



EDUCACIÓN PRIMARIA

Fichas de buenas prácticas para la atención a problemas de salud mental

Una herramienta de ayuda para
los centros educativos

FICHA INDIVIDUAL

ACOSO ESCOLAR

Fichas de buenas prácticas para la atención a problemas de salud mental en Educación Primaria. Una herramienta de ayuda para los centros educativos. Ficha individual: Acoso escolar.

Material elaborado en el marco del proyecto de investigación orientado a la transferencia del conocimiento, "Revisión y valoración de políticas de prevención e intervención en salud mental infanto-juvenil en centros educativos" (IP, Martiño Rodríguez-González, ICS-UNAV) desarrollado por la Universidad de Navarra en colaboración con la Universidad Internacional de La Rioja UNIR- ITEI.

Se permite la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento siempre que se mencione la fuente y se haga sin fines comerciales.

Producción: María Martín Vivar, Victoria Nieuwenhuys Ruiz, María de los Ángeles Cueli Naranjo, Martiño Rodríguez González.

Con la colaboración de la Asociación de Psicólogos de Niños y Adolescentes de España (APSNAE)



Colaboración: Judith de la Fuente Idígoras, Albert de Santiago Bayona, María Calatrava Martínez, Mercedes Haydon.

Agradecimientos: a todos los docentes que han revisado las fichas y nos han ayudado a crear una versión de ellas que pueda ser de utilidad para su labor educativa.

Diseño y maquetación: Natanael Maudo.

Para más información sobre los temas tratados en este documento, póngase en contacto con smcolegios@unav.es

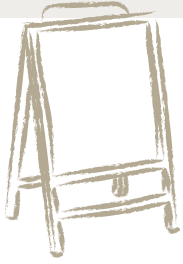
DOI: <https://doi.org/10.15581/029.00008>

ISBN individual: 978-84-8081-807-0

ISBN Título Colección: 978-84-8081-805-6

EDUCACIÓN PRIMARIA

ACOSO ESCOLAR



Introducción

El acoso escolar es la **agresión hacia un menor**¹ por parte de un compañero o grupo de compañeros, ya sea de manera física, verbal o psicológica de forma reiterada y a lo largo del tiempo, sintiéndose el menor indefenso, sumiso e inferior ante tal situación.

Puede tomar formas y circunstancias muy diferentes. Muchas veces pasa desapercibido por padres y profesores.

- **Perfil físico:** empujones, golpes, puñetazos, agresiones verbales (insultos y difamaciones), robos y rotura de objetos personales.
- **Perfil psicológico:** menosprecio de cualidades, manipulación, ignorancia, chantajes y aislamiento del resto de compañeros de clase, entre otros.

Todo esto tiene consecuencias familiares, sociales y académicas graves en el menor, así como a nivel personal, emocional y cognitivo. La gravedad de estas depende en gran medida del tiempo que se mantenga el acoso. La exposición al acoso escolar en la infancia se ha asociado con consecuencias graves negativas para la salud y el desarrollo social a lo largo de la vida.

Es importante señalar que, para que sea acoso, debe existir desigualdad de poder, un desequilibrio de fuerzas a nivel físico, social o psicológico entre el acosador y el acosado, que se encuentra sometido.

¹ Con el fin de facilitar la lectura de la ficha, se utilizarán los términos "profesores", "alumnos", "niños", "orientadores", "psicólogos", "compañeros", y "menores" para hacer referencia tanto al sexo femenino como al masculino.

Perfil del acosador

- Niños fuertes, impulsivos o agresivos. Ejercer agresividad es su forma de reafirmar su personalidad y liderazgo en el grupo.
- Presentan muchas dificultades para ponerse en el lugar del otro y mostrar empatía.
- No identifican ni regulan bien sus emociones.
- Imponen su poder haciendo uso de amenazas, insultos y agresiones. No saben comunicarse ni hacer peticiones desde la asertividad. Tienen dificultades en la adaptación y en la flexibilidad.
- Posiblemente reciben violencia en el entorno familiar y/o social.

Perfil del acosado

- Pueden tener discapacidad física o intelectual, pobres habilidades sociales y no seguir las mismas tendencias o gustos de la mayoría.
- Pueden destacar por su inteligencia, características de su personalidad e incluso atractivo físico.

Un tipo de acoso cada vez más común es el ciberacoso. Consiste en la intimidación o humillación a través de medios digitales y redes sociales de forma reiterada y prolongada. Es especialmente perjudicial porque el acosado puede sentirse intimidado en cualquier momento y lugar, estando así más expuesto. Engloba distintas acciones como el envío de mensajes ofensivos y amenazas, la suplantación de identidad, el acceso ilegal a una cuenta personal, la difusión de información personal, el retoque de fotos y videos comprometedores y la difusión de rumores o rasgos negativos a través de las redes sociales.

El 9,53% del alumnado español afirma haberse sentido acosado en la etapa de Educación Primaria y un 9,2% afirma haber sufrido ciberacoso, según el primer estudio estatal de la convivencia escolar en educación primaria realizado a petición del Ministerio de Educación y Formación Profesional (Torrego, 2023).



Señales de alarma

- **Aspecto físico:** el acosado se muestra con frecuencia cansado, fatigado o con sueño. Estos comportamientos también influyen en la postura, vestimenta y forma de moverse. Se observa un fuerte cambio en el que el menor pasa de ser enérgico y activo a dejar de serlo. Lo objetivable y notorio es el cambio.
- **Ausencias a clase y enfermedades:** faltas frecuentes, queja de dolores sin foco o una causa médica aparente. En ocasiones puede llegar a vomitar por el malestar antes de ir al centro escolar, de forma reiterada.
- **Conductas en clase:** deja de participar e interactuar, habla bajo cuando se le pregunta o ni siquiera contesta. También puede estar inquieto y moverse mucho, mostrándose tenso, con posturas forzadas y estando incómodo con la situación.
- **Baja motivación y participación:** se observa retraimiento social, intentando pasar desapercibido por sus iguales y profesores. Se muestra indiferente y con baja motivación por asignaturas y actividades que antes sí le gustaban.
- **Bajo rendimiento escolar:** repetidamente no presenta deberes, pierde los libros y cuadernos o se le olvida qué días son los exámenes.
- **Conductas en el patio u otras actividades grupales:** el menor suele estar solo e interactúa poco o nada con sus compañeros. Cuando se le pregunta y se sugiere estar con sus iguales dice que prefiere estar solo. Suele ser de los últimos en salir elegido a la hora de hacer equipos y normalmente rehúye de salir al patio si no es obligatorio y en cambio aprovecha para ir a la biblioteca para estudiar o adelantar deberes.
- **Percepción de sí mismo:** al hablar con él en tutoría o en confianza, dice comentarios que indican desvalorización sobre sí mismo. Le cuesta mucho aceptar halagos y reconocer las cosas que hace bien. Durante la conversación puede confirmar que tiene pesadillas, cambios de humor y mostrarse miedoso en exceso con los ruidos.
- **Pérdida de intereses y gustos:** durante una conversación o interacción cercana se observa claramente que el menor está muy desmotivado con todo lo relacionado con el centro escolar, especialmente con las actividades grupales que a todo el grupo-clase le gustan o que a él sí le gustaban antes.



Abordaje

Si cree que un alumno está sufriendo una situación de acoso escolar no debe ignorar las señales detectadas. Es recomendable comentárselo rápidamente al Comité Directivo, preferiblemente al miembro más cercano al menor, que suele ser el jefe de estudios de Primaria. En ese momento, se debe contactar el orientador del colegio con el fin de abordar el problema con el menor y su familia de la mejor manera posible, siguiendo así el protocolo establecido en el centro escolar para valorar y actuar contra esta situación de acoso.

A continuación, se ofrecen algunas recomendaciones para actuar mientras espera que el colegio active el protocolo en caso de observar sufrimiento en el menor o alguna situación de acoso escolar en el día a día.

1 ¿Qué queremos conseguir?

Una convivencia libre de acoso y agresividad. Para ello, hay que ayudar y acompañar al alumno, al acosador y al resto de alumnos del aula que son espectadores. El centro debe intervenir para que la situación no se vuelva a repetir.

2 ¿Cómo actuar ante un comportamiento de acoso?

Actúe inmediatamente, parando la situación y separando a los implicados. Procure separarlos en la colocación en el aula, en el comedor, en el recreo o cualquier espacio donde puedan estar cerca.

Avise al resto del profesorado para que le ayuden con la gestión del conflicto.

Ante posibles situaciones tensas o problemáticas, mantenga una actitud calmada y firme. Establezca y mantenga los límites necesarios para evitar que la situación se siga dando o se pueda volver a repetir.

La mediación entre iguales para solucionar el problema (que hablen entre ellos, se den la mano, etc.) no suele ser eficaz a la hora de solucionar el conflicto. Es mejor separar y hablar con ambas partes por separado para tener la mayor información.

3 ¿Debo hablar con el alumnado implicado?

Acercarse y hablar con el acosado acerca de los comportamientos observados y preocupantes brinda al menor una sensación de alivio, al reconocerle las dificultades a las que se está enfrentando. Muchos menores no cuentan lo que están pasando por miedo a preocupar a los adultos o sienten indefensión pensando que nada va a cambiar.

4 ¿Cómo dirigirse al alumnado?

En el caso de que un menor quiera hablar, muestre implicación y apoyo. Escuche de manera activa, dele espacio sin interrupciones. Pregúntele de manera individual y lo más simple posible. Trate de que sus respuestas y expresiones sean sensibles, cercanas y sin juicios.

Para que cualquier persona, niño o adulto, sea capaz de pedir ayuda y mostrar aspectos vulnerables o difíciles, necesita un contexto de seguridad. Usted puede contribuir a que ese contexto se genere. Esta guía busca ayudarle a saber cómo contribuir a crear este ambiente de seguridad, en el que el menor se atreva a mostrarse y dar estos pasos.

Alumno acosado:

Valide sus sentimientos. Por ejemplo, con estas frases: "entiendo que lo tienes que estar pasando mal", "cuánto siento que estés así, vamos a ver cómo ayudarte y apoyarte desde el centro escolar".

.....

Hágale saber que lo que le está pasando no es culpa suya. Por ejemplo, se le puede decir: "nadie tiene derecho a meterse con nadie".

.....

Es imperativo garantizar la seguridad del menor evitando que se vuelva a dar otra vez la situación de acoso. Por ello vigile aquellos lugares dentro de la escuela donde pueda producirse la situación de acoso, realice un seguimiento diario del acosado en conjunto con un equipo de confianza, en tutorías privadas o después de clase. Garantice que el menor esté acompañado de un amigo o identifique profesores de confianza a los que pueda acudir y favorezca la flexibilidad.

.....

Alumno agresor:

Intente empatizar con el menor. Es importante tener en cuenta que detrás de su comportamiento hay dificultades emocionales y sociales y un malestar interior que necesita ser atendido.

.....

Deje claro que el acoso no será tolerado. Hágale ver las consecuencias para su compañero, el grupo, el centro escolar, él mismo y las familias. Es importante que entienda las consecuencias de su comportamiento.

.....

Desarrolle un plan de acción que sea responsable y cambie su comportamiento. En ocasiones, esto puede incluir medidas disciplinarias, como la suspensión o la expulsión temporal de la escuela.

.....

Alumnado espectador:

Si algún compañero acude a comentar algo que ha visto es necesario valorar en detalle todas sus manifestaciones e informaciones. Intente mostrarse siempre disponible para recibir cualquier tipo de comunicación al respecto.

.....

Anime a tomar medidas para detener el acoso, como hablar con un adulto de confianza y apoyar a la víctima. Algunas ideas son no dejar solo al alumno acosado para prevenir el conflicto, prestarle atención para que se sienta acompañado; y si presencian una situación de acoso, pedir con firmeza y educación al o los acosador/es que paren.

.....

Referencias bibliográficas

Torrego, J. C. (2023). *Estudio estatal sobre la convivencia escolar en centros de educación primaria*. <https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:f3070940-540d-4ea9-b85a-8f9fcc301c1b/estudio-estatal-sobre-la-convivencia-escolar-en-centros-de-educacion-primaria-vf.pdf>