a clase.
- Caídas bruscas del rendimiento sin explicación aparente.

Algunos cambios difíciles de ver en el colegio nos los pueden comunicar las familias en las entrevistas de tutoría. En edades más pequeñas pueden darse regresiones como enuresis o encopresis, cambios en el tipo e intensidad del juego, rabietas o alteraciones en los temas y colores de los dibujos. Por eso, ante cualquier sospecha es muy conveniente contactar con la familia para contrastar información.

> **! IMPORTANTE**
>
> Estas señales no prueban por sí solas que haya acoso: también pueden deberse a otras causas. Sirven para empezar a hablar, observar y preguntar con tacto. (Aviso añadido a este manual.)

Mucha atención a los signos de marginación social

Hay que estar especialmente alerta con el alumnado que:

- Se queda solo en un rincón del patio o del pasillo.
- No tiene a nadie que se siente a su lado en el autocar o en las salidas.
- Nunca es elegido en trabajos en grupo, deportes o juegos de equipo.
- Se acerca continuamente al docente buscando seguridad en la compañía de un adulto.
- Prefiere quedarse en clase o en la biblioteca antes que salir al patio.

Pueden ser señales de que viven acoso. Acerquémonos, hablemos y observemos, y comentémoslo con el equipo docente.

2 Las entrevistas informales

¿Por qué no preguntar directamente a las personas implicadas? Serán nuestra principal fuente de información. Aunque el acoso puede pasar desapercibido a los adultos, suele ser bien conocido por los compañeros y compañeras de clase.

- Con quien está bien relacionado y es comunicativo y con quien tenemos buen vínculo, podemos obtener buenas pistas. También con delegados y delegadas, con la persona agredida o marginada y con sus compañeros más cercanos.
- También con las familias: madres y padres suelen ser los primeros en detectar el acoso (o algún síntoma), por sus propios medios o a través de familiares, hermanos, pediatras o profesionales que atienden a los menores.

Con la persona que vive las agresiones, hay que hablar en un entorno tranquilo en el que se sienta protegida. El tono y el vocabulario deben adaptarse a su edad y momento madurativo. No es buena idea preguntar donde haya público o donde quede en evidencia. Importa la confidencialidad y que perciba desde el principio que estamos de su parte. Muchas personas callan por miedo o vergüenza, les cuesta hablar del tema y quizá no entiendan qué ocurre ni sus consecuencias: démosles el tiempo que necesiten, con calidez y empatía, respetando su versión sin discutirla ni ponerla en duda.

No se trata de diagnosticar, sino de acopiar información para intervenir. Al hablar con quienes han vivido las agresiones y con los testigos de forma empática, permitiendo que se expresen y mostrando apoyo, ya empezamos a modificar la situación que favorece el acoso.

3 Actividades y debates en clase

Es poco habitual que en los centros se hable de «acoso escolar». Es una realidad oculta, un tabú, y por eso es tan difícil de erradicar. Hay que darle carta de naturaleza, abordarlo en clase, desenmascararlo y enseñar a detectarlo. Cuando los adultos hablan sin tapujos, los menores también lo hacen. Conviene tratarlo en las tutorías desde Educación Infantil y en todas las etapas, con normalidad y de forma cotidiana como prevención.

A partir de Infantil debería hacerse alguna actividad sobre el acoso y su prevención: una obra de teatro, una película, un vídeo o un texto, dentro de alguna asignatura. Después se puede pedir al alumnado que responda a varias preguntas, una de las cuales puede ser si ha identificado una situación parecida en clase o en el centro. Es muy posible que las respuestas reflejen el problema real, incluso con detalles y nombres. Estas actividades aportan información y además crean conciencia en el grupo y le hacen replantearse sus actitudes.

También ayudan los **círculos de diálogo**, los **buzones anónimos** y los espacios de tutoría individual o grupal.

4 Instrumentos estandarizados

No son imprescindibles; el manual considera más útiles las tres opciones anteriores. Conviene conocer dos:

- **Sociogramas.** Muestran quién ejerce liderazgo o es aceptado por el grupo y quién es rechazado o tiene pocos vínculos. Una baja aceptación y pocas amistades son factores de riesgo de vivir acoso.
- **Cuestionarios.** Existen varios cuestionarios estandarizados que registran el acoso, sus formas, su intensidad y la gravedad de las consecuencias. Son de especial interés los que se aplican a toda la clase y permiten identificar el rol de cada persona (agresor, testigo o víctima). Hay que elegir el adecuado para la edad.

> **! ATENCIÓN**
>
> Estos instrumentos deben usarlos profesionales con experiencia. No siempre conviene aplicarlos, sobre todo si ya hay problemas graves en la clase. Hay que evitar que su uso perjudique a la persona que sufre el acoso, por ejemplo agobiándola con cuestionarios o señalándola ante sus compañeros.

UNIDAD IX

Dos situaciones básicas

La investigación previa, que debe ser breve pero intensa, nos da una idea general del problema. Casi siempre aparecerán dos grandes grupos de situaciones, y conviene distinguirlas porque se abordan de

forma bastante distinta.

SITUACIÓN A

Una persona agresora solitaria, con problemas de conducta y adaptación

Se ve sobre todo en edades inferiores. Actúa en solitario y suele tener algún problema académico, familiar o de otro tipo. Es agresiva o torpe con sus iguales, con pocas habilidades sociales, pocos amigos y baja autoestima, y es poco apreciada o rechazada. Las agresiones suelen ser físicas o verbales y bastante explícitas. A veces ha recibido o recibe agresiones de otro igual o en otros entornos.

SITUACIÓN B

Una o varias personas que agreden y están bien integradas en el grupo

Es el caso más común, sobre todo desde los últimos cursos de Primaria. Quienes agreden, de ambos sexos, suelen estar bien adaptados, ejercen cierto liderazgo o influencia, son socialmente hábiles y gozan de buena consideración. No suelen tener problemas de autoestima ni académicos, y es frecuente detectar dominancia, rudeza, impulsividad y capacidad de manipulación.

Las agresiones son más sofisticadas: movilizar a varios alumnos o al grupo entero contra la persona acosada, marginarla o aislarla, difundir rumores o usar maliciosamente las redes sociales (ciberacoso).

1 Enfoque en la situación A

El trabajo principal se hace con quien agrede. Se recomienda un enfoque no culpabilizador, aunque dejando claro qué conductas son inadecuadas y no aceptables, y recurriendo a sanciones si hace falta. A la vez, se fomentan conductas alternativas, con refuerzo positivo o recompensas verbales o de otro tipo, de la forma más concreta posible. Por ejemplo, premios o reconocimientos si pasa una semana entera sin incidentes, o si mejora en los momentos o situaciones conflictivos (comedor, Educación Física, salida del centro...).

También pueden trabajarse en clase o en consulta, con ayuda de especialistas, las habilidades sociales, el malestar que lleva a la agresión y los problemas personales. Podemos buscar áreas de interés en las que se sienta cómodo para mejorar su autoestima. El objetivo final es que comprenda las consecuencias de su conducta y mantenga conductas más adaptadas, empáticas y constructivas que sustituyan la agresión a personas más vulnerables.

Con la persona agredida, es prioritario restablecer su bienestar: frenar cualquier agresión, ayudarle a tranquilizarse y a recuperar la confianza perdida en la escuela. Es posible que durante un tiempo muestre ansiedad o dificultades para concentrarse y relacionarse. Hay que prestar atención a su estado emocional, ser pacientes, cálidos, disponibles y comunicativos hasta tener la certeza de que se ha recuperado, y seguir disponibles después.

- **Supervisión.** Puede hacer falta vigilar los momentos y lugares donde hubo agresiones (rincones del patio, comedor, vestuarios...).

- **Separación física.** Según la gravedad, se pueden modificar horarios y rutinas para que no coincidan. Un cambio de clase solo se plantea en casos extremos y siempre se refiere a la persona que agrede, no a la agredida.
- **Que la supervisión recaiga en quien agrede.** Un ejemplo de doble victimización es vigilar o cambiar de clase de forma muy visible a quien ha vivido el acoso, porque transmite que ella es el problema. La persona agredida debe percibir que se recupera la normalidad.

El tema puede trabajarse con el grupo de dos formas:

- **Directamente.** En una sesión de tutoría se comenta con la clase lo ocurrido desde un enfoque no culpabilizador: se condenan los hechos y las conductas, nunca a las personas, y se destacan sus dificultades. Se fomenta la empatía, por ejemplo invitando al grupo a ponerse en el lugar de la persona agredida. Hay que lograr la condena de los actos, la comprensión del sufrimiento y el compromiso activo de colaborar para acabar con las agresiones.
- **Indirectamente.** En casos incipientes o poco graves, puede ser preferible no señalar al alumnado implicado ni los hechos. Se trabaja con ejemplos, historias, cuentos o vídeos parecidos a lo ocurrido, para que sea fácil relacionarlos con la situación real.

Una vez creada la conciencia del problema, se trabajan instrucciones y conductas ante situaciones conflictivas parecidas a las ocurridas, con indicaciones concretas: no reírse, no animar a quien agrede, interponerse, ponerse al lado de la persona agredida, buscar la ayuda de un adulto y comunicarlo al tutor o tutora. A veces basta con tratar el tema en tutoría; se puede reforzar con un contrato o un acto simbólico de compromiso del grupo contra el acoso.

2 Enfoque en la situación B

Es más frecuente y más compleja: el grupo o gran parte de él participa en el acoso, que puede haberse normalizado (también para la persona agredida), y hay mecanismos de prestigio y liderazgo que lo impulsan. Por ejemplo, «poner en su lugar» a un posible competidor, alejar de su círculo a quien se percibe como «diferente» o ganar prestigio con acciones atrevidas.

Una posible ventaja es que quien agrede no es necesariamente «problemático» ni carece de habilidades sociales, por lo que algunos expertos consideran estos casos de mejor pronóstico. Pero suele tener poca conciencia del daño y poca empatía, o justifica sus actos («se lo ha buscado», «lo provoca», «es su problema»), a veces con una «sinceridad» desafiante. Estos aspectos hay que trabajarlos individualmente.

- **El trabajo en grupo es fundamental.** Los testigos tienen un papel importante en fomentar o sostener el acoso. Conviene usar la persuasión por encima de la imposición, trabajar la solidaridad con la persona agredida y crear conciencia del daño y del riesgo de ciertas conductas. Se alternan actividades generales con la práctica de habilidades concretas.
- **Protección inmediata de la persona agredida.** Aquí hay agresiones más sutiles, como la marginación o los rumores, contra las que es más difícil protegerla. Por eso es clave restablecer vínculos sanos entre el alumnado y romper su aislamiento.
- **Adaptarse a la edad** con un lenguaje y unos contenidos adecuados. En los casos de tipo B es muy posible que aparezca ciberacoso desde los últimos cursos de Primaria, y habrá que tratar el uso agresivo de las redes sociales.

RECUERDA

En el siguiente módulo nos centramos en los pasos y ámbitos de intervención en las situaciones de tipo B, aunque muchas medidas también sirven para las de tipo A.

MÓDULO IV

Pasos y ámbitos de afrontamiento

Este módulo recoge los pasos y ámbitos de actuación ante un caso de acoso escolar, con especial atención a las situaciones de tipo B: medidas disciplinarias, trabajo con el grupo, con quien agrede y con quien sufre, coordinación del equipo y ciberacoso.

UNIDAD X

Medidas disciplinarias y de contención

Son el primer paso, obligado y necesario, ante una agresión de este tipo: hay que aplicar la sanción prevista en el reglamento del centro. Es una forma de marcar límites y dejar claro a quien agrede y a todo el alumnado que ciertas conductas no son aceptables: tolerancia cero ante las agresiones.

- **No quedarse solo en la sanción.** Si no cambia la dinámica de la clase, y en especial las actitudes, una vez pasado el efecto del castigo la persona agresora puede repetir sus conductas contra la misma persona u otra, vengarse (quizá de forma más disimulada) o amenazarla para que no denuncie. Hay que ir más allá y modificar la raíz del problema.
- **Dirigir la sanción al comportamiento, no a la persona.** Culpabilizar puede provocar rechazo y distanciamiento.
- **Sanciones no punitivas.** A veces dan buenos resultados las que tienen un elemento educativo o restaurador, como una tarea comunitaria o de cuidado de alumnado de menor edad. Su cumplimiento puede incluirse en un trabajo más amplio sobre las actitudes y el comportamiento de quien agrede.
- **Protección de la persona agredida.** En agresiones físicas de cierta gravedad, es aconsejable una separación física urgente. El criterio que guía la actuación es garantizar su seguridad y bienestar.

> **! ATENCIÓN**
>
> Algunas situaciones típicas de acoso no son estrictamente sancionables según el reglamento, porque consisten en aislar o hundir a alguien mediante la presión social, no con agresiones abiertas. Aunque no haya acción disciplinaria, la intervención sigue siendo igual de necesaria.

UNIDAD XI

Intervención sobre el grupo

Hay dos formas de aproximarse al grupo: la directa y la indirecta.

DIRECTA

Si ha habido incidentes graves, han sido de dominio público o han dado lugar a una sanción, el caso se puede tratar en clase explicando exactamente qué ha pasado, cuál ha sido el papel de cada persona y cómo se ha podido sentir la persona acosada.

INDIRECTA

En casos incipientes o más sutiles, de acoso relacional o social y sin agresiones abiertas denunciadas, se hace una actividad relacionada con el tema (teatro, película, vídeo o texto) dentro de alguna asignatura. Después se pide al alumnado que responda, por ejemplo, a cómo cree que se ha sentido la persona agredida y si ha identificado una situación parecida en la clase.

Es posible que las respuestas reflejen el problema real, con detalles y nombres. Es una forma semiabierta con la que el grupo empieza a tomar conciencia.

Ambas actividades (explicar el caso concreto y la actividad de concienciación) pueden hacerse en paralelo.

1 Otros recursos útiles

- **Sesión general sobre acoso escolar**, para aclarar la situación y deshacer falsas creencias, como que el acoso son solo agresiones físicas y que ridiculizar o marginar no forma parte de él. Se trabaja especialmente la empatía con las personas agredidas.
- **Sesiones sobre temas concretos** relacionados con el caso: ciberacoso, si ha habido acoso por redes; discriminación por género u orientación sexual, si ha influido en señalar a la persona elegida.
- **Sesiones para practicar conductas concretas**, con situaciones imaginarias o juegos de rol. Por ejemplo, qué hacer si se recibe un mensaje que anima a ignorar a un compañero o a difundir una foto o un rumor, a dónde recurrir y cómo pedir ayuda. Hay que dejar claro que no deben sumarse a ninguna agresión que presencien, ni activamente ni con aceptación pasiva, lo que incluye abstenerse de difundir rumores, fotos o mensajes ofensivos.
- **Tutorías** sobre violencia entre iguales, derechos individuales, resolución de problemas o habilidades sociales.
- **Movilizar a los compañeros de la persona agredida** para apoyarla si se ha visto aislada o sola, mostrando interés por su bienestar y facilitando que el grupo vuelva a acogerla.

2 Consejos para la intervención del tutor o tutora

La intervención varía según las circunstancias del caso, las características del grupo y la edad. Algunos consejos útiles:

1. **Paciencia.** Modificar las actitudes del grupo puede llevar tiempo y requerir actividades múltiples y variadas.

2. **Instrucciones realistas y coherentes con el entorno.** No se puede pedir que se denuncien agresiones si el alumnado no sabe cómo o dónde, si el procedimiento les deja en una situación incómoda ante sus iguales o si no estamos dispuestos a afrontarlas y trabajarlas en el grupo.
3. **Instrucciones concretas** y, si es posible, ensayadas y repasadas. No se pueden esperar conductas espontáneas contra el acoso si antes no se ha enseñado cómo actuar.
4. **Persuasión mejor que imposición** con el alumnado de más edad, sobre todo en la adolescencia, que suele reaccionar con rebeldía a las órdenes de los adultos. Puede ser muy favorable que el propio grupo determine sus normas internas, consensuándolas con el tutor o tutora.
5. **Compartir los resultados** con la clase y felicitarla por los éxitos.

> **! RECUERDA**
>
> El objetivo del trabajo en grupo es romper los pactos de silencio y las situaciones de maltrato normalizado, promoviendo un cambio de actitudes y conductas ante la agresión, creando conciencia del daño y fomentando la empatía con la persona agredida, sin cargar las tintas contra la persona agresora.

3 Errores que evitar con el grupo

- **Basar la intervención en una sola actividad.** Por ejemplo, si el caso tiene tintes homófobos, un taller aislado sobre homofobia puede, paradójicamente, hacer más llamativa la situación de las personas no heterosexuales ante el grupo y confirmar su exclusión.
- **Exponer a la persona acosada ante el grupo** de forma que, aun sin querer, se le imponga un rol de víctima. Puede que no quiera hablar en público de cómo se ha sentido, y hay que respetarlo, o que prefiera hacerlo después de escuchar a las demás.
- **Centrar medidas como la vigilancia en la persona acosada.** Si se la cambia de clase o se la vigila de forma especial, se puede reforzar su imagen de «problemática» o de «víctima» ante el grupo.

UNIDAD XII

Intervención individual sobre la persona que agrede

No es casual que se aborde primero el tratamiento de quien agrede. Es natural volcarse en quien lo ha vivido, pero no se puede olvidar que el auténtico problema está en quien o quienes agreden. Detrás de toda situación de acoso hay personas identificables que protagonizan o precipitan los incidentes.

- **Con problemática explícita** (comportamiento agresivo, dificultades para relacionarse o resolver problemas personales; la situación A), se trabaja por parte del profesorado y, si hace falta, de especialistas.
- **Sin déficit particular.** En muchos casos, quienes lideran las agresiones no tienen déficit interpersonal ni intelectual y pueden ser populares y hábiles socialmente. Entonces conviene dirigirse a cambiar su actitud y su comportamiento.

En las tutorías individuales pueden aparecer dificultades por su bajo nivel de reconocimiento del problema. En principio no han vivido lo ocurrido como algo doloroso, y es posible que se hayan divertido. La conciencia del daño suele ser muy baja y son frecuentes justificaciones como «no es para tanto», «solo eran bromas» o «es que nos provocaba». En muchas personas que agreden subyace además la creencia de que usar la agresividad para conseguir sus fines es positivo y que no hacerlo es de tontos o de débiles. En las sesiones individuales se trabajan estas actitudes y creencias mediante la discusión, la reestructuración de ideas y ponerse en el lugar de quien vive la agresión.

1 Dos líneas de trabajo

- **Condena de los actos.** Es más útil condenar los actos que a las personas, porque la culpabilización puede generar resistencias o efectos no deseados.
- **Educación emocional.** Ponerse en el lugar del otro y crear conciencia del daño causado. Se pueden combinar ambos enfoques.

Lo ideal es que la reflexión culmine en el reconocimiento de la mala actuación, una petición de perdón a las personas dañadas y actividades de reparación del daño. Sin embargo, esto puede llevar tiempo y es mejor no precipitarse para cerrar el capítulo cuanto antes: el «arrepentimiento» y el «pedir perdón» no tienen ninguna trascendencia real si antes no se ha tomado conciencia del daño.

En paralelo, se pueden proponer y enseñar conductas alternativas al acoso en los momentos y lugares en que ha habido agresiones, modificando el contexto cuando proceda. Los progresos se reconocen o premian de forma verbal o con otras recompensas. Con alumnado de más edad suele funcionar mejor buscar su colaboración que imponerse. En cualquier caso, la aproximación depende de los hechos, de su predisposición y de su personalidad.

> **! ATENCIÓN**
>
> Pedir perdón de forma forzada o apresurada, o hacerlo cara a cara con la persona agredida si esta no lo desea, puede ser contraproducente. Antes hay que asegurarse de que quien agrede ha tomado conciencia del daño y de que la persona agredida está de acuerdo. (Aviso añadido a este manual.)

UNIDAD XIII

Intervención individual sobre la persona agredida

Una persona acosada ha sufrido y necesita apoyo y comprensión. Puede haber perdido su confianza básica en la escuela, o parte de ella, y hay que ayudarle a recuperarla.

Es posible que presente afectaciones de distinto tipo. Las más leves son nerviosismo o distracciones en clase y una actitud poco comunicativa y apática. En los casos más graves pueden aparecer síntomas de ansiedad o depresión. Durante un tiempo hay que tener paciencia y comprensión si comete más errores o colabora menos. Son muy importantes el diálogo y la confianza, y contar con una persona adulta de referencia en el centro, idealmente su tutor o tutora, a quien pueda acudir en momentos complicados sin sentirse juzgado.

Hay que tener en cuenta en qué espacios ha sufrido agresiones o se siente insegura (vestuarios, patio, comedor, alrededores del centro) y prever medidas especiales que le aporten seguridad, comprobando en sesiones individuales si funcionan.

Muchas personas, a causa del acoso, adoptan un papel pasivo propio de la indefensión prolongada o reaccionan de forma inadecuada, por ejemplo con estallidos de ira que agravan el problema. Todo docente debería saber que los estallidos de ira públicos suelen producirse porque la persona no aguanta más y explota, contra quien sea. Por el contrario, quien agrede habitualmente no se comporta así ante el profesorado. También es frecuente que haya asumido el maltrato como parte de la normalidad de un grupo, que se culpabilice y que tenga la autoestima muy baja.

1 Líneas de actuación

- **Reinterpretar lo vivido**, dejando claro que no es aceptable recibir agresiones y que ninguna característica personal las justifica.
- **Ofrecerle una persona adulta de confianza** en el centro, idealmente el tutor o tutora, de fácil acceso y comprensiva.
- **Crear una red de apoyo** con sus compañeros más próximos, con personas fiables y amistosas. En cada clase hay alumnado más prosocial, con capacidad de influencia, que puede cuidar del compañero si desea hacerlo.
- **Proponerle tareas interesantes** o que le den protagonismo, y planificar con él o ella estudios futuros o actividades agradables.
- **Revisar la actuación de los adultos.** Es posible que la situación se haya comentado antes con algún adulto o que incluso algún docente la haya propiciado, voluntaria o involuntariamente. Es imprescindible tratarlo con esa persona y comunicarlo a la dirección del centro para que adopte las medidas oportunas.
- **Trabajar conductas y actitudes ante una posible agresión** como prevención: cómo reaccionar y a quién acudir.

> **! IMPORTANTE**
>
> Las instrucciones deben ser concretas, realistas y coherentes con el entorno. Decirle «defiéndete» o «pide ayuda» sin explicar exactamente cómo no sirve de nada. Tampoco se puede pedir que denuncie agresiones si no sabe cómo o dónde, o si el procedimiento le deja en una situación incómoda ante sus compañeros o algunos docentes.

Es importante mantener contacto frecuente con la familia de la persona agredida, para informar y recabar información de primera mano sobre su evolución. Esta vía también tranquiliza a las familias: muchos síntomas del acoso no se ven en el centro y en casa se perciben con más claridad. Las madres y los padres pueden haber sufrido mucho estrés, y nuestra actitud debe ser de calidez, escucha y confianza.

UNIDAD XIV

Equipo docente y coordinación de la comunidad educativa

Un caso de acoso suele ir más allá de la clase y ocurrir en espacios comunes como patios, comedores, biblioteca, vestuarios o la calle. Por eso conviene que todo el equipo educativo (incluido el personal de monitorización de comedor, conserjería, secretaría...) tenga la información necesaria para actuar si hace falta.

Si existe riesgo de que se repita un incidente o la persona agredida necesita ayuda, las personas a cargo de los distintos espacios deben conocer la situación y tener instrucciones sobre cómo actuar. Por ejemplo, si a la persona acosada se le indica que acuda a un adulto cuando lo necesite, hay que asegurarse de que lo sepan todos los docentes y profesionales del centro.

Si la intervención del tutor o tutora necesita apoyo, como se prevé en el protocolo de acoso, puede nombrarse una comisión de seguimiento en la que participen distintos profesionales.

! RECUERDA

Ante un caso de acoso escolar es importante que el profesorado trabaje en equipo y pida asesoramiento en los casos más complejos.

UNIDAD XV

Medidas concretas contra el ciberacoso

En bastantes casos con alumnado de Secundaria y de los últimos cursos de Primaria hay ciberacoso o acoso virtual a través de las redes sociales y las nuevas tecnologías. Suelen ser rumores, amenazas, mensajes insultantes, fotografías que ridiculizan o consignas para excluir a alguien de los grupos. Los contenidos pueden difundirse por correo electrónico o por canales habituales (WhatsApp, Snapchat, Instagram, Facebook, etc.) o por chats y aplicaciones menos conocidos.

El ciberacoso es especialmente peligroso por varios factores: agredir a distancia y el supuesto anonimato pueden reducir la sensación de riesgo y aumentar la gravedad de las agresiones (o llevar a exponerse con imprudencia), y la capacidad de difusión de las redes multiplica el impacto.

1 Dos situaciones distintas

AGRESORES LEJANOS

Personas desconocidas o lejanas, con conductas como *sexting*, *grooming* u otras delictivas. La intervención parte sobre todo de la familia, que denuncia y toma medidas de seguridad. La escuela se centra en la concienciación y la prevención.

COMPAÑEROS DEL CENTRO

Es el caso más frecuente y el que nos afecta directamente: el ciberacoso parte de compañeros del propio centro, que ya se conocen en persona.

IMPORTANTE

La intervención básica en un caso de ciberacoso incluye comunicar los hechos a la policía, con capturas de pantalla y, si es posible, los móviles o tabletas donde se recibieron los mensajes. Una breve investigación puede bastar para saber desde qué aparatos se enviaron. En el caso de menores, hay que seguir además el protocolo de la comunidad autónoma. Si hay indicios de delito, el centro debe comunicarlo a las autoridades; no te limites a tratarlo internamente. (Aviso añadido a este manual.)

DATO AÑADIDO

Existe un teléfono gratuito contra el acoso escolar del Ministerio de Educación (900 018 018), atendido por profesionales. Comprueba que el número y su horario siguen vigentes en la web del Ministerio. (Aviso añadido a este manual.)

2 Qué incluye la intervención

- **Medidas urgentes** para detener y reparar los hechos: retirada de los mensajes, cierre de los perfiles falsos, etc.
- **Advertencia a quienes acosan y a sus familias.** Restricción, control y reeducación en el uso responsable de las tecnologías. La colaboración de madres y padres es fundamental.
- **Reeducación de todo el grupo** en el uso responsable de las nuevas tecnologías.
- **Precauciones básicas** con fotografías, datos personales, etc.
- **Trabajar la idea de que difundir fotos o mensajes inapropiados es hacerse cómplice.** No hay diversión en ello: hay daño y riesgo.

Existen materiales diversos que ayudan en esta tarea, y se pueden reforzar con charlas de personas expertas o con campañas específicas.

MÓDULO V

Evaluación de resultados y prevención

Este módulo explica cómo evaluar los resultados de la intervención y por qué la prevención es la mejor forma de resolver un caso de acoso.

UNIDAD XVI

La evaluación de los resultados

Las acciones deben producir resultados resolutivos y observables. Se resumen en dos criterios:

EFICACIA

Conseguir que las agresiones cesen, que el estado emocional de la persona acosada mejore y que se produzcan cambios en las relaciones del grupo.

RAPIDEZ

Si un alumno o alumna está sufriendo, los resultados no pueden hacerse esperar. Hay que darse un plazo de días o semanas, no de meses.

1 Formas de medirlo

- El número de incidentes registrados.
- El estado emocional de las personas implicadas.
- El número y la calidad de las interacciones dentro del grupo.

Se pueden elegir las que mejor se adapten al caso.

2 Errores que evitar

- **Las demoras:** si los resultados tardan, el perjuicio recae en el alumno o alumna que vive las agresiones.
- **La rigidez:** persistir en métodos o técnicas cuando ya se ha visto que no funcionan es inútil.

Se está resolviendo un problema complejo y puede haber retrocesos y recaídas. En ese caso hay que observar qué ha fallado exactamente y cómo mejorar la intervención para que no vuelva a ocurrir.

! RECUERDA

El papel de las familias es importantísimo: su visión desde casa complementa la del centro. Conviene consensuar con ellas tanto los pasos a seguir como la valoración de los resultados.

La importancia de la prevención

La mejor forma de solucionar un caso de acoso es prevenirlo de raíz, evitando que llegue a producirse. Es muy necesario concienciar a toda la comunidad educativa de la importancia de la prevención primaria.

La prevención puede empezar con la primera escolarización (desde el primer año). Debe ir modificándose según la edad, pero hay rutinas que deben mantenerse siempre, y la base de todas ellas es la **educación emocional**.

1 Claves para prevenir

- **Un clima de diálogo en el aula** que no tolere la agresión ni la agresividad en ninguna de sus formas (física, psíquica, emocional). Los problemas se solucionan hablando. El problema de dos es del aula: todos y todas somos parte de la solución.
- **No dejar pasar, esconder ni permitir los conflictos.** Los conflictos forman parte natural de las relaciones y lo que hay que aprender es a resolverlos de forma pacífica y dialogante.
- **Avisar a un adulto.** Si no hay adultos presentes, hay que concienciar al alumnado de que debe ponerlo rápidamente en su conocimiento. Cuando el adulto lo sepa, debe mediar para que el conflicto se resuelva sin violencia y sancionar después a quien acosa, sin culpabilizarle a él o ella, sino al hecho.
- **Trabajar las emociones desde el primer día:** su expresión y comprensión y la capacidad de relación con los demás y con uno mismo.
- **No consentir que un niño o una niña juegue solo si no lo desea**: el grupo debe ser consciente de que ha de integrarle en el juego o en la actividad.
- **Prohibir los motes** a cualquier miembro, por parte de toda la comunidad educativa.
- **Observación del profesorado**, sobre todo del que pasa más tiempo en el aula, atento a cada alumno y al clima global. Se pueden usar periódicamente recursos como los sociogramas.

! EJEMPLO

De forma periódica, el profesorado puede pedir al alumnado que apunte de forma anónima a las tres personas con las que más tiempo pasa y a las tres con las que menos. Así se ve de cerca quién es más o menos popular y cómo evoluciona.

! RECUERDA

Los tres pilares de la prevención son: una buena educación emocional, el fomento de un clima amable y dialogante en el aula y la observación minuciosa de las relaciones por parte del profesorado. Con estos tres ejes será mucho más difícil que el acoso llegue a nuestras aulas.

! DATO AÑADIDO

La LOPIVI y la normativa educativa de cada comunidad exigen que los centros cuenten con un plan de convivencia y medidas de prevención de la violencia. Consulta el de tu centro y coordina la prevención con la persona coordinadora de bienestar y protección. (Aviso añadido a este manual.)

MÓDULO VI

Conclusiones y decálogo

Este último módulo reúne las conclusiones del manual para el profesorado y el decálogo contra el acoso escolar.

UNIDAD XVIII

Conclusiones

Como docente:

- **Presta atención** a los cambios de comportamiento y de estado de ánimo del alumnado, sin olvidar los pequeños detalles que pueden dar pistas de que algo ocurre.
- **Fomenta la cohesión del grupo** con dinámicas y actividades que promuevan el conocimiento mutuo y los vínculos.
- **Trabaja la educación emocional y la empatía** con juegos y ejercicios.
- **Fomenta el diálogo libre y respetuoso** en tutorías individuales y grupales. Puedes usar técnicas como el círculo de diálogo, los buzones anónimos u otras medidas que ayuden a expresarse.
- **Gánate la confianza del alumnado.** Transmíteles que, si tienen un problema, pueden y deben contártelo. Si acuden a ti, escucha con atención, manifiesta tu apoyo de forma explícita y reacciona con la contundencia necesaria en cada caso.
- **Aunque no seas tutor o tutora, trabaja el acoso escolar en tu asignatura**, con películas, cuentos o noticias que se debatan en grupo. Los resultados pueden plasmarse en carteles con normas para evitarlo, colgados en la clase como recordatorio de normas que todos aceptan cumplir.
- **No consientas motes, insultos ni desprecios** entre el alumnado en tu presencia: pueden ser el primer paso de un problema mayor. Tolerancia cero. En ningún caso participes en ello, porque lo que empieza con una broma casual del docente puede servir de base para ataques posteriores.
- **Escucha atentamente a las familias**: suelen ser las primeras en detectar el acoso.
- **Ante la sospecha de un posible caso, actúa cuanto antes.**
- **Fórmate en acoso escolar**, comparte tus inquietudes con tus compañeros y compañeras y promueve acciones colaborativas.
- **Infórmate sobre programas de prevención** que están dando buenos resultados: quizá interesen a tu centro.

UNIDAD XIX

Decálogo contra el acoso escolar para el profesorado

1. **Quien denuncia un maltrato casi siempre tiene razón.** No lo dudes. Negar el acoso hace que aumente.

2. **Atiende a las señales que indican acoso:** arrastrar los pies, ir cabizbajo, estar triste, llegar tarde a clase, pedir ir al lavabo cuando no toca, buscar tu protección...
3. **Cuando alguien lo cuente, acoge a la persona** y dale seguridad y afecto. Necesita ser escuchada, comprendida y reconocida. No trates de relativizar lo que te cuenta.
4. **Apóyale:** dile que no es culpable de su situación y que no merece lo que le hacen.
5. **Nunca pongas frente a frente** a la persona agresora y a la agredida.
6. **Blinda a la persona acosada** para evitar nuevas agresiones: que no esté sola en lugares poco vigilados, procura que la rodeen personas sensibles que la apoyen y protejan, y establece un control sobre quien acosa.
7. **Frena a quien acosa:** habla con él o ella, llama a la familia, informa al equipo docente y a la dirección, ponle límites y avísale del coste que tendrá si los traspasa.
8. **Posiciona al grupo a favor de quien lo sufre:** explícales qué es el acoso, desmonta la palabra «chivato» y pregúntales si prefieren ser héroes o heroínas, o villanos o villanas.
9. **Da seguimiento al caso** y mantén abiertos los canales de comunicación. Aunque parezca resuelto, el maltrato suele rebrotar cuando se baja la guardia.
10. **Tolerancia cero frente al acoso escolar.**

> **! RECUERDA**
>
> Ante un caso de acoso, la persona que lo sufre necesita que un adulto la crea, la proteja y actúe. Cuanto antes se actúe, menores serán las consecuencias para todos.

Datos clave para el examen del curso de Acoso Escolar

Un repaso rápido de los datos del manual que más se preguntan:

Tres rasgos

reiteración, abuso de poder (desequilibrio) y daño: los rasgos que definen el acoso escolar

Triángulo del acoso

persona agresora, persona agredida y testigos: la intervención debe incluir los tres

Tolerancia cero

aplicar siempre la sanción del reglamento, dirigida a la conducta y no a la persona

No mediación

en el acoso no se pone en igualdad a quien agrede y a quien sufre; los careos se evitan

Situación A y B

A: agresor solitario con problemas de conducta; B: agresores bien integrados (la más frecuente)

Protección

la persona agredida debe sentirse protegida y se evita la doble victimización

Cuatro fuentes

observación, entrevistas informales, actividades y debates en clase, e instrumentos estandarizados

Plazo

resolver en días o semanas, no en meses

Ciberacoso

capturas de pantalla, comunicación a la policía y reeducación del grupo en el uso de la tecnología

3 pilares

educación emocional, clima de diálogo en el aula y observación de las relaciones

LOPIVI

Ley Orgánica 8/2021: protocolos y coordinación de bienestar y protección en los centros

Decálogo

10 pautas para el profesorado: creer, apoyar, proteger, frenar al agresor y no dejar de hacer seguimiento

¿Has terminado el manual?

Haz ahora el examen y, si lo apruebas, podrás obtener tu certificado.

academia-formacion.com/examen-curso-bullying-acoso-escolar/