

II CONGRESO VIRTUAL DE EDUCACIÓN EN VALORES

“El Acoso escolar, un reto para la Convivencia en el Centro”

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

M.^a Inés Monjas Casares

Universidad de Valladolid

imonjas@psi.uva.es

Como indica su título el objeto de esta ponencia es comentar algunos aspectos referidos a la prevención del *acoso escolar, bullying o maltrato entre iguales*, términos que usaremos como sinónimos. Para ello, empezamos por hacer unas consideraciones iniciales que enmarcan los contenidos a abordar. Seguidamente tratamos de delimitar el concepto de bullying indicando los criterios definitorios. A continuación presentamos un conjunto de estrategias que se utilizan para la prevención del acoso escolar para pasar finalmente a ilustrar los contenidos de la prevención con algunos de los trabajos que estamos desarrollando actualmente en estos temas.

1. CONSIDERACIONES INICIALES

Antes de proceder al desarrollo de cada apartado, estimo necesario hacer unas consideraciones previas que sirvan de marco o escenario donde situar los contenidos.

1^a) Marco de la convivencia, las relaciones interpersonales y el clima interpersonal

Tenemos especial interés en delimitar y acotar el tema del acoso escolar o bullying enmarcándolo dentro del ámbito de la convivencia. Entendemos la convivencia como las relaciones interpersonales en un clima social positivo; convivir es vivir-con, vivir-junto-a, vivir en compañía de otro u otros.

La convivencia en los centros educativos, suscita en la actualidad una notable atención entre las y los profesionales de la educación. Este interés se hace más palpable cuando se contempla la convivencia desde el *polo negativo*, es decir cuando se ve amenazada y aparecen y se producen diversos problemas de indisciplina, violencia y malas relaciones que alteran y perturban la situación de enseñanza-aprendizaje y la vida en los centros. Sin embargo, nuestra

posición es que la convivencia óptima y positiva no es solo la ausencia de conflictos, sino el establecimiento, mantenimiento y desarrollo de *vínculos interpersonales positivos y saludables*.

2ª) Aprendizaje de las relaciones interpersonales

La conducta social se aprende y se va conformando a lo largo de todo el ciclo vital. Las conductas sociales de las que son ejemplos jugar con otros niños y niñas, reaccionar agresivamente, ser amable con las personas adultas, etc.. , se van aprendiendo y construyendo a lo largo de la vida. Ningún niño nace simpático, ninguna niña nace tímida, agresiva o socialmente hábil. Cuando un niño o niña nace, no sabe jugar con otros, mantener una conversación o pelearse con los demás y, todas estas conductas y la mayoría de lo que una criatura hace, piensa y siente, las va aprendiendo merced a la relación que tiene con otras personas, ya sean adultas o iguales, en el largo proceso de socialización.

A este respecto también hay que tener en cuenta que las conductas interpersonales pueden modificarse, aumentarse, eliminarse, fortalecerse... si se utilizan las estrategias adecuadas.

3ª) Relaciones entre iguales

Entre las tareas evolutivas que criaturas y adolescentes tienen que ir logrando está la de relacionarse adecuadamente con otros chicos y chicas y tener amig@s. Para ello es necesario que adquieran, practiquen y pongan en juego en sus contactos interpersonales, una serie de conductas y habilidades sociales de las que son ejemplo: saludar, hacer una crítica, negociar, expresar una alabanza, solucionar un conflicto, disentir de las y los otros, ofrecer consuelo y ayuda, expresar su opinión, resistirse a las presiones del grupo y muchas otras.

Las y los niños pueden establecer relaciones con personas adultas y con otros niños y niñas. Se utiliza la expresión “**relaciones entre iguales**” (del inglés *peers*) para referirse a estas interacciones niño-niño o chica-chico, porque la principal característica es precisamente que las y los interactores son iguales o muy parecidos en cuanto a edad, intereses, características o roles, de forma que están en una posición social semejante. Además se caracterizan por ser paritarias y simétricas y se regulan básicamente por la ley de la reciprocidad entre lo que se da y lo que se recibe.

En la relación con las/los iguales se encuentra afecto, intimidad, alianza, ayuda, apoyo, compañía, aumento del valor, sentido de inclusión, sentimientos de pertenencia, aceptación, solicitud, y muchas otras cosas que hacen que el niño tenga sentimientos de bienestar y se encuentre a gusto. Además, el microsistema de los iguales y la cultura de grupo está

compuesta de normas, ritos, pautas, rutinas, convenciones, costumbres, creencias, hábitos de comportamiento, valores y actitudes. El grupo de iguales tiene una gran importancia en el aprendizaje del rol sexual, en el desarrollo moral y en el desarrollo de normas y valores y habilidades sofisticadas como negociar, intercambiar, compartir, defenderse, crear normas, cuestionar lo injusto... se desarrollan fundamentalmente en las interacciones entre compañeros/as (Monjas, 2004; Trianes, Muñoz y Jiménez, 1997).

También es preciso resaltar que en las relaciones entre iguales aparecen inevitablemente *conflictos* y *problemas* que se tienen que aprender a solucionar. Muchas veces se han de afrontar interacciones sociales difíciles de las que son ejemplo: dar una negativa, decir que no y rechazar peticiones, defenderse ante amenazas e intimidaciones, preguntar por qué, hacer y responder a quejas y reclamaciones, afrontamiento de presiones de grupo, hacer peticiones y ruegos, manifestar los propios deseos, pedir cambios de conducta y defender lo propio, manejar el rechazo y la exclusión de un grupo, afrontar y responder ante un desprecio, afrontar las intimidaciones, afrontar y responder a las bromas y burlas. Es preciso añadir que estos conflictos, que lógicamente aparecen en la convivencia, son positivos ya que ofrecen la oportunidad de practicar habilidades y estrategias (por ejemplo, negociación, toma de perspectiva, reciprocidad, empatía...) que serán muy importantes para la construcción de relaciones interpersonales satisfactorias y positivas. Las criaturas y las y los adolescentes con adecuada competencia social son capaces de afrontar estos retos positivamente y resuelven sus conflictos de forma pacífica y positiva.

4) El bullying es un problema de relaciones interpersonales

Entiendo el bullying como un problema de convivencia, una perversión de las relaciones entre iguales, ¡que por definición han de ser paritarias y simétricas! y, en definitiva, como un fracaso en el aprendizaje de la competencia social. En estas ocasiones las relaciones igualitarias pasan a ser desequilibradas regulándose por el *esquema dominio-sumisión*; hay algunos que dominan y otros que se someten o son sometidos. En este desequilibrio se produce un ataque a la dignidad personal de la víctima, un asalto a sus derechos personales y una violación del respeto personal que se debe a toda persona por ser persona.

2. NO ES BULLYING TODO LO QUE PARECE

Desde hace un par de años en nuestro país, y en cierta medida como consecuencia de eventos como el suicidio de Jokin el adolescente de Hondarribia, los términos Bullying o Acoso escolar

se han divulgado y difundido de forma que han pasado a engrosar la terminología cotidiana, lo cual es positivo porque refleja una cierta sensibilización social hacia este fenómeno. Sin embargo, esta inicial toma de conciencia va unida a errores en la conceptualización y a una cierta amplificación y magnificación del fenómeno ya que se habla mucho de bullying y muchos de los problemas de convivencia se etiquetan como acoso (una pelea, un insulto, un conflicto entre dos amigas...), llegando incluso a utilizarse como sinónimo de violencia escolar. Al mismo tiempo apreciamos un notable olvido del abordaje de otros problemas que ocurren en las relaciones interpersonales (¿qué pasa con los problemas de inhibición, timidez....?) y se relega lo referido al desarrollo intencional de habilidades para convivir.

En efecto *el bullying está de moda* y se llega a hacer una utilización parcial, interesada y oportunista del término y del concepto, no solo por parte de los medios de comunicación, sino también por parte de algunos centros educativos, investigadores, expertos, editoriales y organizaciones sindicales. Por ello aseveramos que *no es bullying todo lo que parece*.

Para delimitar y clarificar lo que entendemos por bullying, voy a detenerme brevemente en exponer aquellos criterios que en la bibliografía sobre el tema aparecen como definitorios y característicos del bullying; están extraídos de uno de nuestros trabajos (Monjas y Avilés, 2003, p. 25).

Hablamos de bullying o maltrato entre iguales cuando “un/a chico/a, o un grupo, pega, intimida, acosa, insulta, humilla, excluye, incordia, ignora, pone en ridículo, desprestigia, rechaza, abusa sexualmente, amenaza, se burla, aísla, chantajea, tiraniza, etc. a otro/a chico/a, de forma repetida y durante un tiempo prolongado, y lo hace con intención de hacer daño poniendo además a la víctima en una marcada situación de indefensión”. Los criterios que distinguen y caracterizan el maltrato entre iguales son los siguientes:

1. Conducta agresiva intencional

El chico o chica que maltrata a sus compañeros busca hacer daño deliberadamente y sabe que lo que hace no está bien, por este motivo lo oculta y/o lo niega repetidamente cuando es descubierto. A la larga, disfruta con el sometimiento y con el sufrimiento de la víctima y estos hechos le resultan placenteros.

No se trata de bromas puntuales (esconderle la mochila, mandarle un anónimo), ni de una agresión esporádica que no tiene intención de dañar. El agresor o agresora actúa con deseo e intención de dominar y de ejercer poder sobre otro/a.

2. Habitual, persistente y sistemática

La conducta de intimidación, se repite muchas veces y permanece en el tiempo, con lo que la víctima está sufriendo estas experiencias de forma prolongada y sistemática.

Ocurre que entre el intimidador y la víctima se establece un *vínculo pernicioso*. Esta peculiar “relación“, y la expectativa de la repetición de los actos intimidatorios tiene consecuencias nefastas para la víctima. Generalmente la agresión intimidatoria comienza con actos aislados como burlas, insultos o poner un mote y, progresivamente, se produce una escalada en el grado y diversidad de conductas hasta llegar a formas muy complejas y dañinas.

No se trata de episodios esporádicos de violencia, como pueden ser un atraco, dar una paliza, asaltar para robar o una pelea.

3. Desequilibrio de fuerzas entre los/as participantes

En el maltrato entre iguales se produce una relación desequilibrada, asimétrica y desigual tanto en el poder, ya que el intimidador tiene más poder físico o psicológico, como en la capacidad de respuesta, debido a que la víctima está indefensa y no puede hacer nada por evitarlo, ya que no tiene la fuerza física o psíquica necesaria.

La conducta de intimidación implica una relación de dominio-sumisión, de fuerte débil, llevada a sus extremos y basada en un esquema de relaciones interpersonales empapadas de abuso, violencia y prepotencia de uno/s sobre otro/s. Es todo lo contrario a lo que debe ser una interacción entre compañeros/as que como hemos señalado se caracteriza por la igualdad y reciprocidad. Esto hace que, en la mayoría de los casos, la víctima esté indefensa y no pueda hacer frente al problema por sí misma, por lo que está claro que necesita ayuda para salir de la situación de acoso.

No se trata de un conflicto o problema entre iguales (un enfado, una divergencia, una faena...), situación esta en la que las y los implicados tienen una capacidad semejante de afrontamiento del problema.

Aunque no es un criterio definitorio, en muchos casos, el maltrato entre iguales, por su propia naturaleza, puede pasar desapercibido y no ser conocido por el profesorado ni por la familia; son l@s iguales los que tienen información de lo que pasa. ¿Por qué no se sabe? Generalmente hay cierto grado de privacidad y secreto; se hace en sitios en los que no se ve mucho y hay un silencio que el/la agresor/a exige o que la víctima se impone por distintos motivos (vergüenza, temor, “como te chives chaval, ¡te vas a enterar!“). Las y los iguales están como espectadores que callan y no comunican los hechos debido a temor a represalias, cobardía, no ser chivato... En torno al bullying hay una marcada “Ley del silencio“.

De acuerdo con lo que acabamos de exponer, cuando hablamos de bullying, hay que considerar a los siguientes implicados, aunque lo están con distinto grado de responsabilidad y participación:

Directos

- El/La intimidador/a.
- El/La víctima.

Indirectos

- Las y los espectadores.

Lejanos

- Las personas adultas: profesorado y progenitores

3. MAS VALE PREVENIR QUE CURAR

Pero, ¿es necesario prevenir?, ¿por qué? Existen tres razones que fundamentan la respuesta afirmativa:

1ª) L@s niñ@s y adolescentes, considerados como personas especialmente vulnerables y en proceso de desarrollo, tienen el derecho a que se respete su integridad física y psicológica y tienen el derecho de estar protegidos ante cualquier forma de explotación, maltrato o abuso físico, psicológico o sexual. Por supuesto que tienen el derecho a aprender en un clima social positivo. Estos derechos conllevan unos deberes en la familia y el profesorado que han de desarrollar los aspectos necesarios para su protección y garantizar un contexto escolar seguro y positivo.

2ª) Los datos empíricos disponibles en la actualidad evidencian que el bullying es un problema importante por la frecuencia de aparición; no hay más que hacer una rápida revisión de los últimos estudios hechos a este respecto fuera y dentro de nuestras fronteras.

3ª) Los estudios ponen de manifiesto las nefastas consecuencias del proceso de victimización; son claros los efectos psicológicos y emocionales muy negativos para las y los implicados (Cerezo, 2001; Hawker y Boulton, 2000; Monjas, 2004a; Monjas y Ruiz, 2004; Olweus, 1998; Ortega, 2000). Entre ellos:

a) para el/la intimidador/a que sufrirá el rechazo de los otros aunque inicialmente se le acepte por miedo; que además aprende a maltratar y a la larga se muestra con conductas antisociales

y/o delictivas consolidadas.

b) para el/la víctima que sufrirá baja autoestima, ansiedad y temor, llegando a rechazar la situación escolar, al fracaso escolar, a la revictimación, a la depresión y hasta al suicidio, como tristemente ocurrió a Jokin el chico de 14 años que se suicidó víctima del acoso de sus compañeros el 21 de septiembre de 2004 en Hondarribia.

c) para las y los espectadores que se acostumbran a vivir en un clima interpersonal de abuso y de injusticia y aprenden a no hacer nada ante ello (*Pasotismo* emocional), con lo cual terminan siendo cómplices y encubriendo al agresor o agresora, aspectos que afectan a su adecuado desarrollo moral.

Estas tres razones tienen la suficiente entidad para que propugnemos que es necesario prevenir, que no hay que dejar que los hechos se consoliden porque los daños socio-emocionales que ocasiona a las y los implicados, son bastante complejos de tratar, por lo que también en este tema *más vale prevenir que curar*.

Para hablar de prevención del bullying, en sentido estricto, hemos de focalizarnos en las variables que se asocian a su ocurrencia e incidir sobre ellas modificando las condiciones anómalas y movilizándolo los recursos y acciones interpersonales para que sean los propios protagonistas los principales artífices y agentes del cambio previniendo de este modo la ocurrencia real de los problemas (Prevención Primaria) y también detectando tempranamente los problemas y tratando de intervenir rápidamente cuando aún se encuentran en un estado incipiente (Prevención Secundaria)

4. ALGUNAS ESTRATEGIAS PARA PREVENIR EL BULLYING

¿Cuáles son las causas que originan, propician y mantienen que un@s chic@s se conviertan en verdugos o víctimas de sus propios compañer@s? Sin duda el análisis detallado de los aspectos que se asocian con la dinámica de intimidación-victimización es muy complejo y excede la intención y extensión de esta ponencia. Desde luego es preciso recurrir a las explicaciones que nos proporcionan los modelos contextuales y ecológicos que apuntan hacia la multicausalidad y a la compleja interacción entre distintos factores personales (aprendizaje de conductas violentas o sumisas durante la infancia, déficits o inadecuación de habilidades sociales, etc.), familiares (por ej., estilo de educación familiar autoritario y uso de disciplina autoritaria y métodos coactivos y violentos, algún modelo familiar de víctima), escolares (metodología competitiva y ausencia de enseñanza de habilidades sociales, asertividad y educación emocional) y sociales (permisividad social hacia la violencia, modelos que no

respetan los derechos personales en los medios de comunicación social) (Ortega y del Rey, 2003; Smith, 2005; Trianes, 2000).

Haciendo un análisis de estas variables parece que existe un conjunto de **factores de riesgo** que predisponen a que una criatura sea agresiva y acose, humille e intimide a sus colegas o que se convierta en víctima de ellos/as y otros **factores protectores** (por ejemplo, las habilidades sociales tienen un papel preventivo y amortiguador de riesgos futuros), por lo que podría hablarse de cierta vulnerabilidad hacia la intimidación o la victimización.

PREVENIR implica

- MINIMIZAR los factores de riesgo de ser agresor o víctima, de ser espectador, de ser adulto “no enterado” o no implicado
- MAXIMIZAR los factores protectores que posibilitan la competencia personal y social, los valores morales...

Para PREVENIR hay que incidir sobre:

- Todos los posibles participantes directa, indirecta o lejanamente implicados
- Los diversos contextos y escenarios: centro escolar y aula; familia

A continuación vamos a indicar los aspectos que consideramos relevantes si queremos prevenir la aparición del bullying, focalizándonos *exclusivamente* en los referidos al contexto escolar. Para ello hemos hecho una sintética revisión de los que se señalan en distintos acercamientos, aunque tenemos que señalar que el listado no es exhaustivo, sino meramente ilustrativo. Es preciso puntualizar que muchas de estas estrategias preventivas, se utilizan también en la intervención que se lleva a cabo cuando la dinámica intimidación-victimización se ha producido; asimismo hay que añadir que muchas de ellas sirven y son adecuadas para la *prevención de otros problemas de relación y convivencia*. Las personas interesadas en una lectura más extensa y profunda pueden ampliar información en la bibliografía especializada (Avilés, 2006; Carbonell y Peña, 2001; Defensor del Pueblo, 2000; Díaz-Aguado, Martínez y Martín, 2004; Fernández, 1998; Fernández, Villaoslada y Funes, 2002; Fields y McNamara, 2003; Lee, 2004; Martín, Fernández, Andrés, Del Barrio y Echeíta, 2003; Monjas, en prensa; Ortega y del Rey, 2003, entre otros). Para facilitar la exposición hemos dividido los contenidos en dos sub-apartados, los referidos al centro y la comunidad educativa y los relativos al aula y grupo de alumnado.

4.1. Estrategias para el centro escolar

La tendencia actual en este tema se orienta hacia enfoques globales de prevención e intervención (*whole school approach*), que se dirigen e implican a la comunidad educativa en general (profesorado, familias, alumnado, personal no docente), pero al profesorado de forma especial (O'Moore, 2005). En el Cuadro 1 se incluyen algunas estrategias de prevención que hemos diferenciado en generales, curriculares, organizativas e interpersonales.

Cuadro 1. Estrategias de prevención para el centro escolar.

<p>1. Generales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Campañas de sensibilización a la comunidad educativa: información y formación - Campañas de sensibilización al alumnado, pero que implican aspectos organizativos y curriculares para el profesorado y familias <p style="padding-left: 40px;"><i>No te calles</i></p> <p style="padding-left: 40px;"><i>No sufras en silencio</i></p>
<p>2. Curriculares</p> <ul style="list-style-type: none"> - Proyecto Educativo de Centro y Proyectos Curriculares con objetivos, contenidos y actividades específicas de prevención - Plan de Convivencia - Plan de Acción Tutorial del Centro
<p>3. Organizativas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Normativa específica promotora de buenas relaciones y explícitamente contraria a la violencia - Condiciones de seguridad y protección en el centro: <ul style="list-style-type: none"> - Personas adultas a las que acudir - Medios de denuncia y petición de ayuda: e-mail, buzón, teléfono... - Incremento de la supervisión en el patio, pasillos y el comedor - Información de cauces y vías de denuncia de sus malos tratos - Comisiones de investigación de distintos problemas: bullying, vandalismo... - Formación del profesorado: - Formación de familias /Escuela de padres
<p>4. Interpersonales y clima de centro</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exploración de las relaciones interpersonales y de los problemas de convivencia (cuestionario al profesorado, familias, alumnado..) - Cultura de diálogo y solución pacífica de conflictos - Implicación y participación de las familias <ul style="list-style-type: none"> - Abordar estos temas explícitamente en las reuniones con la familia. - Establecer cauces de comunicación, diálogo y escucha de los padres.

4.2. Estrategias para el aula y grupo de alumnos

El aula es el escenario clave de intervención ya que están los protagonistas del bullying y el resto del grupo que observan y perciben lo que está pasando; las y los espectadores son elementos clave a los que hay que dirigir las acciones preventivas ya que van a ser las primeras personas en detectar que está ocurriendo y por tanto deben ser las primeras personas en iniciar las actuaciones de ayuda.

4.2.1. Programas de Educación para la convivencia y prevención de la violencia

Dentro de estas estrategias hay distintos acercamientos y programas referidos a Entrenamiento en habilidades sociales, Educación en valores, Desarrollo moral, Conducta prosocial, Asertividad...

Diversas investigaciones han puesto en evidencia que la intervención psicopedagógica dirigida a cambiar o mejorar el clima social del centro, el clima de aula y las relaciones interpersonales son un elemento importante de prevención de conductas violentas y de problemas de disciplina en los centros (Trianes y Fernández-Figares, 2001).

Si enseñamos a las chicas y chicos a convivir, a mejorar sus relaciones interpersonales, a promover su competencia personal y social, a solucionar pacíficamente sus conflictos interpersonales, estaremos haciendo prevención de diferentes problemas: bullying, violencia, conductas disruptivas, indisciplina... a la vez que contribuiremos al desarrollo de la autoestima, los valores, las habilidades sociales, la asertividad, etc. del alumnado. Es decir, se ve conveniente una socialización positiva; no sólo medidas punitivas y sancionadoras, sino educativas y preventivas.

Las investigaciones realizadas demuestran que el entrenamiento en habilidades sociales es efectivo en la enseñanza de conductas socialmente hábiles a niños y adolescentes. También se ha puesto en evidencia que la intervención psicopedagógica dirigida a cambiar o mejorar el clima social del centro, el clima de aula y las relaciones interpersonales son un elemento importante de prevención de conductas violentas y de problemas de disciplina en los centros (Monjas, García, Elices, Francia y de Benito, 2004; Monjas, en prensa; Ortega y del Rey, 2003, 2004; Trianes, 2000; Trianes y Fernández-Figares, 2001).

En el punto 5 de esta ponencia comentaremos dos programas de promoción de la competencia social, el PEHIS y el PAHS.

4.2.2. El bullying insertado dentro del currículo

Como hemos señalado previamente, el bullying y otros aspectos relacionados con la prevención de la violencia y el desarrollo de la convivencia son aspectos que deben incorporarse, de forma decidida, en los contenidos curriculares y en las actividades escolares cotidianas. Esto supone que todo el profesorado (no sólo las y los tutores) y todos aquellos profesionales con responsabilidades directas o indirectas en la educación de la infancia (psicopedagogas, monitores, psicólogas, educadores...) deben concienciarse para llevar a cabo un trabajo continuado, intencional y sistemático sobre estos temas. En este sentido se pueden hacer actividades como las que se indican a continuación.

- a. Expresión corporal: dramatizaciones.
- b. Actividades musicales: canciones, coplas, poner la letra a una música, hacer un rap.
- c. Actividades manuales: comics, dibujos, viñetas, murales.
- d. Actividades de lápiz y papel: sopas de letras, fugas de vocales, crucigramas.
- e. Actividades con medios audiovisuales: vídeo-fórum, anuncios, eslóganes y spots publicitarios.
- f. Otras actividades: libro-fórum, poesías, redacciones, historietas, rimas, ripios.

Esto facilitará que los niños y niñas se hagan competentes en su autoprotección y seguridad personal y aprendan a prevenir, evitar o actuar en circunstancias en las que sus compañer@s no les respetan sus derechos.

4.2.3. *Otras estrategias y actividades* se incluyen en el cuadro 2. Hemos de resaltar por su interés lo referido a la mediación y ayuda entre iguales, aspectos que serán abordados en otras ponencias de este congreso. Véanse los trabajos de Fernández, Villoslada y Funes (2002) y Torrego (2005).

Cuadro 2. Otras estrategias y actividades de prevención.

<ul style="list-style-type: none">- Ayuda entre iguales<ul style="list-style-type: none">1) Mediación entre iguales2) Compañeros ayudadores, compañero-amigo, compañero-tutor3) Counselling de los compañeros/as.- Asamblea- Aprendizaje cooperativo- Representación de conflictos- Grupos de discusión- Dinámicas de grupo- Estudio de casos- La “hora social”
--

5. NUESTRAS HERRAMIENTAS DE PREVENCIÓN DEL BULLYING

En este apartado vamos a presentar, como ilustración, los trabajos que actualmente realizamos como prevención del bullying, concretamente el “*Programa de sensibilización contra el maltrato entre iguales*” y para promover la adecuada competencia personal y social en el alumnado de Educación Infantil, Primaria y Secundaria, concretamente el “*Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS)*” (Monjas, 2004b) y el “*Programa de Asertividad y Habilidades Sociales (PAHS)*” (Monjas, García, Elices, Francia, de Benito, 2004; Monjas, en prensa),

5.1. PROGRAMA DE SENSIBILIZACIÓN CONTRA EL MALTRATO ENTRE IGUALES

Este Programa lo lleva a cabo la asociación castellano leonesa para la defensa de la infancia y la juventud (REA), ONG que tiene entre sus fines "sensibilizar a la sociedad sobre el maltrato y los derechos de la infancia" y “prevenir y denunciar los malos tratos a la infancia y la juventud” y lo hace de forma complementaria a otros programas que desarrolla en contextos escolares y sanitarios al objeto de prevenir y detectar el maltrato infantil y promover el buen trato a las criaturas.

Los contenidos de este punto están extraídos de Monjas y Avilés (2003).

5.1.1. Destinatarios

El Programa tiene como destinatarios al alumnado, profesorado y familias de la Educación Secundaria Obligatoria. El programa se dirige no solo al chico/a que ejerce o sufre el acoso, sino también a los distintos contextos en los que vive y se mueve, los iguales, el centro educativo, la familia y la comunidad. También es aplicable en otras edades y en otros contextos de educación no formal y lúdicos.

5.1.2. Objetivos

Este programa pretende informar, concienciar y sensibilizar de que el maltrato entre iguales es un tema al que hay que prestar atención tanto por su frecuencia como por las negativas consecuencias que produce en las y los implicados. El Programa trata de conseguir las siguientes metas:

1ª) Aportar información sobre el maltrato entre iguales (referida a descripción, características, participantes, causas y consecuencias) al profesorado, familias, alumnado y sociedad en general

2ª) Sensibilizar y concienciar al profesorado y profesionales de los centros de secundaria sobre la necesidad de intervenir y desarrollar actuaciones para su reducción y prevención

3ª) Estimular el establecimiento de políticas escolares anti-bullying y antiviolencia

En el Cuadro 3 se muestran los objetivos que se proponen para el trabajo con profesorado, alumnado y familias.

Cuadro 3. Objetivos que se proponen para el trabajo con profesorado, alumnado y familias.

<p>> <i>Que las y los profesores</i></p> <p>a) Adquieran los conceptos básicos referidos al maltrato entre iguales.</p> <p>b) Aprendan a detectar precozmente en el alumnado signos de maltrato y/o intimidación.</p> <p>c) Sepan los procedimientos y estrategias de actuación en caso de detectar alumnado que es víctima de malos tratos por parte de sus compañer@s.</p> <p>d) Se involucren en la elaboración del Proyecto escolar anti-bullying y antiviolencia de su centro</p> <p>e) Se impliquen en la enseñanza de programas de convivencia y prevención de la violencia insertados en el currículo.</p> <p>> <i>Que los chicos y chicas:</i></p> <p>a) Aprendan a reconocer, evitar y controlar las situaciones de riesgo o de maltrato y/o abuso, por parte de sus iguales, que les puedan suceder.</p> <p>b) Se conciencien de que tienen que informar y dar a conocer las situaciones de abuso físico, psicológico y/o sexual que les sucedan y las que observen o sepan de alguno de sus compañeros/as.</p> <p>c) Desarrollen habilidades interpersonales de autoprotección y seguridad personal: habilidades de interacción social, de solución de problemas, de petición de ayuda y de asertividad, entre otras.</p> <p>d) Se impliquen en una cultura anti-bullying y antiviolencia</p> <p>e) Sean conscientes de la importancia de mantener relaciones interpersonales cordiales, positivas y mutuamente satisfactorias con sus iguales</p> <p>> <i>Que las madres y los padres</i></p> <p>a) Se conciencien de las consecuencias de las situaciones de intimidación y maltrato entre iguales.</p> <p>b) Aprendan a observar en su hijo/a signos de maltrato entre iguales y sepan lo que tienen que hacer en caso de sospechar y/o detectar que su hijo/a está implicado en malos tratos entre compañer@s.</p> <p>c) Se sensibilicen sobre la importancia del desarrollo personal y social de sus hij@s adolescentes y de los problemas que puedan tener</p> <p>d) Reflexionen sobre la importancia de su estilo de interacción familiar</p>

5.1.3. Materiales de apoyo

El Programa consta de los siguientes materiales: libro, folleto para chicas y chicos, folleto para padres y madres, carteles, marcalibros, lapiceros... Los textos han sido elaborados específicamente para este programa por Monjas y Avilés (2003), autores que los han cedido de forma gratuita a esta ONG.

El libro

Está dirigido fundamentalmente al profesorado y a los profesionales implicados/as en la educación de la infancia y la adolescencia (educadoras, monitores, maestros...).

Está dividido en dos partes. La primera parte titulada *El maltrato entre iguales: Conceptos básicos*, aborda la definición, la descripción del perfil de los participantes (intimidador/a, víctima y espectadores/as), las diversas tipologías de la intimidación enfatizando las consecuencias y efectos del bullying en las y los implicados; posteriormente, sintetizando las investigaciones disponibles, se presentan los datos más representativos respecto a intimidación, victimización, sexo, lugares... para terminar con una síntesis de las variables que se asocian con la dinámica bullying. La segunda parte, *¿Qué podemos hacer: Orientaciones y sugerencias*, se dedica precisamente a aportar sugerencias, pistas, consejos para las y los destinatarios de este programa: profesorado, familia y [chic@s](#). En los tres apartados se parte de un análisis de la situación actual: ¿Qué está pasando en...? Después se analizan distintas implicaciones en la prevención, para terminar con orientaciones e indicaciones concretas de posibles cosas a hacer cuando ocurre el bullying. Para finalizar se incluyen un conjunto de *Consideraciones y propuestas de reflexión* a fin de suscitar futuros trabajos y líneas de intervención posibles tratando de promover actuaciones coordinadas y globales. En *Para saber más*, se incluyen diversas informaciones como la bibliografía, páginas web, marco legal y las principales direcciones de interés en este tema.

El folleto "*Colegas, [amig@s](#) y [compañer@s](#)*" es un documento para las chicas y chicos preadolescentes y adolescentes, en el que se describen unos mínimos conceptos sobre el bullying y se presentan, en forma gráfica y en breve descripción, algunos casos de [chic@s](#) que provocan y/o sufren bullying. Junto a ello se plantean una serie de interrogantes a los que deben responder. Se aportan una serie de indicaciones concretas de cosas a hacer cuando ocurre el bullying diferenciando cuando se es víctima, agresor/a o espectador/a. Se incluye también el Teléfono del Menor de la Fundación A.N.A.R. (900 202010) para que conozcan este recurso de ayuda.

El folleto *“La familia ante el maltrato entre iguales”* tiene la finalidad de sensibilizar a padres y madres hacia este tema. En él se presentan unos mínimos conceptos sobre el bullying y se dan orientaciones e indicaciones concretas de posibles cosas a hacer cuando ocurre el bullying. ¿Qué harías si eres padre o madre de un chico o chica: víctima, agresor/a o espectador/a.

Para dar una idea de los aspectos trabajados en materia de prevención en el cuadro 4 se incluyen los aspectos a trabajar con profesorado, chic@s y familias.

Cuadro 4. ¿Qué hemos de hacer para prevenir el maltrato entre iguales?

<p>> PROFESORADO</p> <ol style="list-style-type: none">1. Política anti-bullying y anti-violencia.2. El maltrato entre iguales en el currículum escolar.3. Desarrollo de programas de educación para la convivencia y prevención de la violencia.
<p>> CHIC@S</p> <ol style="list-style-type: none">1. Desarrollo de habilidades sociopersonales:2. Promoción de valores3. Autoprotección y autodefensa4. Cultura antiviolencia y anti-bullying
<p>> MADRES y PADRES</p> <ol style="list-style-type: none">1. Interesarnos y dar importancia a todo lo referente al desarrollo personal e interpersonal de nuestro/a hijo/a2. Preocuparnos y hablar explícitamente con los/as hijos/as del maltrato entre iguales y de otros posibles problemas.3. Tener en cuenta las peculiaridades de la etapa evolutiva de la adolescencia4. Revisar nuestro estilo y dinámica familiar5. Mejorar y potenciar la comunicación y colaboración con el centro educativo

Como indicación de lo que se puede hacer con el alumnado, seguidamente comentamos algunas actuaciones a partir del trabajo con el folleto *Colegas, amig@s y compañer@s*.

El folleto puede ser entregado por el/la tutor/a a cada uno de sus alumnos/as en el marco de un conjunto de actividades. Está pensado para hacerlo en varias sesiones de tutoría, ya que es un momento donde es posible la reflexión conjunta, el análisis y el debate y podría ampliarse con otras actividades para otras materias de forma que se trabaje transversalmente.

Lo que se pretende es que, ayudados por el profesorado, l@s chic@s comenten qué es el bullying, quién está implicado, que analicen el perfil del intimidador/a y de la víctima, qué conozcan las serias consecuencias y que debatan y discutan sobre qué pueden hacer si son intimidadores/as, víctimas o espectadores/as. Es preciso también estimular a las y los alumnos para que den a conocer los casos de bullying que conozcan, e incluso los que sospechen, e informarles de los canales de actuación cuando hay un caso.

En el folleto se presentan, en forma gráfica y en breve descripción, ocho casos de adolescentes que provocan y/o sufren bullying. Se ha procurado considerar distintos tipos de maltrato (físico, psicológico, verbal, exclusión social, acoso sexual y chantaje) y con distintas consecuencias para l@s implicad@s. Como ejemplo, en el cuadro 5 se presenta el caso de Sandra, María y Patricia.

Cuadro 5. Caso de Sandra, María y Patricia



Sandra, María y Patricia eran muy amigas desde el colegio, pero un día discutieron bastante porque a Sandra y a Patricia les gustaba el mismo chico y a partir de entonces María y Patricia empezaron a hacerla el vacío y ahora no van con ella y además hacen circular rumores y chismes para desprestigiarla.

Sandra no tiene amigas ya porque cuando trata de establecer amistad con alguien o alguna compañera o compañero se acerca a ella, María y Patricia van enseguida a contarles bulos. Han llegado a decir que tiene sida. Hasta en clase se las ingenian para que nadie se siente a su lado.

En cualquier ocasión, dicen frases despectivas y humillantes: “*Mira la sabidilla*”, “*Dejad paso a la repelente*”, “*No os acerquéis que os va a contagiar*”. Ahora cada vez hay más [compañer@s](#) que les hacen el coro. Sara está constantemente recibiendo desprecios, descalificaciones, acusaciones y humillaciones.

Ha estado enferma con dolores abdominales y vómitos, metida en la cama, sin querer hablar con nadie ni hacer nada. La semana pasada ha tenido un intento de suicidio.

Ante cada uno de los casos comprendidos en el folleto, es preciso que el chico o chica, estimulado/a y ayudado/a por el profesorado, se ponga en el lugar del agresor o agresora, de la víctima y de las y los espectadores, es decir de aquellos/as que están provocando o sufriendo el bullying. Es necesario que se “meta en el pellejo“ de las y los otros y que se plantee la posibilidad de ocasionar o padecer conductas de intimidación. Para ello se le invita a que vaya respondiendo a los interrogantes que aparecen en el cuadro 6.

Cuadro 6. Interrogantes para abordar los casos.

- Ese/a chico/a, ¿tiene algún problema?, ¿necesita ayuda?, ¿por qué?
- Si alguna vez estuvieses en esa situación:
 - ¿cómo te sentirías?
 - ¿qué pensarías?
 - ¿a quién se lo contarías?
 - ¿a quién pedirías ayuda?
 - ¿qué harías tú para solucionar el problema?

El profesor/a puede y debe incorporar a estos casos cuantos ejemplos quiera de forma que adapte, complete y contextualice las situaciones a las circunstancias y necesidades de su alumnado. Es aconsejable utilizar sucesos que hayan ocurrido a algún alumno o alumna o que se hayan conocido en el contexto más cercano de barrio o población ya que ello favorece el “meterse en las situaciones“. También es una buena estrategia analizar los que hayan aparecido en la prensa y los medios de comunicación. Es oportuno trabajar además con ejemplos de los conflictos normales que surgen en las relaciones interpersonales con los iguales y que no son intimidación (porque no hay abuso, porque ha sido algo puntual y pasajero...), para que aprendan a diferenciarlos de los anteriores. Los chicos tienen que discriminar las situaciones verdaderamente amenazantes de aquellas que no lo son. Un insulto, algún desprecio, el rechazo de un día, e incluso una pelea o paliza, pueden no significar nada o influir muy poco; lo importante es si eso se hace habitualmente.

La dinámica de trabajo puede ser la siguiente: primero individualmente, después en pequeños grupos y finalmente en el gran grupo. La reflexión conjunta y la respuesta a estos interrogantes posibilita que las y los adolescentes vayan desarrollando una serie de habilidades como por ejemplo habilidades de empatía, de pedir y prestar ayuda, de solución de problemas, de comunicación, de aserción y autoafirmación, de toma de decisiones, competencias que son necesarias para evitar y/o controlar las situaciones de intimidación. Asimismo pensamos que aquell@s chic@s que están sufriendo o provocando bullying,

encontrarán el clima propicio para comunicar su situación y ensayarán formas adecuadas de pedir ayuda y de solucionar sus problemas.

5.2. PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DE LA COMPETENCIA SOCIAL

Con el fin de promover y enseñar la competencia socio-personal de forma directa, intencional y sistemática, venimos trabajando en la infancia y en la adolescencia con dos programas el “Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS)” (Monjas, 2004b) y el “Programa de Asertividad y Habilidades Sociales (PAHS)” (Monjas, García, Elices, Francia y de Benito, 2004; Monjas, en prensa), habiendo comprobado que mejoran la competencia social de niños y adolescentes en contextos escolares y familiares Monjas y González, 2000; Monjas, 2004b; Monjas, García, Elices, Francia y de Benito, 2004).

Los destinatarios de estos programas son el alumnado de educación infantil, primaria y secundaria que trabajan en el grupo de clase. El trabajo en habilidades sociales se hace con el grupo natural para desarrollar la competencia social de cada alumno y alumna y, a la vez, mejorar el clima interpersonal e incrementar la cohesión del grupo.

El PEHIS comprende 30 habilidades sociales agrupadas en 6 áreas que se presentan en el cuadro 7 y el PAHS consta de 10 habilidades incluidas en 5 módulos que aparecen en el cuadro 8. Cada programa dispone de Fichas de trabajo que orientan al profesorado en la aplicación y concretamente el PAHS incluye fichas de lápiz y papel para que realice el alumnado.

Cuadro 7. Habilidades incluidas en el “Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS)” (Monjas, 2004).

Área 1. Habilidades básicas de interacción social
1.1. Sonreír y reír
1.2. Saludar
1.3. Presentaciones
1.4. Favores
1.5. Cortesía y amabilidad
Área 2. Habilidades para hacer amigos
2.1. Alabar y reforzar a los otros
2.2. Iniciaciones sociales
2.3. Unirse al juego con otros
2.4. Ayuda
2.5. Cooperar y compartir
Área 3. Habilidades conversacionales
3.1. Iniciar conversaciones
3.2. Mantener conversaciones

3.3. Terminar conversaciones
3.4. Unirse a la conversación de otros
3.5. Conversaciones de grupo
Área 4. Habilidades relacionadas con los sentimientos y emociones
4.1. Expresar autoafirmaciones positivas
4.2. Expresar emociones
4.3. Recibir emociones
4.4. Defender los propios derechos
4.5. Defender las opiniones
Área 5. Habilidades para afrontar y resolver problemas interpersonales
5.1. Identificar problemas interpersonales
5.2. Buscar soluciones
5.3. Anticipar consecuencias
5.4. Elegir una solución
5.5. Probar la solución
Área 6. Habilidades para relacionarse con los adultos
6.1. Cortesía con el adulto
6.2. Refuerzo al adulto
6.3. Conversar con el adulto
6.4. Solucionar problemas con adultos
6.5. Peticiones del adulto

Cuadro 8 Habilidades del “Programa de Asertividad y Habilidades Sociales (PAHS)”
(Monjas, García, Elices, Francia y de Benito, 2004; Monjas, en prensa).

Módulo I. Los estilos de relación interpersonal
Habilidad 1: Inhibido-Asertivo-Agresivo
Habilidad 2: Deberes y Derechos asertivos
Módulo II. La comunicación interpersonal
Habilidad 3: Comunicación verbal y comunicación no verbal
Habilidad 4: Habilidades de recepción y habilidades de emisión
Módulo III. Las emociones
Habilidad 5: Emociones Positivas
Habilidad 6: Emociones Negativas
Módulo IV. Habilidades de interacción social positiva
Habilidad 7: Cosas positivas
Habilidad 8: Ayuda, Apoyo, Colaboración, Cooperación
Módulo V. Interacciones sociales difíciles
Habilidad 9: Críticas, Quejas, Reclamaciones
Habilidad 10: Burlas, Agresiones, Desprecios, Intimidaciones

Para el tema en concreto que aquí nos ocupa, la prevención del bullying, sería oportuno seleccionar aquellas habilidades más directamente implicadas en la promoción de una conducta asertiva y empática; por ejemplo son muy relevantes las Áreas 4 y 5 del PEHIS y la habilidad 10 del PAHS. En general suelen ser oportunas las siguientes habilidades moleculares, concretas y específicas, que se encuentran insertadas dentro de las distintas habilidades más molares de los dos programas:

- Pedir favores
- Afrontar las burlas y bromas
- Afrontar situaciones de exclusión y humillación
- Resistirse a las presiones del grupo
- Dejar de intimidar y acosar
- Decir que no
- Pedir ayuda
- Expresar emociones negativas: miedo, ira, indecisión...
- Conductas de ayuda, apoyo, consuelo a los victimizados

Todo ello con el objetivo de desarrollar una adecuada competencia social y promover un clima interpersonal positivo donde el respeto, la ayuda, el diálogo, la empatía, la solidaridad, la satisfacción compartida... sean una realidad en el grupo de clase.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Avilés, J.M. (2006). *Bullying: el maltrato entre iguales*. Salamanca: Amarú.
- Carbonell, J. L. y Peña, A. I. (2001). *El despertar de la violencia en las aulas*. Madrid: CCS.
- Cerezo, F. (2001). *La violencia en las aulas*. Madrid: Pirámide.
- Defensor del Pueblo. (2000). *Violencia escolar: El maltrato entre iguales en la Educación Secundaria Obligatoria*. Madrid: Defensor del Pueblo. <http://www.defensordelpueblo.es>
- Díaz-Aguado, M.^a J., Martínez, R. y Martín, G. (2004). *Prevención de la violencia y lucha contra la exclusión desde la adolescencia. La violencia entre iguales en la escuela y en el ocio*. Madrid: INJUVE (Instituto de la Juventud).
- Fernández, I. (1998). *Prevención de la violencia y resolución de conflictos*. Madrid: Narcea.
- Fernández, I., Villaoslada, E., y Funes, S. (2002). *Conflicto en el centro escolar. Modelo de "Alumno ayudante como estrategia de intervención educativa"*. Madrid: Catarata.
- Fernández, I., y Hernández, I. (2005). *El maltrato entre escolares. Guía para jóvenes*.

- Madrid: Defensor del Menor.
- Fernández, I., y Hernández, I. (2005). *El maltrato entre escolares. Guía para padres*. Madrid: Defensor del Menor.
- Fields, S. A., y McNamara, J. R. (2003). The prevention of child and adolescent violence: A review. *Aggression and Violent Behavior*, 8(1), 61-91.
- Hawker, D. S., y Boulton, M. J. (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 41, 441-455.
- Lee, C. (2004). *Preventing bullying in schools. A guide for teachers and other professionals*. London: Paul Chapman Publishing.
- Martín, E., Fernández, I., Andrés, S., Del Barrio, C., y Echeita, G. (2003). La intervención para la mejora de la convivencia en los centros educativos: modelos y ámbitos. *Infancia y Aprendizaje*, 26(1), 79-95.
- Monjas, M.^a I. (2004a). *¿Mi hijo es tímido?* Madrid: Pirámide.
- Monjas, M.^a I. (2004b). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños/as y adolescentes*. Madrid: CEPE. (1^a ed., 7^a reimp.).
- Monjas, M.^a I. (2006). *La timidez en la infancia y en la adolescencia*. Madrid: Pirámide. (1^aed. 2^a reimp.)
- Monjas, M.^a I. (Dir.) (en prensa). *Programa de Asertividad y Habilidades Sociales (PAHS) para Educación Infantil, Primaria y Secundaria*. Madrid: PRAXIS.
- Monjas, M.^a I. y Avilés, J. M.^a (2003). *Colegas, [amig@s](#) y [compañer@s](#)*. Valladolid: Junta de Castilla y León y REA (Asociación castellano-leonesa para la defensa de la infancia y la juventud).
- Monjas, M.^a I. y Avilés, J. M.^a (2003). *La familia ante el maltrato entre iguales*. Valladolid: Junta de Castilla y León y REA (Asociación castellano-leonesa para la defensa de la infancia y la juventud).
- Monjas, M.^a I. y Avilés, J. M.^a (2003). *Programa de sensibilización contra el maltrato entre iguales*. Valladolid: Junta de Castilla y León y REA (Asociación castellano-leonesa para la defensa de la infancia y la juventud).
- Monjas, M.^a I. y González, B. (Dirs.) (2000). *Las habilidades sociales en el currículo*. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura. Centro de Investigación y Documentación Educativa (CIDE).
- Monjas, M.^a I., García, B., Elices, J.A., Francia, V y de Benito, P. (2004). *Ni sumisas ni dominantes: Los estilos de relación en la infancia y en la adolescencia*. Memoria de investigación. Madrid: Instituto de la Mujer.
- Monjas, M.^a I., y Ruiz, I. (2004). La competencia emocional de las víctimas del maltrato entre iguales. En M.^a I. Fajardo, M.^a I. Ruíz, A. Ventura, y F. Vicente. *Infancia y adolescencia: Desarrollo psicológico y propuestas de intervención* (pp. 421-428). Badajoz: PSICOEX. ISBN: 84-688-932595-3-5.
- O'Moore, M. (2005). Programas para profesores. En J. Sanmartín. *Violencia y escuela* (pp. 57-76). Valencia: Centro Reina Sofía para el estudio de la violencia.
- Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Madrid: Morata.

- Ortega, R. (Coord.) (2000). *Educación para la convivencia para prevenir la violencia*. Madrid: Visor.
- Ortega, R., y del Rey, R. (2003). *La violencia escolar. Estrategias de prevención*. Barcelona: Graó.
- Ortega, R., y del Rey, R. (2004). *Construir la convivencia*. Barcelona: Edebé.
- Smith, P. (2005). Factores de riesgo familiares. En J. Sanmartín. *Violencia y escuela* (pp. 57-76). Valencia: Centro Reina Sofía para el estudio de la violencia.
- Torrego, J.C. (2005). *Mediación de conflictos en instituciones educativas*. Madrid: Narcea (1ª ed., 5ª imp.).
- Trianes, M. V. (2000). *La violencia en contextos escolares*. Málaga: Aljibe.
- Trianes, M. V., y Fernández-Figueras, M. C. (2001). *Aprender a ser personas y a convivir. Un programa para Secundaria*. Bilbao: Desclée.