

SO...nia

10 años

¡QUÉ REGALO!
GANÁ
10 básicos
del guardarropa
soñado

**MODA +
MAKE UP**
TU NUEVO
ESTILO

Silueta futurista
Sastrería sofisticada
Accesorios chic
Piezas clave

DESDE PARÍS
Tzvetan Todorov
"El miedo a los que
son distintos nos
vuelve violentos"

DESDE HARVARD
Howard Gardner
5 mentes para
el mundo de hoy

A SOLAS
Esther Feldman
Las novelas rosas
atentan contra las
relaciones de pareja

PISO
COMPARTIDO
4 AMIGAS
Y SU EXPERIENCIA DE
VIVIR JUNTAS

Una cuestión de

actitud

LA CRISIS COMO OPORTUNIDAD

ESPIRITUALIDAD | COMPROMISO | OPTIMISMO | FLEXIBILIDAD | ESPERANZA

ISSN: 1514-7002





ACOSO ESCOLAR

¿víctima víctimario o espectador desorientado?

Así como nos preocupamos porque a nuestros hijos les vaya bien en Matemática o en Lengua, debemos estar atentos a cómo se relaciona con sus compañeros. Esto es lo que los psicopedagogos llaman "alfabetización emocional", y los chicos quizá no sean el blanco de las burlas, pero sí los maltratadores o los que miran sin saber qué hacer.

Por Isabel Martínez de Campos. Foto: Getty Images.



Los chicos dan en el colegio algo de lo que reciben en su casa. El acoso, como toda otra conducta violenta, se aprende.

A mi hija la veo triste. No quiere ir al colegio". "Me da la sensación de que Martín no tiene amigos; no lo invitan a jugar". "En la clase de Lorenzo, todos juegan al fútbol pero mi hijo no. Quizá por eso está solo". "Juana me dice que se burlan de ella porque come frutas en el recreo".

Es el temor de toda madre. Que nuestro hijo sea rechazado, que no tenga amigos, que no lo quieran o que lo traten mal. Al fin y al cabo, ¿a quién le gusta que su hijo no encaje en el grupo de compañeros del colegio o que lo tomen de punto? Los expertos en el tema dicen que estos miedos son normales, pero que muchas veces nos preocupamos sin razón y proyectamos nuestros temores en los chicos.

Lo que tenemos que hacer es involucrarnos para poder diferenciar entre la preocupación sin motivos y una realidad de la que tenemos que ocuparnos porque nuestros hijos lo están pasando mal.

PRESTAR ATENCIÓN SIN EXAGERAR

La idea no es atemorizar, pero sí estar atentos. Vivimos tiempos en los que la violencia entre los chicos aumenta día tras día. Es cierto que las burlas en el colegio no son nada nuevo, pero también lo es que los extremos a los que hemos llegado –casos serios de acoso escolar y hasta virtual– nos obligan a abrir los ojos mucho más que de costumbre.

En la Argentina, uno de cada cuatro chicos les teme a sus compañeros de grado, según afirma la Red Iberoamericana de Observatorios de Violencia Escolar. Llamado en su versión extrema *bullying* o intimidación, hay más de 20.500.000

sitios que hablan de este tipo de acoso en Internet. Y la mayoría insiste en que padres y maestros tomen conciencia de lo que está ocurriendo. En especial, en la necesidad de que hablen con sus hijos, aunque no sean ellos las víctimas de la

situación. Porque hay algo importante que decir: en la mayoría de los casos de acoso, hay tres actores: el victimario, la víctima y el espectador. Es posible que nuestros hijos no maltraten ni sean el blanco de las burlas, pero sí que estén presentes y no sepan cómo actuar.

BUENOS EJEMPLOS EN CASA

Es fundamental enseñar a los chicos a respetar las diferencias, educar en la diversidad. También tratarlos bien en casa y poner límites con autoridad y no con autoritarismo, para que el día de mañana no maltraten a otros.

"Se ha visto que entre los chicos que hostigan a sus compañeros hay, con frecuencia, antecedentes de estilos parentales autoritarios o punitivos, en los que existe una disciplina inconsistente, indiferencia o falta de ternura. El acoso, como toda conducta violenta, se aprende", explica Alejandro Castro Santander, psicopedagogo y autor del libro *La violencia silenciosa en la escuela*.

En su opinión, la respuesta de los colegios a esta problemática debe ser educativa: "Sí a las matemáticas, la lengua y las demás ciencias; pero también sí a la alfabetización emocional". A veces, ocurre que los padres no se dan cuenta de que están dando ejemplos de maltrato a sus hijos, porque quizás asocian esta palabra con conductas extremas. Pero la falta de respeto hacia un hijo o la desvalorización constante pueden ser modelos que los niños copien en el colegio. También es

tipos de intimidación

- **Física:** pegar, tirar las cosas, hacer zancadillas, robar tareas o útiles, o ensuciar, entre otras cosas.
- **Verbal:** poner sobrenombres, insultar, dejar en evidencia defectos físicos o menospreciar.
- **Exclusión social:** ignorar, hacer el vacío, inventar historias falsas, contar intimidades o dejar afuera de reuniones.
- **Virtual:** acosar a través del chat, las redes sociales o los correos electrónicos.



Por lo general, los chicos no cuentan nada cuando tienen un problema grave.

invitados por los compañeros o no contar episodios del día. Tanto para los chicos que sufren una intimidación como para aquellos que son espectadores desorientados es imprescindible hablar mucho, entender

posible que algún chico acose a sus compañeros aunque no haya aprendido esa conducta en su casa; en ese caso, es muy importante que se consulte a algún especialista que los ayude a descubrir la causa, ya sean frustraciones o miedos.

Ahora, ¿qué hacer si nuestro hijo es víctima de acoso? ¿Cómo darnos cuenta de si está siendo maltratado o si, simplemente, está pasando por una etapa en la que no tiene muchos amigos? ¿Cuándo nos tenemos que preocupar? ¿Le enseñamos a defenderse? ¿Cómo?

“La intimidación o *bullying* es una situación de abuso de poder entre iguales, que se manifiesta en comportamientos violentos que se repiten casi a diario en el ámbito escolar. Este maltrato toma diferentes modalidades, ya sea psicológico, verbal o físico”, explica Eva Rotenberg, directora de la Escuela para Padres.

POCOS AMIGOS NO ES LO MISMO QUE NINGUNO

Hay que aclarar que no es lo mismo estar aislado que no estar dentro del grupo de los populares o de los líderes de la clase. Tampoco lo es tener pocos amigos. “Hay chicos que están solitos en el patio; nadie les habla, no juegan, y si necesitan algo, no lo piden. Diferente es la situación de un chico o una chica que interactúa con uno o dos compañeros, tal vez los menos populares, pero no está solo”, explica la psicopedagoga María Zysman. Si bien en los dos casos hay sufrimiento, en el primero deben tomar cartas en el asunto padres, docentes y psicopedagogos; en el segundo, no. En general, cuando tienen un problema grave, no lo cuentan abiertamente, pero lo manifiestan de otras formas: evitan hablar del colegio, se retraen, se quejan o critican mucho a sus compañeros que tienen una actitud provocadora. Es difícil para ellos decir “me siento solo”, “no tengo nada que ver con los chicos” o “no sé de qué hablar”. Lo que hacen, dice Zysman, es no querer ir a los cumpleaños, no invitar ni ser

qué les pasa y recibir herramientas para poder discernir, defenderse o defender a los demás y creer en ellos mismos.

PADRES DIFÍCILES, HIJOS DESORIENTADOS

“En el colegio, los chicos dan algo de lo que reciben en su casa”, explica la licenciada Eva Rotenberg, autora del libro *Hijos difíciles. Padres desorientados. Padres difíciles. Hijos desorientados*. Ella sostiene que los padres son casi siempre los últimos en enterarse de lo que le ocurre al chico, porque el hijo/la hija siente vergüenza de lo que le sucede. El maltrato escolar puede coincidir con problemas familiares —con los padres o hermanos—, por lo que al chico le cuesta mucho confiar “el secreto de sus humillaciones”. En ciertos casos, hay que ayudar a los padres para que puedan escuchar y ayudar a sus hijos, porque muchas veces los padres se angustian y los retan creyendo que así aprenderán a defenderse. Lamentablemente, de este modo los están hundiendo más.

DEFENDERSE CON RESPETO

La posibilidad de defenderse se aprende sintiéndose respetado y tenido en cuenta desde los primeros años de vida. Es fundamental trabajar la autoestima de nuestros hijos y enseñarles desde muy chiquitos que nadie debe maltratarlos. Hoy en día, muchos padres les dicen a sus hijos que tienen que pegar para hacerse respetar, o insultar antes que los insulten. Los expertos, sin embargo, afirman otra cosa. Vivimos tiempos en los que el otro muchas veces es anulado como persona. Es necesario enseñarles desde chiquitos las diferencias entre relaciones tóxicas y relaciones sanas. No tener muchos amigos no es algo tóxico; dejarse insultar, pegar y maltratar, sí lo es. Enseñemos a nuestros hijos a quererse, a respetarse y a cuidarse. Sólo así también cuidarán a otros y construiremos una sociedad mejor. ■