



(...) Una de las consecuencias del enorme esfuerzo profesional que está realizando el Observatorio en su cometido de proponer una cultura para la paz en el ámbito educativo, es la divulgación de este valioso recurso denominado **EL BULLYING NO ES JUEGO. Guía para todos.**

El documento está dirigido a toda la Comunidad Educativa, e integra en su contenido todos aquellos componentes que la evidencia científica ha puesto de relieve en el conocimiento del bullying y otros comportamientos violentos y/o disruptivos, vertebrándolos de manera muy didáctica en la identificación, su naturaleza y causas, la clasificación, los factores personales familiares y sociales de riesgo, y, especialmente, las propuestas concretas de intervención.

Encontramos en sus páginas iniciales una clarificadora descripción del fenómeno bullying en las que acertada y didácticamente se exponen los tipos, las modalidades, la tipología de las víctimas y los niveles de intensidad del acoso que, cuando se convierte en sistemático e intencional da lugar a tal denominación, con sus alcances más recientes y sofisticados en las redes virtuales y sociales. La Guía es sumamente completa en la información que ofrece a los usuarios de todas las modalidades de acoso. En este aspecto, ofrece un amplio análisis de las características del *ciberbullying (Happy slapping, Datin violence)*, y otras modalidades que probablemente hayan tenido menor visibilidad social como el Grooming (Acoso de adultos a menores a través de Internet) por el nivel de anonimato en los medios de comunicación y el Sexting (Envío a través de la red de imágenes de contenido sexual).

Antonio Vallés Arándiga

AUSPICIADORES:



OCTAVIO BERTOLERO S.A.



PAN AMERICAN SILVER PERÚ S.A.C.



CLUB DE TRABAJADORES DEL
BANCO CENTRAL DE RESERVA DEL PERÚ

EL BULLYING NO ES JUEGO. Guía para todos

EL BULLYING NO ES JUEGO

Guía para todos

**Julio Carozzo
Luis Benites
Luis Zapata
Víctor Horna**

Lima - Perú

EL BULLYING NO ES JUEGO

Guía para todos

**Julio Carozzo
Luis Benites
Luis Zapata
Víctor Horna**

Lima - Perú

ÍNDICE

5 Prólogo

7 Presentación

CAPÍTULO I

13 El Bullying, características y tipos

¿Qué es el bullying? - Modalidades de bullying - ¿Cuándo el acoso se convierte en bullying? - El acoso virtual o ciberacoso - El happy slapping - El datin violence - Factores de riesgo - ¿Qué es el grooming? - ¿A qué se llama sexting?

CAPÍTULO II

35 Efectos del bullying

Consecuencias en la víctima - Consecuencias en el agresor - Consecuencias en los espectadores - Consecuencias en el centro escolar - ¿Las víctimas son todas iguales? - ¿Cómo reconocer si su hijo es víctima de acoso? - ¿Cómo reconocer si su hijo es el agresor? - ¿Qué hacer si su hijo es víctima? - ¿Qué hacer frente al acoso virtual? - Consejos para los padres - ¿Qué debes hacer si eres víctima? - ¿Qué hacer si su hijo es agresor? - ¿Si eres el agresor, qué debes hacer? - Recomendaciones para los espectadores - Lo que no debe hacerse - Recomendaciones para padres y docentes - Rol del profesor frente al bullying - Recomendaciones para el colegio.

CAPÍTULO III

59 La Convivencia en la Escuela

¿Qué es la convivencia en la escuela? - Aprendiendo a convivir en la escuela - Factores que favorecen la convivencia en la escuela - ¿Qué se requiere para aprender a vivir en convivencia? - ¿Qué genera el clima de convivencia en los estudiantes? - ¿Cómo conceptualizar la disciplina? - La disciplina en la escuela - ¿Qué factores afectan la disciplina escolar? - La convivencia y los conflictos en la escuela - ¿Qué

© 2012, Observatorio sobre Violencia y Convivencia en la Escuela

Esta es una Publicación del OBSERVATORIO
Sobre Violencia y Convivencia en la Escuela
Todos los Derechos Reservados.

Hecho el Depósito Legal N° 201207876
en la Biblioteca Nacional del Perú

Primera Edición
Julio de 2012
Lima - Perú

Impreso en:
Dennis Morzán D.
Impresiones & Empastes

Diagramación, diseño
y corrección de estilo:
Gaby Fuentes Ch.

- * Los artículos que figuran en este volumen son responsabilidad de los autores.
- * Esta obra no podrá ser registrada, reproducida, en total o partes, o transmitida por un sistema de recuperación de información, en ninguna forma, idioma medio alguno; sea mecánico, fotoquímico, magnético, electrónico, electroóptico, fotocopia o cualquier otro, sin previa autorización escrita de su titular.

situaciones, acontecimientos o acciones pueden dar lugar a conflictos en la escuela y en el aula? - ¿Qué son las normas de convivencia? - Dimensiones de las normas de convivencia - Trasgresión a las Normas de Convivencia - Estímulos y sanciones - Diferencias entre el castigo y las consecuencias como medidas correctivas - Elementos para elaborar un Manual de Convivencia.

CAPÍTULO IV

79 Las Habilidades Sociales

Las habilidades sociales - ¿Cómo aprendemos las habilidades sociales? - Los componentes de las habilidades sociales - Funciones de las habilidades sociales - Clasificación de las habilidades sociales - ¿Qué son las habilidades para la vida? - Las habilidades sociales en el contexto escolar - Clasificación de las habilidades para la vida - ¿Cómo implementar el programa de habilidades sociales?

CAPÍTULO V

91 Educación Emocional

Aprender a conocer, expresar y manejar nuestros sentimientos - ¿Qué es la educación emocional? - ¿Qué es una emoción? - Competencias de la educación emocional - Educación emocional, garantía de adaptación en la escuela - Cuestionario de Educación Emocional.

CAPÍTULO VI

105 La Mediación Escolar

La mediación en la escuela - ¿Qué es la mediación escolar? - ¿Qué desempeño tiene el mediador? - Etapas del proceso de mediación - Agenda de la mediación escolar - Cuento: Si los tiburones fueran hombres.

113 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

115 AUTORES DE LA GUÍA

PRÓLOGO

El fenómeno del bullying es algo común en nuestras escuelas y su diario acontecer no hace distinciones entre sus víctimas porque cualquier niño, niña o adolescente puede ser el objetivo elegido. Pero es cierto que existen personas que por sus características personales son elegidos por el agresor y sus cómplices para ejercer contra ellos prácticas repetidas de burlas, humillaciones y golpizas, ante una casi completa indiferencia de los “buenos” que no actúan en su defensa principalmente porque no existe una cultura de la solidaridad. Por el contrario el modelo que domina el escenario social está saturado de violencia relacional e inequidad como garantía de alcanzar objetivos personales, lo que además le otorga al agresor cierto prestigio y reconocimiento social.

Los niños, niñas y adolescentes aprenden de estos modelos para resolver las naturales diferencias que entre ellos existen, y si logran sus objetivos y nadie les hace saber que están procediendo equivocadamente, es poco probable que ellos tomen posturas de respeto a los derechos de los demás. Estos modelos sociales nos han enseñado a ser insensibles al dolor del otro, a tal grado que lo ignoramos e invisibilizamos como una forma de abuso mucho más corrosivo de lo que se cree.

En estas condiciones los niños, niñas y adolescentes sufren una doble alienación: reciben una crianza y educación fundada en el autoritarismo y la inequidad, que en el colmo del cinismo social la presentan como naturales y necesarias en el hogar y en la escuela y su inescrupulosa difusión llega a convencer a los niños, niñas y adolescentes que la interiorizan, que se trata de una regla social de conducta que debe ser aceptada pasivamente. Pero cuando los niños, niñas y adolescentes replican los modelos aprendidos contra otras personas son inmediatamente reprendidos y se les castiga, lo que está mal y les sorprende que los maltraten por hacer lo que ven en su entorno; o en su defecto los padres y docentes se mantienen al margen de los acontecimientos de violencia que perpetran sus hijos o los alumnos, lo que es peor porque configura una tácita aprobación y aceptación de sus acciones de violencia contra sus pares.

En consecuencia el acoso escolar no es un problema individual. La responsabilidad del acoso no recae exclusivamente sobre el agresor. Tampoco se puede atribuir la conducta agresiva a la existencia de una perturbación psicológica en el acosador ni la familia debe ser sentenciada como la mayor responsable de la existencia de estudiantes turbulentos.

El acoso contra los escolares se nos presenta como un acontecimiento individual y, por esa razón, la idea inmediata para intervenir es el castigo. Puede haberse dado casos en que las medidas disciplinarias han dado resultado, lo que no debería

extrañarnos, por el prestigio de que aún gozan los estilos represivos, no obstante aquello no tiene por que ser la medida adecuada para abordar el bullying en las escuelas. La facilidad de su empleo y la rapidez de sus efectos nos anima a ser castigadores y propiciar de esa manera un creciente distanciamiento afectivo con los menores.

La inercia que se aprecia en las instituciones vinculadas a la educación y la ausencia de políticas destinadas a mejorar el clima de las escuelas son alarmantes, al tiempo que periódicamente los suicidios de niños y niñas moviliza a los funcionarios, padres de familia y a los órganos de información masiva a desatar una cacería de brujas porque de ese modo eluden las responsabilidades institucionales que les conciernen.

Sin embargo no podemos pasar por alto algo muy cierto: ninguno de los agentes educativos está dotado de la debida información para actuar preventivamente, de allí que esta sea la tarea que se debe emprender prioritariamente. La sensibilización y la formación sobre el acoso en la escuela nos debe conducir al entendimiento de que abordar el bullying es una tarea de todos, y para ello hace falta que el Estado incorpore la seguridad de la escuela en un lugar preferente de su agenda política.

Mientras se espera que las más altas entidades del Estado respondan a este desafío con medidas puntuales e inmediatas, dejando traslucir su real compromiso por la calidad de vida en las escuelas y la salud social de los estudiantes, sin someterse a la elite de quienes manejan la economía del país y mezquinan asignaciones para garantizar el bienestar de los estudiantes, el Observatorio sobre Violencia y Convivencia en la Escuela, pone a disposición de los docentes, estudiantes y padres de familia esta Guía de orientación a través de la cual socialicemos conocimientos y herramientas que son necesarios e importantes para comprometer a nuevos actores en el trabajo preventivo de las escuelas y hogares contra la violencia.

Una mano más una mano, no son dos manos, son manos unidas. Une tu mano a nuestras manos para que el mundo no este en pocas manos, sino en todas las manos. Esta es la filosofía que propone el Observatorio: el acoso en la escuela no se puede afrontar exitosamente si las iniciativas son excluyentes y las propuestas se formulan con ánimo de posicionamiento y vedetismo. En esta tarea el único centro de atención son los ocho millones de niños, niñas y adolescentes que estudian en los más de 60 mil centros educativos ¿Existe alguna institución con capacidad de asumir tamaño desafío?, no la hay en ningún lugar del mundo, por eso la necesidad de unir nuestras manos, porque la solución del problema está en todas las manos.

Julio César Carozzo C.
Presidente

PRESENTACIÓN

Aprender a convivir es un objetivo necesario y fundamental para el desarrollo integral de la personalidad del alumnado. La convivencia con las personas que nos rodean exige un ejercicio de desarrollo y madurez psicológica que no resulta nada fácil, a la luz de las evidencias proporcionadas por los numerosos estudios acerca de la violencia escolar, del bullying, del acoso entre estudiantes y otros problemas de disruptividad que alteran la necesaria convivencia pacífica que debe caracterizar la vida diaria en las aulas y los centros escolares. En los últimos años han sido numerosas las instituciones que vienen informando del estado de la cuestión acerca de esta problemática. El Observatorio sobre Violencia y Convivencia en la Escuela del Perú es un claro ejemplo de esta trayectoria de investigación y de aportes a la comunidad educativa en la identificación e intervención psicoeducativa de estos fenómenos que alteran la convivencia.

Una de las consecuencias del enorme esfuerzo profesional que está realizando el Observatorio en su cometido de proponer una cultura para la paz en el ámbito educativo, es la divulgación de este valioso recurso denominado: **EL BULLYING NO ES JUEGO. Guía para todos.**

El documento está dirigido a toda la Comunidad Educativa, e integra en su contenido todos aquellos componentes que la evidencia científica ha puesto de relieve en el conocimiento del bullying y otros comportamientos violentos y/o disruptivos, vertebrándolos de manera muy didáctica en la identificación, su naturaleza y causas, la clasificación, los factores personales familiares y sociales de riesgo, y, especialmente, las propuestas concretas de intervención.

Encontramos en sus páginas iniciales una clarificadora descripción del fenómeno bullying en las que acertada y didácticamente se exponen los tipos, las modalidades, la tipología de las víctimas y los niveles de intensidad del acoso que, cuando se convierte en sistemático e intencional da lugar a tal denominación, con sus alcances más recientes y sofisticados en las redes virtuales y sociales. La Guía es sumamente completa en la información que ofrece a los usuarios de todas las modalidades de acoso. En este aspecto, ofrece un amplio análisis de las características del cyberbullying (Happy slapping, Datin violence), y otras modalidades que probablemente hayan tenido menor visibilidad social como el Grooming (acoso de adultos a menores a través de Internet) por el nivel de anonimato en los medios de comunicación y el Sexting (envío a través de la red de imágenes de contenido sexual).

Asimismo ofrece un amplio listado de indicadores conductuales cuyo análisis permite discernir entre acoso y bullying, a la vez que informa de las funestas consecuencias que tiene el fenómeno en la víctima, el agresor, en los espectadores y en el funcionamiento del centro educativo.

Conocer con amplitud el fenómeno del bullying implica identificar cuáles son los protagonistas del mismo y el rol que ejerce cada uno de ellos. Identificar el comportamiento de la víctima, del acosador y de los espectadores en sus diferentes actitudes permite analizar las relaciones interpersonales establecidas en la dicotomía dominio-sumisión como un Análisis Funcional de Conducta. Averiguar estas relaciones de los protagonistas propiciará la implementación de pautas preventivas, tal y como acertadamente propone la Guía para acabar con el código del silencio.

Disponer de un conocimiento amplio del fenómeno del bullying exige identificar los factores de riesgo que pueden abocar a los alumnos a un comportamiento violento en el escenario escolar. La Guía clasifica en factores personales, familiares, escolares, sociales y mediáticos, contextuales y ambientales las causas que potencialmente estarían explicando la naturaleza del comportamiento acosador, al igual que ofrece detallada información sobre los factores tecnológicos (Celular, Internet, Redes sociales, Mensajería, Videojuegos...) que dan amparo al ciberbullying. La descripción de estos aspectos facilita a las familias un mayor y mejor conocimiento de los riesgos del comportamiento de sus hijos en este escenario virtual.

Esta Guía permitirá a las familias que puedan reconocer si los hijos son víctimas de bullying o si son agresores. Para ello se presentan las conductas a observar como un sencillo y concreto instrumento de valoración para detectar la existencia de estos comportamientos. Se completa esta información diagnóstica con sesudas orientaciones dirigidas a los padres, ofreciendo pautas y actuaciones prácticas dirigidas a la denuncia ante las autoridades del colegio, tanto en el bullying convencional como en el ciberbullying.

También los propios protagonistas (víctima, espectadores y acosador) tienen información clara en la Guía acerca de cómo actuar, con recomendaciones específicas dirigidas a preservar la estabilidad emocional y fomentando actitudes de firmeza sin violencia y de denuncia de los hechos. Del mismo modo, los docentes y los centros escolares reciben, en este documento, orientaciones precisas dirigidas a fomentar el diálogo, la promoción de relaciones de confianza y la identificación de los factores de riesgo, entre otras muchas medidas.

Especial atención merece el apartado de la convivencia escolar. El análisis pormenorizado que la Guía ofrece es un excelente ejemplo de reflexión en torno a su importancia, los factores obstaculizantes y facilitadores de las relaciones

interpersonales que se deben establecer sobre la base de los Derechos humanos fundamentales, en donde tengan cabida actitudes como la participación, el compromiso, el compañerismo, la lealtad, la solidaridad, la igualdad, el respeto... y en el ámbito de la emocionalidad, debe reseñarse que muchos comportamientos conflictivos de los alumnos son explicados por una inadecuada gestión de las emociones y por la expresión (tendencias de acción, comportamientos que se derivan del estado emocional) inadecuada e irrespetuosa de las mismas. Cuando un alumno quiere satisfacer la necesidad emocional de sentirse aceptado por el grupo de iguales y muestra un comportamiento disruptivo, se podría decir que la expresión de su necesidad emocional elegida (hacer tonterías, llamada continua de atención, molestar, interrumpir...) es equivocada para la convivencia escolar. Indudablemente todas las personas tienen unas necesidades emocionales que se consideran básicas, tales como la aceptación, la admiración, el reconocimiento, la seguridad, el afecto, el respeto, etc. Sin embargo, un problema importante en el ámbito de la convivencia escolar es el comportamiento que algunos alumnos manifiestan para intentar satisfacer esas necesidades emocionales.

Por todo ello, es necesario el aprendizaje de la percepción, valoración, expresión y regulación inteligente de las emociones y sentimientos que forman parte de la experiencia relacional. Estas relaciones provocan afectos positivos y negativos (emociones, sentimientos y estados de ánimo) que los alumnos deben aprender a regular. Nos estamos refiriendo a mostrarse empático, a saber identificar sus emociones y sentimientos y los de los demás, aumentar su comprensión emocional y regular reflexivamente las emociones negativas como la ira/enfado/miedo y otros estados de ánimo negativos (odio, desprecio, animadversión, celos...) que suelen estar presentes en la conflictividad que se genera en el centro escolar. Este aprendizaje emocional es un reto importante para el profesorado y demanda de la puesta en práctica de una alfabetización emocional que complemente o se integre en los contenidos de la Educación para la Convivencia Escolar. Estos componentes (actitudes, valores, emociones, sentimientos...) deben ser favorecedores de un clima positivo de convivencia y capaces de garantizar el respeto entre el alumnado, profesorado y familias.

En la Comunidad Educativa, convivir pacíficamente exige aprender a relacionarse con quienes se comparte diariamente algo en común, el alumnado y el profesorado. En el caso de las relaciones entre iguales: alumnos-alumnos y de las relaciones alumnos-adultos-profesores en el actual escenario que constituye el centro escolar exige poner en funcionamiento una intervención psicopedagógica dirigida expresamente a la prevención de la conflictividad y del acoso, y a lograr un aprendizaje de la Convivencia Escolar. Para que este aprendizaje de la convivencia se produzca es necesario la internalización no coercitiva de las normas de convivencia del Centro

educativo, como sistema autorregulatorio del comportamiento humano para que promueva el autocontrol, la autonomía y la toma de decisiones fundamentada en los derechos y deberes de todas las personas que conviven y se relacionan en el escenario escolar y tienen su proyección con la sociedad y con las familias.

Cuando se logra este aprendizaje de la convivencia, la comunidad educativa está más preparada para la prevención y la resolución pacífica de los conflictos o problemas que pueden generarse en la convivencia diaria, y que forman parte de la naturaleza relacional del ser humano, al existir diversidad de intereses, perspectivas e interpretaciones de la realidad tan diversas. Es por ello, por lo que, el aprendizaje de la mediación escolar se constituye en un poderoso recurso de prevención y resolución exitosa de los conflictos interpersonales.

Un componente de gran interés es el de la disciplina escolar. La Guía aporta una interesante diferenciación con respecto a sus notas distintivas, ofreciendo claros matices a los lectores que permitirán conocer con gran detalle cuáles son sus componentes positivos y los factores que la afectan. En el escenario educativo se presentan las normas que deben presidir una convivencia escolar adecuada, positiva, prosocial y democrática, en las que se toman en consideración las diferencias y características peculiares que definen la diversidad de los miembros de la Comunidad Educativa, en la que deben respetarse los derechos y deberes de cada uno de ellos para garantizar la calidad humana de las relaciones interpersonales. La Guía propone el aprendizaje de la convivencia escolar como una respuesta al maltrato y al abuso, siendo clave este aprendizaje en el desarrollo de la formación ciudadana y de la cultura de la paz del alumnado.

Nos encontramos, pues, ante una Guía que constituye un valioso instrumento de identificación y de intervención educativa para la prevención del bullying, del acoso, del maltrato y de la disruptividad o indisciplina que deteriora el clima escolar y relacional. El Observatorio, con encomiable esfuerzo y profesionalidad, ha puesto ante la comunidad educativa peruana un excelente recurso psicológico y educativo, que permitirá abordar con eficacia toda la problemática ocasionada por cualquier forma de violencia y conflictividad que ocurra en los centros educativos.

Antonio Vallés Arándiga
Dpto. de Psicología de la Salud
UNIVERSIDAD DE ALICANTE
ESPAÑA

***“Para educar a un niño
se necesita de todo un pueblo”***
Refrán Africano

***“Lucho por una educación
que nos enseñe a pensar
y no por una educación
que nos enseñe a obedecer”***

MIS DERECHOS Y MIS DEBERES

(Fuente: J. Carozzo, 2008)

Yo tengo DERECHO:

1. A equivocarme y cometer errores.
2. A no saber todo.
3. A no hacer lo que los adultos me piden cuando creo que no está bien.
4. A pensar y sentir en forma diferente a los demás.
5. A actuar de modo diferente de los demás.
6. A expresar mis sentimientos y emociones.
7. A que se respete mi forma de ser, mis características personales, mi cultura, mi religión, mi etnia.
8. A que nadie atente contra mi seguridad y estabilidad psicológica y física.
9. A ser tratado con amabilidad.
10. A ser escuchado.
11. A tomar mis propias decisiones.
12. A no estar de acuerdo en todo y con todos.
13. A rechazar una petición.
14. A una vida saludable y sin violencia.

Yo tengo mis DEBERES:

1. A respetarme y quererme.
2. A tratar de ser cada vez mejor.
3. A mejorar mis habilidades sociales para ser mejor persona.
4. A respetar a los demás (familia, profesores, compañeros de clase).
5. A ayudar a quien me lo pida o lo necesite.
6. A mantener buenas relaciones con los demás.
7. A no agredir ni ser violento con los demás porque no estoy de acuerdo con ellos.
8. A respetar los derechos de las personas.
9. A promover una convivencia amistosa.
10. A respetar los sentimientos y costumbres de los demás.
11. A ser justo y equitativo con los demás.

CAPITULO I

EL BULLYING, CARACTERÍSTICAS Y TIPOS

algo sobre el acoso...

Rosario Ortega (2005), afirma que los niños, desde muy pequeños, aprenden mediante experiencias lúdicas y otras actividades conjuntas, a saber hasta donde se puede llegar en el esquema dominio-sumisión, lo que les permite ir aprendiendo a controlar su propia agresividad y a poner límites a los impulsos rudos o violentos de los demás. Pero a veces, el sistema de relaciones de los iguales se configura bajo un esquema de dominio-sumisión que incluye convenciones moralmente pervertidas e injustas, en las que el poder de unos y la obligación de obedecer de otros se constituyen como esquemas rígidos de pautas a seguir, de las cuales es difícil defenderse desde su propia inmadurez personal.

De lo expuesto se pueden deducir algunas importantes conclusiones:

1. En la cultura dominante de nuestra sociedad están presentes los modelos de inequidad relacional y de agresión como vehículos efectivos de solución de conflictos.
2. Las relaciones de avasallamiento a los derechos del otro lucen dominantes y, además, exitosas para el agresor, lo que lo anima a perseverar en esos estilos.
3. Las personas dominantes, que equivalen a personas exitosas, son ponderadas por la cultura de la violencia.
4. La familia es el primer espacio social en donde se reproducen los modelos de inequidad relacional que promueve la cultura dominante.
5. Los niños(as) llegan a la escuela premunidos de un repertorio de estas conductas que ya han sido interiorizadas y recreadas repetidas veces en su conducta social con la tácita aceptación de su entorno.
6. En la escuela confluyen variados modelos de agresión que serán expuestos en las prácticas lúdicas de los niños(as).
7. Los docentes y autoridades harán uso de sus modelos de solución de conflictos y encausamiento de la conducta, basados en la verticalidad y el autoritarismo, que lejos de controlar la efervescencia de los niños, anima

en ellos una suerte de cohesión solidaria contra las normas que atentan contra su dominante libre albedrío.

7. La experiencia escolar es, desde el primer momento y de manera esencial, de naturaleza relacional e interpersonal, tanto con los otros niños(as) como con los adultos docentes y autoridades.
8. La pobre calidad de las relaciones interpersonales entre todos los agentes educativos fomenta un clima educativo muy poco favorable para el aprendizaje y la educación.

¿ QUÉ ES EL BULLYING ?

Es una forma de violencia que tiene características muy peculiares como corrosivas y da lugar a consecuencias sumamente perniciosas para los que se encuentran involucrados en ella en forma directa o indirecta. Esta modalidad de violencia escolar ocurre esencialmente en los centros educativos, en sus alrededores, en el transporte escolar, así como en aquellos espacios externos del centro educativo en donde se realizan actividades recreativas, culturales y deportivas propiciadas por la escuela.

Podemos afirmar que el bullying tiene las siguientes características:

- a) Es una violencia entre iguales, porque ocurre entre compañeros del mismo salón de clases. Ocasionalmente el agresor o la víctima puede estar en otra aula y otro grado.
- b) Es intencional, porque el agresor actúa con el claro propósito de ocasionar dolor y sufrimiento a la víctima.
- c) Es reiterativo en el tiempo, porque el agresor intimida y maltrata a la víctima en formas sistemática y sostenida durante un periodo de tiempo.
Es silenciosa e invisible, porque los agresores se cuidan de que los profesores y los directivos se percaten de sus actos de matonismo y porque la víctima y los espectadores guardan silencio de las repetidas acciones de violencia que experimentan y perciben. Esto se conoce como código del silencio.
- d) Desigualdad de fuerzas entre el agresor y la víctima, porque el agresor abusa de su mayor poder físico o psicológico para intimidar y maltratar a su víctima, a quien causa variadas formas de daño (físico, psicológico, social).

TIPOS DE ACOSO

Una primera clasificación divide el acoso en dos modalidades:

- ➡ **Acoso Directo:** mediante esta modalidad la acción de violencia que realiza el acosador (golpes, puñetes, patadas, empujones, gritos desaforados, insultos, etc.) produce daño directo e inmediato en la víctima. Este tipo de acoso se reporta con mayor frecuencia en los niños que entre los adolescentes.
- ➡ **Acoso Indirecto:** se caracteriza por el empleo de la marginación o exclusión de la víctima, a quien no se le permite participar en las actividades de sus pares y también mediante la difusión de rumores tendenciosos para perjudicar su imagen social; además este tipo de acoso tiene por objetivo desvalorizar a las personas por sus rasgos étnicos, discapacidad o condición socioeconómica. Esta modalidad la emplean, sobre todo, los adolescentes, siendo las redes sociales el escenario cada vez más dominante de esta modalidad de acoso.

MODALIDADES DE BULLYING

1. Bullying físico: se caracteriza por el empleo de poder y fuerza física del agresor(es) como puñetazos, patadas, empujones, cachetadas, zancadillas, etc.; también por las acciones que coactan el libre desplazamiento de la víctima por los distintos espacios comunes del colegio (patio, baño, etc.) y que impiden el normal desarrollo de sus actividades como jugar con otros niños. Además, amenazas con armas y objetos.



2. Bullying verbal: se caracteriza por el empleo de apodos, ridiculizaciones o cualquier sobrenombre que genere malestar en la persona objeto de la burla o mofa. Es una modalidad que ocurre frecuentemente entre compañeros de clase.



3. Bullying psicológico: mediante esta modalidad el agresor ataca la autoestima y el autoconcepto de la víctima, humillándola por su cultura, su sistema de creencias, el barrio de procedencia, ocupación de sus padres, etc.



4. Bullying social: se sustenta en las prácticas de exclusión y marginación de la víctima impuestas por el agresor(es), obligando a los demás compañeros a cortar todo vínculo de comunicación y contacto con el agredido.



5. Cyberbullying: se produce mediante las redes sociales, llámese correos electrónicos, facebook, twitter y/o teléfonos móviles, a través de los cuales se difunden comentarios agresivos, insultos y amenazas, fotos trucadas, mensajes de textos agraviantes, difusión de videos; incluye, además, la apropiación y/o usurpación de la dirección electrónica y contraseña de la víctima para fines obscenos y humillantes.



6. Happy slapping: modalidad que consiste en el empleo de las cámaras de teléfonos móviles para registrar las acciones de violencia que los agresores ejecutan contra la víctima para luego publicarlas en las redes sociales.



7. Datin violence: se trata de una modalidad de violencia que ocurre al interior de la pareja de enamorados, que se conforma con mayor frecuencia en estudiantes entre los 13 y 16 años durante la secundaria. La relación suele tornarse conflictiva y perniciosa, especialmente para las chicas quienes sufren agresiones no sólo verbales si no también físicas; inclusive las víctimas llegan a justificar las reacciones agresivas de sus parejas considerando que han dado motivos para recibir ese trato.

Información sobre casos de suicidio por acoso étnico

La República, 1 de Junio del 2012

El temido bullying, violencia física y psicológica que ejercen algunos escolares contra sus propios compañeros de clase, indujo al suicidio a tres estudiantes de 10, 12 y 13 años de edad en las últimas 72 horas. Dos de las muertes ocurrieron en Lima y la otra en la ciudad de Huamanga, Ayacucho, precisaron las autoridades.

En todos los casos las víctimas fueron objeto de acoso y discriminación, denunciaron los deudos. "A mi hija no la dejaron en paz ni un instante, le decían alpaca, serrana, chola, cochina, porque había nacido en Huancayo", señaló abrumada Margarita Vásquez, progenitora de la pequeña Damaris L. V. (12), quien cursaba el primero de secundaria en el colegio República de Argentina, del Cercado de Lima.

La atormentada menor se ahorcó en el cuarto que habían arrendado sus familiares en la calle Federico Noriega 214, San Martín de Porres.

Del mismo modo se quitó la vida Brigitt Araceli (10), alumna del 4to. de primaria del colegio José Carlos Mariátegui de San Juan de Lurigancho. Lo hizo en su casa del PPJJ Huanta II, Mza, K, lote 12. "Nadie quería juntarse con ella, la molestaban en clase, le rompían sus cuadernos", contó su madre Adelina Morales.

El adolescente S.H.P. (13) también se ahorcó en su vivienda de la cuadra 4 de la avenida Perú, distrito de Carmen Alto, Ayacucho. Dejó una carta en la que se queja del maltrato que recibía de sus compañeros en el colegio Ramón Castilla.

¿Por qué?...

- *¿Por qué, en la mayoría de los casos de suicidios ocurridos en el país, los familiares y los compañeros de la víctima, coinciden en señalar que se trataba de una persona la cual era siempre acosada y maltratada por sus compañeros, que estaba triste por no tener amigos(as) y que no la protegían ni ayudaban contra sus agresores?*
- *¿Por qué familiares y compañeros deben esperar un desenlace fatal para decidirse a hablar?, ¿Por qué no lo reportaron antes?*

Queda en evidencia la importancia de las medidas de prevención en situaciones como las mencionadas. Estudiantes (víctimas y agresores), espectadores, padres de familia y profesores deben conocer que hacer cuando se presenten casos de maltrato.

OTRAS MODALIDADES

El incremento de acciones de acoso relacionadas a prejuicios respecto a las opciones sexuales ha dado lugar al llamado **bullying homofóbico**, en donde los agresores centran toda su hostilidad y humillación contra los comportamientos, reales o supuestos, de quienes optan por una opción sexual distinta.

Algo parecido ocurre con el llamado **bullying étnico**, en donde los estudiantes son objeto de burlas y agresiones debido a su pertenencia racial y social, que los agresores conjeturan de inferior.

Del mismo modo se habla del **bullying de género** para referirse a las acciones de acoso que recaen sobre las mujeres, a quienes los agresores varones eligen esencialmente basados en su condición femenina.

Estas formas de intimidación hunden sus raíces en el imperio de los modelos culturales que históricamente han ejercido una feroz discriminación y marginación contra los aludidos segmentos sociales. Por esta misma razón, se comprenderá que el proceso sancionador no tiene posibilidad de erradicar este tipo de comportamiento en tanto el sistema cultural y social mantenga vigente los prejuicios que lo ha institucionalizado. Los procedimientos educativos siempre serán los más convenientes.

¿ERES VÍCTIMA DE ACOSO EN LA ESCUELA?

Quando un niño(a) o adolescente es acosado y maltratado por otro(s) compañero(s) en su centro educativo se siente vulnerable, confundido y atemorizado, en ocasiones inclusive avergonzado y culpable. Lo cierto es que sufre una situación injusta de la que difícilmente puede escapar por sí solo.

Fuente: Jordi Collell y Carme Escudé (2005)

¿ CUÁNDO EL ACOSO SE CONVIERTE EN BULLYING ?

1. Una relación que se basa en el acoso en forma aislada y efímera, o de repente casual y no consciente, no debería ser denominada bullying, porque allí están ausentes dos condiciones características del bullying: **la reiteración del acoso en el tiempo y la intencionalidad**.
2. No debemos olvidar que la experiencia vivida por la víctima es desagradable, pese a que no configure bullying, nos ofrece elementos para valorar aún más la importancia de la erradicación de los malos tratos en la escuela.
3. Si el ejercicio del acoso se realiza repetidamente en el tiempo, sí se considera un caso de bullying.
4. La reiteración del acoso en el tiempo no significa que para calificarlo de bullying debe darse necesariamente todo el año y en todos los años. Es suficiente que se haya producido repetidamente.
5. Las acciones de acoso pueden tener una duración corta (algunas semanas) y luego interrumpirse y siempre deben ser consideradas como bullying.
6. Se puede inferir que cuanto mayor es el tiempo en que un estudiante es acosado, mayores son las condiciones de riesgo para que se deteriore la salud psicológica de la víctima.
7. Es necesario que todos reconozcan que cada estudiante posee umbrales de sensibilidad y tolerancia diferente, por lo que un acoso escolar relativamente breve puede llegar a ser suficientemente letal para algún estudiante, máxime si se le asocian otras condiciones de riesgo que muchas veces son desconocidas.
8. En el estudio de cada caso se debe considerar cuidadosamente la dinámica personal, familiar y social de los agentes involucrados.

MUY IMPORTANTE...

- El acoso no es bullying, pero puede convertirse en bullying.
- No todo acoso entre estudiantes es bullying, sin embargo el bullying es siempre consecuencia del acoso entre iguales.
- No todas las formas de violencia son consideradas bullying.

EL ACOSO VIRTUAL O CIBERBULLYING



¿Qué es?

- Consiste en una forma de acoso escolar empleando los medios telemáticos internet, telefonía móvil, etc.; a través de estos medios el agresor envía textos, fotos y videos de carácter ofensivo y humillante contra la víctima al mismo tiempo que lo distribuye en la red.
- En algunos casos se trata del mismo acosador(a) que habitualmente lo hostiliza en el aula, pero que, buscando diversificar su acción agresiva utiliza esta modalidad virtual.
- En la mayoría de los casos el/la agresor(a) es desconocido(a) para la víctima ya que se escuda en el anonimato y al no ser identificado hace que el sufrimiento de su víctima sea mayor.
- Éste fenómeno suele ser la modalidad de acoso que más emplean los estudiantes en la secundaria, la usan tanto varones como mujeres.

¿Cómo se manifiesta?

La Guía confeccionada por Flores y Casal (2008), nos brinda una serie de modalidades que emplean los ciberacosadores contra sus víctimas:

1. Colgar en la red una imagen comprometedoras que puede ser real o trucada acompañada de información que busca dañar y humillar a la víctima frente a sus compañeros.

2. Organizar concursos para seleccionar a la persona más antipática, fea o poco inteligente y manipular los resultados para que su víctima sea la seleccionada, desacreditándola ante todo sus compañeros(as).
3. Apropiarse de la clave de la víctima y falsear la información personal, además de difundir mensajes comprometedores usando el nombre del/la titular de la cuenta.
4. Enviar desde el correo de la víctima supuestas confesiones en materia de experiencias personales y sexuales provocando grave daño moral a la víctima.
5. Colgar con frecuencia comentarios ofensivos en el muro del facebook de la víctima y repetirlo innumerables veces sin que ella pueda hacer algo para evitarlo o se sienta con la fortaleza necesaria para buscar ayuda.
6. El/la agresor(a) hace circular infundios en donde la víctima es acusada de practicar conductas de dudosa moral y comportamientos ambiguos que generan desconfianza y rechazo a su amistad.
7. Enviar mensajes humillantes y amenazantes, los cuales, como se ha dicho, tienen como destinatario tanto la víctima como la red social de los estudiantes.

EL ACOSO A TRAVÉS DEL TELEFONO MÓVIL

La posesión de teléfonos celulares en niños, niñas y adolescentes ha añadido una nueva herramienta para el acoso, en especial con el envío de mensajes de textos. Mediante el uso de los teléfonos celulares, los/las agresores(as) suelen acosar a sus víctimas haciendo lo siguiente:

- Llamar repetidamente a la víctima y no atender cuando le contestan el teléfono
- Llamar en horarios inadecuados o inoportunos
- Lanzar amenazas, insultar, gritar
- Realizar llamadas con intenso contenido sexual
- Llamar y colgar ininterrumpidamente.

Además del acoso a través de los mensajes de texto, están los mensajes con imágenes, grabaciones de video o mensajes de voz, que dan lugar a diversas e insospechadas formas de agredir.

EL HAPPY SLAPPING



El happy slapping es una forma de acoso aún poco conocida, tanto porque su aparición es más reciente, como por las aún pocas experiencias recogidas. La falta de información no es porque no existan casos de happy slapping, sino que la ignorancia de esta modalidad la ha hecho pasar inadvertida, por un lado, pero también a contribuido a ello la catalogación que los agresores hacen de sus actos de acoso: se trata de bromas semejantes a aquellas que se visionan regularmente en oficinas bancarias y servicios de transporte que sirven de entretenimiento a los usuarios y se les conoce como la “cámara escondida”.

- El happy slapping es una modalidad de acoso en donde participan dos agresores, ya que uno de ellos debe grabar la agresión que protagoniza su co-agresor, lo que da lugar a una mayor situación de indefensión en la víctima.
- Esta acción de acoso es inesperada para la víctima, ya que mayormente es tomada por sorpresa por los agresores.
- La práctica del happy slapping suele ser de naturaleza más física que verbal y psicológica; siempre cuenta con presencia de espectadores.
- Consumado el acto de violencia, los autores de la agresión difunden la grabación en la red, que puede incluir la difusión en you tube.
- Es característico que los agresores presenten los ataques como un juego y forma de divertirse, más allá que en algunos casos las formas de violencia que emplean son furibundas y han llegado al homicidio.
- Esta supuesta intencionalidad lúdica ha sido frecuentemente la justificación de los agresores para sus comportamientos agresivos.

EL DATIN VIOLENCE

Las relaciones de los adolescentes durante el enamoramiento vienen siendo materia de estudio por las evidencias de violencia que en ellas se ha encontrado y que son consecuencia, según parece, de las malas relaciones interpersonales que ya estaban dadas desde antes en el centro escolar. Estas relaciones de violencia se ponen de manifiesto rápidamente en los casos en que la pareja estudia en el mismo centro educativo y pueden llegar a ser más cruentas en los casos en que ya mantienen relaciones sexuales.

Suponemos que formas de relaciones de violencia entre iguales, en los estudios sobre el bullying, como son la intimidación, el acoso y la agresión sexual (sexual harassment) están presentes tanto en las relaciones violentas que establecen los iguales entre sí (bullying) como en las primeras relaciones sentimentales (cortejo); así como en las parejas más o menos estables o serias (datin), (Ortega, 2008).

- El datin violence se define como una relación de abuso y maltrato que se produce en la pareja que tienen una relación íntima o está en proceso de tenerla. El propósito del agresor es el sometimiento de la víctima.
- Las malas relaciones interpersonales que se gestan desde muy temprano repercuten en las relaciones de cortejo y de enamoramiento que se da entre los púberes y adolescentes.
- Los indicadores de violencia entre ellos puede presentarse desde el inicio de las relaciones de enamoramiento o podría darse gradualmente en relación al nivel de intimidad que se alcance entre ellos.
- El comportamiento violento se manifiesta de distintas formas y las variaciones están condicionadas sobre todo por variables como edad y sexo (Ortega, 2007).
- Son las chicas las más afectadas en este tipo de agresión, llegando en algunas investigaciones a representar el 85% del total de víctimas, según el Bureau of Justice en el 2001 (citado por Ortega, 2007).
- Algunos de los tipos frecuentes son: los abusos físicos (empujar, patear, abofetear, tirar del cabello, etc.); abusos sexuales (coerción sexual para alcanzar una relación sexual y agresiones sexuales); y abuso psicológico (crueldad, ridiculizar, insultar, ser desmedidamente celoso, amenazas y críticas constantes a la otra persona).

PERSONAS IMPLICADAS EN EL BULLYING

Usualmente en las acciones de violencia se reconocen a dos protagonistas, a la víctima y al agresor, pero en el caso del bullying se encuentran tres protagonistas:

1

El/la agresor/a,
que es responsable
del maltrato
y la intimidación.



2

La víctima,
que es quien sufre al
maltrato y la intimidación.



3

Los/las espectadores/as,
que casi siempre se
encuentran presentes en
las acciones de
intimidación y maltrato.



Trabajar medidas de prevención e intervención del bullying debe contemplar necesariamente la trilogía señalada para lograr alcanzar los objetivos en el programa.

ACABAR CON EL CÓDIGO DEL SILENCIO

Los espectadores desempeñan un papel muy importante en el fenómeno del bullying, por ello se les debe prestar una mayor atención ya que hasta ahora sólo son testigos de los actos de violencia que se producen en la escuela y suelen guardar silencio respecto a los responsables de estos abusos. Es lo que se llama el código del silencio o la conspiración del silencio lo que condiciona que los agresores tengan la seguridad de que sus actos gozan de impunidad y con ello acrecientan sus conductas agresivas imprimiendo en las víctimas una sensación de indefensión que incrementa su vulnerabilidad.

Si los espectadores logran la sensibilización y formación necesaria podrán convertirse en la primera línea de acción en el trabajo de prevención, haciendo conocer formalmente los nombres de los agresores e identificando los tipos de acoso que acontecen. Asimismo su intervención en los momentos mismos del acoso, empezará a desalentar las prácticas de abuso y hará sentir al agresor que no puede actuar libremente para someter a su víctima.

NO OLVIDAR QUE...

El bullying es una modalidad de violencia que ocurre solamente en la escuela o en sus alrededores, sin embargo un rasgo especialmente característico es que se da entre pares, entre iguales, por ello que también se habla de intimidación entre iguales. Esto quiere decir que los actos de acoso se producen esencialmente entre compañeros de aula, cuyos conflictos se hacen más nítidos en virtud de las relaciones de convivencia en que se desenvuelven sus diferentes actividades escolares.



¿ DÓNDE OCURRE EL ACOSO ?

El acoso puede ocurrir en cualquier lugar del centro educativo, en los alrededores del colegio o en espacios distintos en donde se desarrollan actividades como paseos, competencias deportivas y culturales, etc., pero esencialmente la mayoría de sus acciones se producen en los siguientes lugares: **en el patio durante el recreo, en el salón de clases, en los baños, en los pasillos, en los alrededores del colegio, en el transporte escolar.**

Sin embargo, debemos tener claro que los actos de intimidación pueden ocurrir en cualquier lugar del colegio, aunque obviamente los episodios de violencia son menos frecuentes en aquellos lugares que se encuentran vigilados por los docentes. Últimamente se viene dando el acoso virtual, que es más difícil de vigilar y reclama una mayor participación de los padres de familia por el hecho de que esta modalidad se presenta desde las computadoras de los hogares o desde las cabinas donde acuden los estudiantes con mucha frecuencia.

¿SE DEBE HABLAR DE BULLYING SEVERO, MODERADO Y LEVE?

La complejidad que ha alcanzado el bullying reclama muchas explicaciones y las tentaciones de responder satisfactoriamente a todo puede llevarnos a excesos que son peligrosos, como el de clasificar el bullying, según su naturaleza en severo, moderado y leve.

En esta clasificación se han empleado dos criterios:

- La frecuencia del acoso, que hace referencia al número de ocasiones en que se maltrata a la víctima. Si es una vez a la semana se trataría de un bullying leve y si fuera entre 4 y 5 días su calificación sería de bullying severo.
- La intensidad del maltrato, en donde su calificación estará en función a la intensidad y gravedad del maltrato: una paliza a la víctima será un bullying severo, mientras que un empujón o un escupitazo sería una modalidad leve.

Es claro que estas calificaciones provienen del analista y evaluador externo que no considera la subjetividad de la víctima respecto a los maltratos que experimenta. Nos parece equivocada una apreciación de esta naturaleza y por el contrario rechazamos totalmente el acoso en la escuela y debemos trabajar en ello, porque cualquiera de sus formas es lo suficientemente dañina para afectar la vida presente y futura de los niños, niñas y adolescentes.

FACTORES DE RIESGO

Para entender en forma más completa el porqué de la existencia de la violencia y del acoso escolar, se debe considerar la influencia de los factores de riesgo que están presente en esos casos:

1. FACTORES PERSONALES

- Pérdida o inexistencia del control de impulsos.
- Pobres habilidades de comunicación y relacionales.
- Actuaciones irreflexivas.
- Falta de empatía.
- Timidez, inseguridad emocional.
- Asociación entre inconductas y bajo rendimiento escolar, las que se refuerzan mutuamente.

2. FACTORES FAMILIARES

- Déficit en la socialización familiar (indulgencia, desatención).
- Falta de comunicación y diálogo.
- Sobreprotección a los hijos.
- Actitud emocional negativa de los padres. Falta de calor y expresión de sentimientos.
- Ausencia de objetivos familiares.
- Tolerancia hacia conductas agresivas sin establecer límites.
- Empleo de métodos de disciplina autoritarios (castigos físicos, humillaciones).
- Exposición crónica a la violencia en la familia.

3. LA INFLUENCIA DEL CENTRO EDUCATIVO

- Atmósfera agresiva de los centros educativos.
- Desarrollo de actitudes de indiferencia ante hechos de violencia.
- Gestión de la disciplina escolar: autoritaria y vertical.
- El hacinamiento y la masificación que constriñe el ocio y espacios para el recreo.
- Existencia del estrés laboral en los docentes.
- Contenidos demasitados académicos y docentes poco motivadores, con metodologías pasivas, sin atención a la diversidad.

4. INFLUENCIA DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN DE MASAS

- a) Incremento de la imitación de conductas violentas.
- b) Condiciona una mayor tolerancia y permisión a episodios de violencia social.
- c) Incrementa el temor a ser víctimas y los prepara a la desconfianza y a la producción de respuestas impulsivas de defensa.
- d) Los niños y jóvenes consumen televisión para aprender estilos de conducta, ajenos a sus reales o vedados contenidos.

5. FACTORES CONTEXTUALES

- a) Pobreza y baja calidad de vida familiar.
- b) Miseria que promueve estrés, frustración, impotencia e inestabilidad familiar.
- c) Sistema de creencias que justifican las acciones agresivas.

6. VALORES AMBIENTALES

- a) Divorcio entre los valores aceptados y los que dominan el escenario social (se apuesta por la libertad y la solidaridad, pero los valores sociales vigentes son la competitividad y la ley del más fuerte para solucionar conflictos). Los niños perciben esta dualidad como una manifestación de hipocresía social o familiar, por lo que no se socializa con los valores positivos, sino con una especie de relativismo sumamente negativo para la educación.

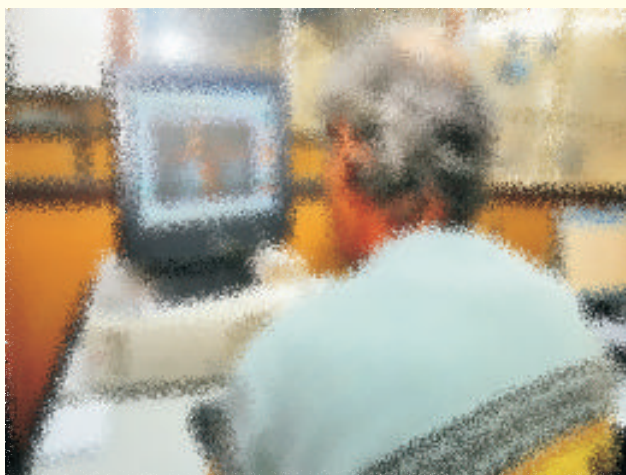
FACTORES DE RIESGO EN LA RED

No se confunda, que los niños(as) y jóvenes tengan acceso a internet y a otras tecnologías de información y comunicación, no significa que ello sea malo y se les deba prohibir. Se trata más bien de que se les prevenga de los riesgos que tiene su uso en forma indiscriminada, sin pautas de respeto con quienes se contactan, sin valorar el riesgo al que se exponen por quienes ingresan a la red con el propósito de alcanzar beneficios secundarios, como el caso de pedófilos y delincuentes que buscan a sus víctimas a través de la red.

Por estas razones se debe tomar en cuenta los indicadores de riesgo que están presente para quienes son habituales visitantes de las tecnologías digitales.

- El 70.7% tiene celular, el 72.2% tiene computadora en su casa,, de estos el 32.1% lo tiene ubicado en su dormitorio; el 59.7% tiene acceso a internet en su casa y el 71.3% tiene acceso a internet fuera de ella, generalmente en las cabinas públicas (García, 2010).
- El 69% de adolescentes navegan solos por internet y lo hacen principalmente en las cabinas, lejos de alguna supervisión por parte de padres o profesores, lo que expone a los usuarios a un riesgo adicional mayor.
- Mayormente los padres no conocen mucho sobre internet y por esa razón no están en condiciones de orientar a sus hijos sobre los riesgos existentes en el empleo de estas tecnologías, aunque buena parte de ellos si tiene fundadas sospechas de que de ellas aprenden muchas cosas no siempre buenas.
- El Perú es el país donde los jóvenes hacen mayor uso de las cabinas de Internet (62% frente al 47% de media global),(García, 2010).
- El 35% afirma que cuando usan el computador se conectan con el Messenger, no obstante que el 10% reconoció que alguien les había perjudicado (Fundación Telefónica, 2010).
- El 28% responde que es divertido chatear con desconocidos (Fundación Telefónica, 2010).
- En nuestro país los niños y los jóvenes son quienes gozan de mayor libertad para acceder a las cabinas públicas. Los fines de semana se incrementa el número de horas dedicadas a los videojuegos, al envío de mensajes y a chatear.
- El 67% de los adolescentes afirma jugar con videojuegos, mientras que la población infantil que participa de ellos se incrementa a un ritmo geométrico.
- La apertura y conducción de cabinas de internet (como el servicio de mototaxis), está en manos de jóvenes que buscan la oportunidad de alcanzar un recurso de supervivencia visto el enorme desempleo en nuestro país, por lo que carecen de control sobre lo que consumen los niños y los jóvenes en el internet.

¿ QUÉ ES EL GROOMING ?



El acoso de adultos a menores seguramente no es un fenómeno nuevo, como se sabe, pero frente al empleo frecuente del Internet por los niños y jóvenes, el riesgo del acoso hacia ellos se ha sensibilizado y diversificado mucho. El nivel de anonimato que se impone en estos medios lo hace más riesgoso aún, en especial para los niños, que son los más vulnerables.

En estos casos, como es fácil advertirlo, el lugar en donde la situación de riesgo se manifiesta, es el propio hogar -lugar que los padres consideran más seguro para sus hijos- y acaso por ello subestiman lo que allí puede ocurrir y minimizan la vigilancia de sus hijos.

Se describe el grooming como una estrategia utilizada por abusadores sexuales con el fin de manipular a niños, niñas y adolescentes, ganarse la confianza de la víctima a través del internet y de ese modo tener el control total en el momento de la situación de abuso.

La situación de vulnerabilidad de los niños y niñas los hace presa fácil de los pedófilos que emplean variadas estrategias engañosas para obtener concesiones sexuales, así como también para silenciarlos y protegerse de las acciones legales.

¿EN QUÉ CONSISTE EL GROOMING?

1. Se trata de un proceso mediante el cual una persona intenta manipular a un niño, niña o adolescente con el objetivo de obtener gratificación sexual a través del uso del Internet mediante distintas y sutiles estrategias de seducción emocional.
2. El acosador puede elegir, y elige finalmente, a su víctima a través de las TIC (tecnología de información y comunicación), haciéndose pasar por un adolescente que desea compartir con ellos los mismos gustos e intereses.
3. El proceso se inicia tratando de establecer una relación de confianza con la víctima, mostrándole que se trata de alguien con quien pueden hablar sobre intereses comunes y, sobre todo, que lo entiende.
4. Por lo general les piden fotografías o que se desvistan o tomen actitudes más comprometidas sexualmente a través de las cámaras web. También los invitan a encontrarse presencialmente.
5. Intentan indagar y obtener más información sobre su potencial víctima (edad, número de teléfono, intereses, grado de vulnerabilidad emocional, etc.)
6. Pueden mostrar al niño, niña o adolescente materiales sexualmente explícitos como táctica para reducir su resistencia o desinhibirlo respecto del sexo. Por ejemplo, los chantajes pueden comenzar cuando el acosador obtiene la contraseña del chat o una imagen comprometida de la víctima y amenaza con difundirla a sus contactos sino acata sus pretensiones. Entonces, los/las chantajean para que envíe fotos o imágenes desde su webcam.
7. Recuerde que un pedófilo requiere de 3 a 10 minutos para conseguir que el menor se desnude ante la webcam y de que en el internet existen más de 420 millones de páginas pornográficas a la que los niños pueden acceder sin dificultad.

¿ A QUÉ SE LE LLAMA SEXTING ?

La mayoría de los estudiosos del tema coinciden en afirmar que el sexting es el envío de imágenes, principalmente fotografías o videos, con un evidente contenido sexual, más no necesariamente pornográfico, que tiene como finalidad coquetear virtualmente con el/la enamorado(a) o pretendiente. Se trata de una práctica que la emplean con mayor frecuencia las chicas.



Un detalle destacado en el sexting consiste en que es la propia chica o chico, sin que medie exigencia o presión alguna, quien voluntariamente envía fotografías o videos a su enamorado(a). Hasta este momento, pese a que ya estamos ante una peligrosa liberalidad sexual, sumada a la inmadurez de su comportamiento, aún no se ha concretado el llamado sexting, lo que puede ocurrir de producirse diversas circunstancias que señalamos a continuación:

- Que las imágenes emitidas por el/la joven pasen a manos de otras personas y sean reenviadas masiva e indiscriminadamente.
- Que el/la novio(a)/enamorado(a), receptor de las imágenes, las reenvíe con la finalidad de demostrar a sus pares el aparente grado de intimidad que tiene con la/el chica(o) de las imágenes, o también para ufanarse del atractivo que tiene con el sexo opuesto.
- Que una vez terminada la relación de enamoramiento, por venganza, despecho o cualquier otra razón, el/la poseedor(a) de las imágenes haga circular las imágenes en la red.

Cuando las imágenes registradas entran a la red social se pierde el control sobre ellas y su difusión expone a la joven o al joven a una experiencia de humillación y denigración tan abrumadora que puede alcanzar desenlaces fatales para quien aparece en la imagen, como que ya se conocen casos de suicidio por este motivo.

¿Por qué se produce el SEXTING?

Pantallas Amigas considera que estas son algunas de las razones por la que los jóvenes se entusiasman con la práctica del sexting:

- Creen que una imagen en un terminal móvil está segura y no son capaces de imaginar las diversas formas en que esa imagen puede salir del dispositivo, por ejemplo un robo, un error, una broma, un extravío o la voluntad de su propietario.
- Confían plenamente en la discreción -cuando no en el amor eterno profesado- por parte del destinatario del envío. Carecen de experiencia suficiente que les lleve a pensar que en la vida las circunstancias cambian por muy diversos factores.
- Experimentan la presión del grupo que les lleva a desear notoriedad y aceptación en este contexto: el digital, tan importante para ellos. Este factor añadido a la plenitud hormonal puede generar combinaciones poco recomendables.
- Las influencias y modelos sociales distan del recato. La exhibición de relaciones sexuales o desnudos por personas no profesionales comunes, abundan en las redes sociales. Si pueden ver a cualquier persona anónima en su intimidad a través de los medios, no parece tan grave que uno aparezca igual; el desnudeo, por lo tanto se convierte en algo común.
- Desconocen las consecuencias que para su vida puede llegar a tener el hecho de que esa imagen comprometida sea de dominio público.
- La natural falta de percepción del riesgo que acompaña a la adolescencia y el espíritu trasgresor desencadena ciertos desafíos. En algunos casos resulta simplemente divertido, en otros, sirve para coquetear o dar otro sentido a la relación.

En www.wikipedia.org/sexting se han difundidos estadísticas sobre el sexting:

1. En Estados Unidos el 22% de las chicas encuestadas (y el 11% de las que tenían entre 13 y 16 años) afirmaron haber enviado o publicado electrónicamente fotos de sí mismas desnudas o semidesnudas.
2. El 33% de los chicos y el 25% de las chicas dijeron que habían mostrado ese tipo de imágenes privadas. De acuerdo con esta encuesta, los mensajes sexuales eran más comunes que las imágenes, con un 39% los chicos que los habían enviado (o publicado en Internet) y 50% los chicos que los habían recibido.
3. En enero de 2009 una encuesta entre 1200 adolescentes mostraba que uno de cada cinco había enviado fotos de sí mismo con desnudos explícitos.
4. Otra encuesta realizada en abril de 2009 entre 655 chicos estadounidenses mostró que el 19% de los adolescentes habían enviado, recibido o reenviado fotos con desnudos o semidesnudos sexualmente sugerentes, por medio de mensajes de celular o mediante correo electrónico. El 60% de ellos los habían enviado a su novio o novia, pero el 11% afirmó haberlos enviado a personas que no conocían. El 80% de quienes practican sexting, según esta encuesta, es menor de 18 años.

CULTURA DE LA VIOLENCIA...

La llamada cultura de la violencia se nutre, entre otras cosas, de la cultura o código del silencio que existe en los centros educativos debido a que:

- Los estudiantes tienen dificultades o temor de hablar sobre los actos de acoso que observan diariamente.
- Los docentes estiman que son comportamientos naturales entre los estudiantes y que siempre han existido.
- Los padres de familia creen que las disputas entre los niños y los jóvenes son normales.
- La cultura social acepta que la violencia es intrínseca en los seres humanos.
- Los agredidos se muestran tranquilos y para muchos eso significa que no se sienten afectados, aunque la realidad es que no tienen habilidades sociales para actuar y temen sufrir algún tipo de represalia por sus maltratadores.
- En las escuelas reina un clima de insolidaridad e indiferencia respecto a los actos de violencia que ocurren.

¿Qué consecuencias tiene el Bullying?

Esta modalidad de violencia que llamamos bullying provoca consecuencias funestas tanto en los individuos involucrados directa e indirectamente en su práctica así como en el escenario educativo o contextos en donde se produce.

Consecuencias que se manifiestan en la víctima:

- a. Sentimientos de temor, inseguridad, miedo, culpa, tristeza y retraimiento.
- b. Bajo rendimiento escolar, que puede pasar por el absentismo escolar, llegar al fracaso escolar y terminar en la deserción escolar.
- c. Problemas de atención y concentración.
- d. Baja autoestima porque se considera inútil y débil.
- e. Problemas en sus hábitos alimenticios y de dormir.
- f. Pánico por asistir al colegio. Se presenta el síndrome del día Domingo.
- g. Presencia de síntomas psicósomáticos, reales o simulados, como coartadas para no asistir al colegio (náuseas, dolores de cabeza, etc.).
- h. Conductas agresivas y hostiles con sus hermanos menores o cualquier otra persona que considere más vulnerable.
- i. Puede presentar cuadros depresivos e ideas suicidas.
- j. Puede llegar al suicidio.

Consecuencias que se manifiestan en el agresor:

- a. Insensibilidad: no siente remordimiento por sus acciones de maltrato y violencia contra sus compañeros.
- b. Falta de empatía: es incapaz de comprender el sufrimiento de sus víctimas.
- c. Tiene muchas dificultades para mantener relaciones interpersonales con sus pares y por lo tanto no puede disfrutarlas.
- d. Tiene problemas de rendimiento escolar.
- e. Carece de una buena autoestima.
- f. Es disruptivo en clase y permanentemente es reportado por los docentes por problemas de conducta.

Consecuencias que se manifiestan en los espectadores:

- Insensibilidad aprendida: son testigos tantas veces de acciones de violencia contra sus compañeros que terminan acostumbrándose a ella y se tornan insensibles a sus consecuencias.
- Tienen una pobre autoestima.
- Son insolidarios y a la postre cómplices de los agresores.
- Viven temerosos de que el agresor pueda escogerlo como la próxima víctima.
- Se acostumbran al espectáculo del abuso como un hecho normal.
- Terminan creyendo que la violencia relacional es algo normal.

Consecuencias que se manifiestan en el centro educativo:

- El clima escolar es de inseguridad para los estudiantes.
- Las relaciones interpersonales entre los estudiantes alcanzan un nivel muy pobre que se convierte en un factor de riesgo inminente para el acoso entre iguales.
- Los rangos de aprendizaje tienden a disminuir.
- Se desalienta el interés por el estudio.
- Se acrecienta la atomización entre los estudiantes.
- Aumenta el riesgo de estrés laboral para los docentes.
- La gestión de la disciplina escolar se torna más vertical e indiscriminada para los estudiantes.

¿ LAS VÍCTIMAS SON TODAS IGUALES ?

La mayoría de las víctimas son sumisas e indefensas, pero no hay que equivocarse y pensar que todas son iguales.

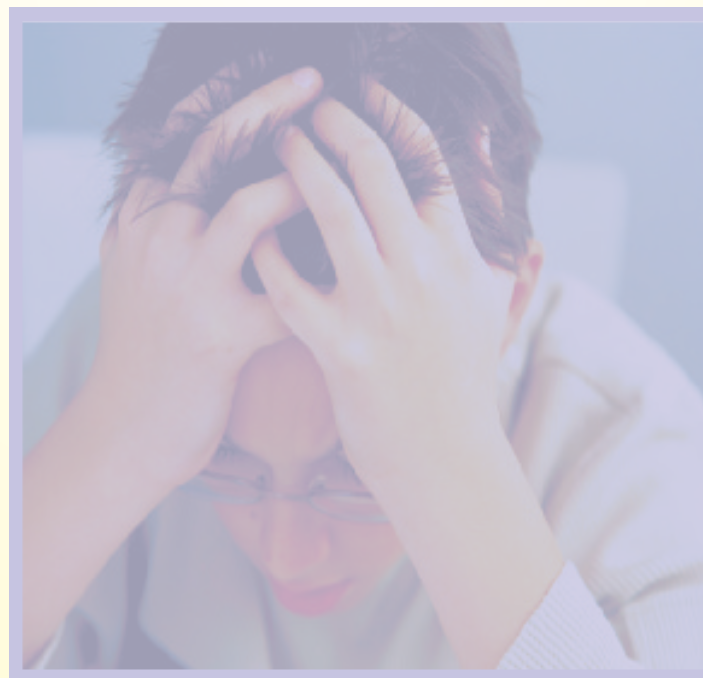
Algunos niños/as o adolescentes víctimas de bullying se muestran agresivos cuando son atacados, como una reacción de impotencia personal y de indignación por la soledad en la que se encuentran; sienten que no hay quien los defienda. Pueden llegar inclusive a maltratar rudamente a su acosador y posiblemente lleguen a convertirse en futuros agresores.

Otras víctimas pueden llegar a ser crueles con otros compañeros del grupo de los espectadores y encaminarse al rol de maltratador.

No son pocos los casos de víctimas de acoso que abusan de sus hermanos menores o de familiares más vulnerables que ellos.

También se sabe de casos en que las víctimas se han vengado de sus acosadores haciendo uso de armas de fuego y acabando con la vida de sus agresores y cómplices pasivos.

- **La víctima provocadora:** Suelen ser estudiantes desafiantes y desenfadados, muy inquietos, gustan de involucrarse en todo aunque siempre son rechazados por inoportunos y “metiches”, por lo que resultan antipáticos, provocando el rechazo de muchos de sus compañeros. La víctima provocativa actúa como agresor/a mostrándose violento y desafiante.
- **La víctima pasiva.** Es la figura más común en el acoso escolar, son personas vulnerables social y físicamente, con pobre capacidad de comunicación y socialización con su entorno. Se muestran retraídos, suelen estar siempre solos y sufren calladamente los maltratos que imparte el agresor/a. Por lo general las víctimas son sujetos rechazados, difícilmente tienen un verdadero amigo en clase y les cuesta mucho trabajo hacerlos (Olweus, 1996).





CÓMO RECONOCER SI SU HIJO ES VÍCTIMA



Si su hijo presenta alguna de las siguientes características, es conveniente que converse con él o ella para conocer lo que le viene ocurriendo.

1. Se observan cambios en su estado de ánimo (triste, ensimismado, temeroso, etc.).
2. Presenta bajo rendimiento escolar.
3. Se encuentra señales físicas de haber sido agredido (arañones, moretones, cortes, etc.).
4. Tiene una baja autoestima y un pobre autoconcepto.
5. Llega a casa con la ropa y/o útiles escolares sucios o estropeados.
6. Antes de ir al colegio se muestra temeroso y ansioso.
7. No tiene amigos en la escuela, anda solo.
8. No recibe la visita de compañeros del colegio ni él los frecuenta.
9. Se resiste o muestra desinterés para asistir al colegio.
10. Se culpa por lo que le ocurre en el colegio.
11. No habla de sus experiencias con sus compañeros.
12. Presenta problemas en sus hábitos alimenticios (falta de apetito).
13. Presenta problemas en sus hábitos de dormir (insomnio, pesadillas).
14. Solicita dinero, o lo hurta, sin explicar para qué.
15. Puede tener somatizaciones simuladas o reales (náuseas, dolores de cabeza, dolores de estómago).
16. Da muestras de agresividad y violencia con sus hermanos menores u otros familiares.
17. Se muestra rebelde y renuente a las normas de convivencia del hogar.
18. Se irrita por cosas intrascendentes.
19. Presenta cuadros depresivos e ideas suicidas.



CÓMO RECONOCER SI SU HIJO ES AGRESOR



1. Es un alumno(a) permanentemente disruptivo e hiperactivo.
2. Muestra marcada agresividad física y verbal.
3. No respeta las reglas o normas de conducta establecidas.
4. Es un trasgresor consuetudinario.
5. Es impulsivo y confrontacional en sus relaciones interpersonales.
6. Suele ser imperativo en sus opciones.
7. Tiene pobre tolerancia a la frustración.
8. Carece de habilidades comunicativas, en especial la de saber escuchar.
9. Carece de empatía.
10. Es manipulador y calculador.
11. Pobre capacidad de autocontrol.
12. No siente arrepentimiento por las acciones de maltrato que comete.
13. Se siente valorado por el temor que infunde en su entorno.
14. Habitualmente tiene bajo rendimiento escolar.
15. Recibe quejas de los profesores por su conducta violenta.
16. Tiene pocos amigos en el colegio.

¿ QUÉ HACER SI SU HIJO ES VÍCTIMA DE BULLYING ?

Como se sabe, una de las mayores dificultades que se advierte en los casos de bullying es el silencio de la propia víctima, quien por diversas razones se resiste a comunicar lo que le viene sucediendo. También afecta esta decisión el tener nulas o pobres relaciones de comunicación con sus padres, por lo tanto, si llegado el caso el/la hijo(a) se decidiera a hablar trate de seguir las siguientes recomendaciones:

1. Pedirle en forma afectuosa y serena a su hijo(a), que le cuente lo que le viene sucediendo, con qué frecuencia, desde cuándo, el tipo de maltrato, quién o quiénes son los acosadores, dónde se produce, quiénes están presentes en estos hechos.
2. Consultarle si lo que le viene ocurriendo se lo ha comunicado al profesor o alguna autoridad del colegio.
3. Asegurarle que no existe dudas al respecto y que se le da crédito a lo que está comunicando.
4. Hacerle saber y sentir que cuenta con el apoyo de sus padres para resolver el conflicto.
5. Comunicarle que no tiene culpa alguna de lo que le está pasando.
6. Informarle que los actos de violencia que viene sufriendo van a acabar y por eso es importante que nunca guarde silencio.
7. Incentivar a los hijos a que no se queden callados cuando sean agredidos o vean que otro compañero es agredido.
8. Enseñar y poner en práctica modelos de resolución de conflictos a través del diálogo y el respeto por el otro.
9. Educarlos en habilidades sociales y asertividad.

Todo lo expuesto contribuye a que el/la niño(a) recupere la confianza en sí mismo y mejore su autoestima.

Adicional y simultáneamente, los padres deben informar a las autoridades del colegio para que de inmediato:

1. Tomen conocimiento de lo que viene ocurriéndole a su hijo y a otros alumnos.
2. Planificar y programar acciones de protección y seguridad en la escuela para todos los niños.
3. Promover en los directivos la necesidad de que el colegio cuente con un Centro de Convivencia a cargo de un equipo especializado.
4. Solicitar a los directivos que convoquen a los padres de los agresores para informarles sobre sus hijos y hacerles participes de las medidas correctivas con las que deberán colaborar.

Es aconsejable que se consideren otras medidas como:

- a) Buscar ayuda profesional especializada tanto para la víctima y el agresor, así como para los padres de familia, quienes en la mayoría de los casos desconocen las mejores acciones que deben emprender en su hogar.
- b) Involucrarse más activamente en las tareas escolares de sus hijos.
- c) Promover actividades extra escolares que ayuden a mejorar el clima de relaciones entre estudiantes y padres de familia.
- d) Descartar medidas de represalia y venganza contra el o los agresores porque eso tiene efectos negativos: incrementa la espiral de violencia en la escuela y educa a los hijos en la violencia como única forma de resolver los conflictos y las diferencias.



¿ QUÉ HACER FRENTE AL ACOSO VIRTUAL ?



Se recomienda:

1. No responder a la provocación, guardar el contenido de los mensajes para que sirva de prueba de lo que le viene sucediendo y pedir ayuda a una persona adulta, en especial a sus padres y/o profesores.
2. Evitar publicar información y detalles personales en el perfil de la cuenta de las redes sociales. Cuanto menos se sepa de uno es mejor.
3. Los adultos (padres y docentes) deben transmitir confianza en los menores para que siempre estén dispuestos a contarles lo que les está sucediendo.
4. No reaccionar en forma violenta por lo que le está pasando al hijo(a)/alumno(a) ni tratar de culparlo por lo ocurrido. Es necesario apreciar la magnitud del acoso y los efectos que viene sufriendo la víctima para tomar una adecuada decisión.
5. Apoyar a la víctima es una tarea inmediata en la que se le debe brindar seguridad y la confianza de que los incidentes de acoso acabarán en bien de su tranquilidad.

Cuando el acoso y las amenazas constituyen daño físico o sexual, no debe pasarse por alto, creyendo que el o los agresores sólo fanfarronean y que por lo tanto no existe peligro real. Los niños o los adolescentes no procesan las situaciones como los adultos y debido a las amenazas y al acoso, sufren sostenidamente con inseguridad y miedo por la situación en la que están sumidos.

7. Hay que educar a los estudiantes, a los docentes y a los padres de familia sobre lo que es el ciberbullying, sus características, sus efectos y las acciones preventivas que se pueden tomar.

RECOMENDACIONES PARA LOS PADRES

- La comunicación es importante. Hablar con los hijos sobre los riesgos de la red, la necesidad de estar alertas y de comunicar a un adulto de confianza cualquier situación que les haga sentirse incómodos y ofendidos.
- Conocer los hábitos y estar vigilante de las actividades de sus hijos para conocer cómo y para qué usan la red.
- Enseñarles a no dar información personal ni su contraseña a nadie, las personas en internet no son siempre lo que dicen ser por lo que hay que evitar a los desconocidos.
- Navegar junto con ellos y disfrutar de la redes sociales creará una mayor confianza entre la familia y hará que aprendan cosas juntos.
- Colocar la computadora en un espacio común, así se puede controlar las páginas a las que acceden los hijos.
- Controlar el tiempo y establecer límites de tiempo de conexión para la planificación del tiempo en otras actividades saludables.
- Inculcar la cultura de la privacidad, sobre todo enseñar el uso responsable de la cámara web y no compartir fotos o videos íntimos.
- Hablar con los hijos sobre lo que sucede en las cábines de internet.
- Informarse sobre las personas que se comunican con sus hijos.
- Establecer las reglas acerca del uso apropiado del internet.
- Proteger el equipo con herramientas para el uso de los menores, controlando el acceso a páginas de contenido inadecuado.

DECÁLOGO PARA UNA VÍCTIMA DEL CIBERBULLYING (Pantallas Amigas)

- Pide ayuda.
- Nunca respondas a las provocaciones.
- No hagas presunciones.
- Evita los lugares en que eres asediado.
- Practica la privacidad de tu persona (evita intrusos, depura la lista de tus contactos, reconfigura, etc.).
- Guarda las pruebas del acoso.
- Haz saber a quienes te acosan, que lo que hacen te molesta.
- Trata de hacerle saber que lo que hacen es ilegal.
- Manifiesta tu disposición de denunciar los hechos.
- Toma medidas institucionales y legales.



¿ QUÉ DEBES HACER SI ERES LA VÍCTIMA ?

En todas las relaciones interpersonales vamos a encontrarnos con personas que tienen más habilidades relacionales y con personas que tienen muy pocas habilidades relacionales. Estas diferencias marcan rápidamente actuaciones sociales de mayor seguridad o mayor inseguridad en los niños y jóvenes, las que pueden convertirse en el más temprano indicador de indefensión que es captado por los más habilidosos y tal vez inescrupulosos, un ejemplo de ello es la relación de dominio-sumisión la cual podría convertirse en bullying.

Aquí les proporcionamos una serie de recomendaciones a todos aquellos estudiantes que se sienten vulnerables y víctimas en estas relaciones con sus iguales:

1. Lo primero que debes tener en cuenta es que no debes callar sobre lo que te viene pasando. Cuéntaselo a tus padres o a tus profesores para que ellos puedan actuar y detener el acoso.
2. No creas que quien denuncia a un agresor es un cobarde y mal amigo. En este caso estas defendiendo tu derecho a tu integridad física, psicológica y también la de tus compañeros.
3. No te sientas mal porque no puedes responder a las agresiones de quien muestra conductas matonescas y sus cómplices, no tienes que pelear para demostrar tus cualidades personales. Tampoco creas que si te molestan y/o maltratan es tu culpa por ser diferente en muchas cosas, todos somos diferentes, no existen personas iguales y es nuestro derecho ser diferentes en gustos, aficiones, necesidades, características psicológicas, competencias, habilidades sociales, etc.
4. Cuando se te acerque el acosador no demuestres temor ni inseguridad. Piensa que cuanto más debilidad le muestres, más se envalentona el agresor.
5. El agresor cuando percibe que la víctima no es tan "lorna" y le opone alguna "resistencia" siente que es preferible buscar otra víctima que reúna las características de indefensión que él espera.

7. No respondas a los agresores con acciones violentas aunque eso te lo hayan aconsejado como la mejor forma de acabar con el acoso en la escuela. Eso no es cierto, por el contrario se crea un clima de mayor violencia.
8. No sientas vergüenza de lo que te viene sucediendo, ni te aisles de tus compañeros y amigos, eso te hace más vulnerable al agresor. Por el contrario, trata de estar siempre acompañado, eso también disuade al agresor.
9. Cuando estés frente al agresor, míralo y háblale amistosamente, mas bien invítalo a ser tu amigo, de esa forma pueden compartir juegos y tareas del colegio; recuerda que el maltratador casi nunca es un estudiante aplicado y no tiene habilidades comunicativas.
10. Promueve entre tus compañeros una red de seguridad contra el acoso. Nadie quiere ser víctima y muchos guardan silencio por miedo, por eso se debe tomar la iniciativa solidaria por la NO VIOLENCIA.
11. Si recibes acoso a través de las redes sociales, no te perturbes y lo borres de inmediato, mas bien debes pedir el auxilio de tus padres y de profesionales que conozcan sobre este tema para identificar al agresor, ya que muchas veces se escudan en el anonimato.
12. Debes practicar la cultura de la privacidad, es decir, no respondas correos de personas desconocidas, no chatees con desconocidos, no le proporciones información personal a desconocidos, no abundes en información personal en las redes sociales y no entregues tu clave de acceso a nadie.



¿ QUÉ HACER SI SU HIJO ES EL AGRESOR? ?



También en estos casos los padres deben conservar la calma para aplicar las pautas de conducta recomendables:

1. Pedir que le informe sobre su conducta de abuso contra su(s) compañero(s), desde cuándo lo viene haciendo, porque lo hace, qué ventajas o beneficios cree que obtiene con su conducta, lo hace solo o en compañía de otros compañeros, etc.
2. Preguntarle si alguna vez ha intentado ponerse en el lugar de la víctima para saber lo que él o ella siente cuando es acosado.
3. Consultarle si las autoridades del colegio o algún profesor le han llamado la atención por sus conductas agresivas. ¿Cuál ha sido su reacción?
4. Inducirlo para que se disculpe con el compañero que agrede.
5. Enseñarle que estas conductas de violencia no son aceptadas en el hogar.
6. Debe hacerle saber que acosar a un compañero no es un juego.
7. Administrar medidas correctivas.
8. Trate de pasar un mayor tiempo con su hijo.
9. Debe tratar de ser un buen ejemplo para sus hijos.
10. ¿Conoce a los amigos de sus hijos?, procure hacerlo y estar al tanto de esas relaciones.
11. Recuerde que su hijo realiza muchos comportamientos adecuados y usted debe estar pendiente de ellos para reforzarlos.
12. Hay que enseñarle estilos de vida saludable.
13. Si fuera necesario solicite apoyo profesional de un especialista.

Ninguna persona nace con la disposición de ser un agresor que abuse de sus amigos y compañeros de aula, sin embargo existen una serie de causas que generan este comportamiento. La formación en el hogar, el consumo de información a través de las redes sociales, la violencia que se observa diariamente en la televisión y en los medios de comunicación, entre otros, son algunos de los determinantes para las relaciones tiránicas.

Los agresores deben empezar por entender que su forma de actuar es un aprendizaje social que debe ser enmendado poco a poco, pero que necesita de su decisión para cambiar y ser una persona que disfrute de sus relaciones con otros individuos porque ese será el trayecto de toda su vida.

Aquí les proponemos algunas recomendaciones para reflexionar:

1. Aprende y desarrolla tu empatía. Como sabes, la empatía consiste en que las personas nos esforzamos para ponernos en el lugar de la otra a quien estamos tratando o juzgando. Así podemos representarnos como se sienten y porque actúan como lo hacen.
2. Tener empatía nos permite entender a la persona que acosamos y ver que no es feliz, que sufre y que a nosotros no nos agradaría pasar por esa experiencia. De este modo aprendo a: NO HACER A OTRO LO QUE NO ME GUSTARÍA QUE ME HAGAN Y TRATAR A LOS OTROS COMO A MÍ ME GUSTARÍA QUE ME TRATEN.
3. El uso de la violencia entre compañeros causa enemistades, miedos, rivalidades, rencores, sensaciones de venganza, desunión entre compañeros y otros problemas que hacen que el clima o ambiente del salón de clases sea desagradable y lo detestemos: NO DEBO SER LA CAUSA DE ESTOS MALES EN MI SEGUNDO HOGAR, QUE ES MI COLEGIO.
4. Piensa que no todos tus compañeros son iguales, lo que quiere decir que lo que es bueno y gracioso para unos no lo es para todos. Aprender a conocer y respetar la forma de ser de nuestros compañeros es un paso en el cultivo de una buena amistad y de la conquista de la Cultura de Paz que deseamos para nuestro centro educativo.

¿ Y SI ERES EL AGRESOR, QUÉ DEBERÍAS HACER? ?

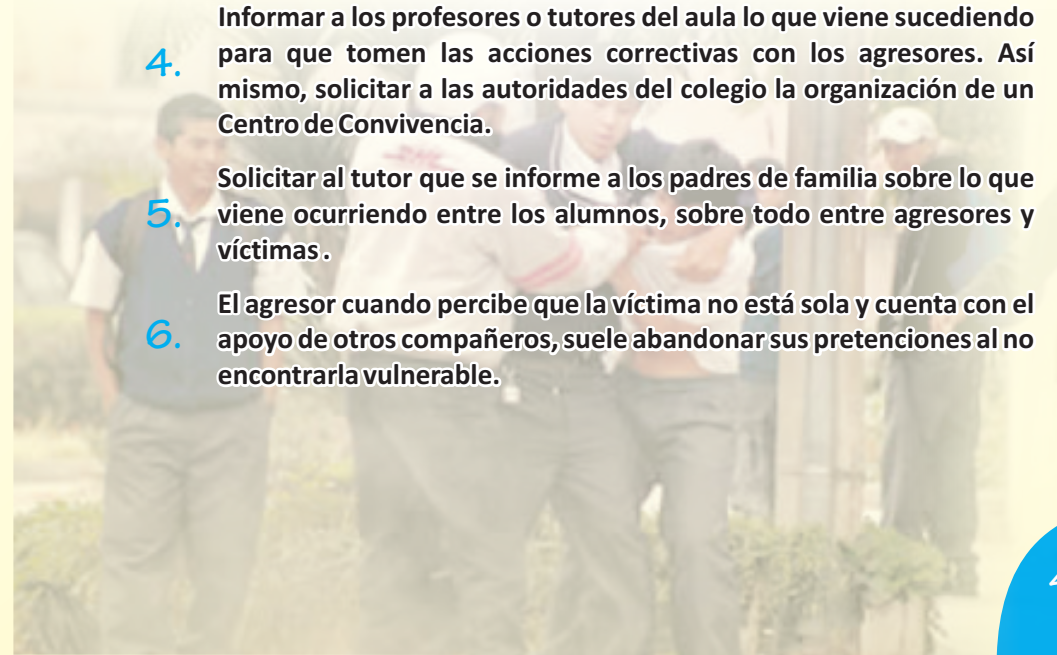
- Debes saber que muchos niños y jóvenes viven muy afligidos y temerosos de las acciones de acoso que les espera y por esa razón son infelices, bajan su rendimiento escolar, sufren lesiones físicas, son afectados psicológicamente y cometen suicidios. Piensa esencialmente en la soledad en que viven y trata de empatizar con esa condición de vida.
5. ¿Te has sentido solo alguna vez?, si es así, sabes como se siente una persona sola, por lo tanto no organices ni ordenes que se excluya o margine a algún compañero/a ni que le hagan la ley del hielo.
 6. Los compañeros no siempre están de acuerdo en muchas cosas, lo que es normal, y cuando esto ocurre en ocasiones se pelean. Debes aprender a ser tolerante ante estos incidentes y buscar formas de negociar las diferencias, pero nunca recurriendo a la violencia.
 7. Las diferencias entre compañeros producen conflictos, los que son normales en todas las etapas de la vida, y sino aprendemos a aprovecharlos para desarrollarnos, nuestra vida estará llena de problemas y de violencia (ahora con nuestros compañeros de estudio, luego en el barrio con los amigos, después en el trabajo y también cuando tengamos nuestra familia).
 8. Los conflictos son buenos, lo que llega a ser malo es la forma como los resolvemos. Es realidad la violencia escolar y la violencia familiar se debe a que no se ha aprendido a resolver conflictos que se dan en la escuela y en el hogar.
 9. A todos nos agrada ser líderes y asumir el mando de grupos, pero ese liderazgo no se alcanza a través del maltrato e intimidación a los otros compañeros; siempre hay “amigos” que alientan estas actitudes pero no hay que dejarse manipular por los provocadores, debes tomar tus propias decisiones, velando que sean las mejores para todos.
 10. No emplees las técnicas de información y comunicación para intimidar a algún compañero(a) porque de esa forma estas violando su privacidad, incrementando el dolor y sufrimiento, ya que la víctima siente que no cuenta con lugares seguros ni en su propia casa.
 11. Tampoco reenvíes en tu red social correos que agravan y humillan a alguno de tus compañeros, aunque lo consideren una broma.
 - 12.

RECOMENDACIONES PARA LOS ESPECTADORES

Cuando se producen los actos de acoso en la escuela, casi siempre se encuentran presentes otros estudiantes a quienes se les conoce como espectadores. Son testigos o cómplices pasivos del agresor por la actitud insolidaria con sus compañeros y porque no denuncian ante las autoridades a quienes ofician de agresores lo cual daña psicológica y físicamente a la víctima.

Los espectadores, sin embargo, pueden llegar a tener un papel muy importante en las medidas preventivas y correctivas que se imparten en el centro educativo. A continuación algunas recomendaciones para que las tomen en cuenta:

1. **No deben aceptar ni permitir la violencia en la escuela.**
Respaldar al compañero que viene siendo acosado e invitar a otros compañeros para que se sumen al grupo de quienes repudian la violencia relacional. Los testigos deben persuadir a sus compañeros más pasivos a unirse para rechazar la violencia entre compañeros.
2. **No considerar que el que está siendo intimidado se lo merece. NADIE, NINGUNA PERSONA se merece ser maltratado y humillado.**
Informar a los profesores o tutores del aula lo que viene sucediendo para que tomen las acciones correctivas con los agresores. Así mismo, solicitar a las autoridades del colegio la organización de un Centro de Convivencia.
3. **Solicitar al tutor que se informe a los padres de familia sobre lo que viene ocurriendo entre los alumnos, sobre todo entre agresores y víctimas.**
4. **El agresor cuando percibe que la víctima no está sola y cuenta con el apoyo de otros compañeros, suele abandonar sus pretenciones al no encontrarla vulnerable.**
- 5.
- 6.



FRECUENCIA E INTENSIDAD DEL CONFLICTO

- Cuanto más cercana es la relación interpersonal, mayores son los riesgos de la existencia de conflicto: familia y escuela por ejemplo.
- La relación de convivencia está relacionada con los conflictos, pero la valoración negativa que se le da a los conflictos no permite advertir la riqueza de oportunidades que ellos representan.
- En donde no existe convivencia tampoco existe riesgo de conflicto, es decir no existen oportunidades para mejorar y desarrollar las relaciones interpersonales.
- La presencia de conflictos es una genuina expresión de la diversidad entre las personas.
- El sistema familiar y el educativo propician la homogenización de sus miembros a su programa de convivencia, con lo que de hecho, vulneran la diversidad de los individuos.
- No identificar ni respetar la diversidad de los individuos es un acto de violencia institucionalizado en el núcleo familiar y en los centros educativos.
- El malestar que provocan las acciones dominantes de las instituciones familiar y educativa, son calificadas de rebeldía, desobediencia y en consecuencia son reprimidas con energía.
- El maestro debe tener la audacia de educar a los niños(as) a la desobediencia de todo aquello que constituya una injusticia y un abuso a los derechos de las personas.



¡ LO QUE NO DEBE HACERSE JAMÁS !

Son muchas las desafortunadas reacciones que muestran los padres con sus hijos como respuesta a las diversas modalidades de acoso, todas las cuales son explicables, en particular porque no se tiene información de lo que es aconsejable hacer en estas circunstancias, en que la presión emocional y también social lo sobrepasa, sobre todo cuando se trata del hijo varón.

Por esta razón a continuación señalamos **LO QUE NO SE DEBE HACER:**

- Interrogar de manera furiosa e incisiva a su hijo/a para saber que es lo que le ha pasado y la razón de lo sucedido.
- Mostrarse indiferente cuando su hijo le informe sobre los actos de maltrato que vienen padeciendo por parte de otro(s) compañeros.
- Restarle importancia a las quejas de su hijo/a ya que usted mismo vivió un clima parecido y considera que las relaciones entre los niños y jóvenes siempre ha sido así, por lo tanto considera que es normal y natural.
- Sobreproteger al niño/a llenándolo de atenciones y teniendo una actitud pasiva que a la postre acrecentará su vulnerabilidad.
- Retar a la víctima para que tome medidas igualmente violentas contra sus agresores, indicándole que si no puede enfrentarse físicamente al agresor lo haga empleando objetos contundentes (palos, cuerdas, piedras, etc.)
- Organizar a su hijo para que se junte con otros compañeros y tomen venganza atacando al agresor y sus cómplices con el fin de que escarmienten y no se vuelvan a meter con él.
- Encargarle al hermano mayor para que castigue al agresor y amenazarlo de hacerlo siempre que se meta con su hermano.
- Acudir al colegio a tomar acciones punitivas contra el agresor, contra los profesores o contra la familia del acosador.
- Reclamarle a los padres del agresor para que sancionen ejemplarmente a su hijo.
- Exigir que el centro educativo tome medidas drásticas contra los agresores (castigos físicos, suspensiones, expulsiones, etc.)
- Responsabilizar al centro educativo y a los profesores de lo que le ocurre a su hijo y eximirse de asumir su responsabilidad.

- Promover entre los padres de familia la aprobación de medidas disciplinarias extremas contra los niños y jóvenes agresores.
- Culpar a su hijo de las acciones de acoso que sufre en el colegio porque no sabe defenderse, porque es muy permisivo y tolerante con las “bromas” de sus compañeros y porque no ha aprendido a trompearse.
- Decidir inscribir a su hijo en cursos de artes marciales para que le enseñen a defenderse y sobre todo a pelear.
- Llamarle públicamente la atención al hijo que viene sufriendo acoso y humillarlo ante sus familiares y amigos.
- Motejarlo de “poco hombrecito” porque no resuelve sus conflictos con el “matón” como lo hacen todos los hombres.
- Pedirle a los profesores y a los directivos que se interesen en vigilar a su hijo para que no sea molestado o acosado por sus compañeros.
- Ofrecer recompensas a su hijo/a que está siendo acosado para que se anime a tomar represalias contra sus agresores.
- Y por último algo muy importante: NUNCA LE DIGA QUE NO SE META CUANDO OTROS COMPAÑEROS ESTÁN SIENDO ACOSADOS Y MALTRATADOS. Por el contrario, edúquenlos para que sean solidarios y capaces de indignarse ante cualquier tipo de abuso.

¿POR QUE MEJORAR LA CONVIVENCIA?

La existencia del bullying en la escuela configura un factor de riesgo para todos los alumnos por lo siguiente:

- Cualquier alumno/a puede ser víctima de acoso.
- Cualquier alumno puede ser el agresor.
- La víctima se puede convertir en agresor.
- El agresor puede convertirse en víctima.
- Cualquier espectador puede llegar a convertirse en víctima o agresor.

RECOMENDACIONES PARA PADRES Y DOCENTES

1. Como siempre hay que hacer énfasis en la prevención y en este caso una de esas medidas es la educación en la cultura de la privacidad, para lo cual los hijos y alumnos deben ser informados sobre los riesgos que encierra el exponer sus datos personales (edad, centro de estudios, dirección, actividades, direcciones y horarios de su rutina, etc.) en forma pública.
2. Dialogar con los hijos en forma razonada sobre las bondades y riesgos que tiene la tecnología, haciendo notar que existen individuos que le dan mal uso y perjudican a otras personas en forma intencional.
3. Promover relaciones de confianza entre padres, hijos y docentes para que cuando se encuentren en situaciones de riesgo formulen las consultas del caso.
4. La computadora debe estar colocada en un lugar común en donde sea posible vigilar las actividades de los jóvenes. Esto quiere decir que hay que eliminar la privacidad absoluta del uso de los aparatos tecnológicos.
5. Informarse sobre las tecnologías digitales para poder orientar más convincentemente a los jóvenes.

ROL DEL PROFESOR FRENTE AL BULLYING

El profesor, como bien se conoce, no siempre es testigo de los actos de acoso que ocurren en el centro educativo, pero sí está en condiciones de reconocer los factores de riesgo que existen en la escuela y los indicadores que se expresan en las conductas de los actores directos del acoso. Además, por la jerarquía que ostenta dentro del aula, está en posición de dirigir la dinámica de relación interpersonal entre los alumnos y al tomar conocimiento de las situaciones de acoso, puede desempeñar un papel destacado en la prevención.

A continuación proponemos algunas recomendaciones:

1. Intervenir inmediatamente para interrumpir el clima de violencia.
2. Conversar por separado con el agresor y la víctima.
3. Con la víctima, identificar a los agresores, la frecuencia del acoso, el tipo de actos de maltrato que sufre, el tiempo en que viene ocurriendo el acoso y los lugares en donde ha ocurrido.
4. Con el agresor, indagar sobre el porqué de sus actos de agresión, sobre sus conflictos personales, familiares y de relación interpersonal con sus compañeros de aula.
5. En ningún caso debe tratar de conversar con la víctima y el agresor en forma conjunta, aun cuando su intención sea la de buscar una conciliación entre ellos.
6. Un vez obtenida la información necesaria de inmediato debe dar cuenta de lo ocurrido al Centro de Convivencia de la escuela para que ellos procedan a la convocatoria de los padres de familia de la víctima y del agresor.
7. El Centro de Convivencia acordará las acciones preventivas y correctivas pertinentes.

Si el profesor conoce de la existencia de factores de riesgo personales, escolares y familiares, así como la presencia de indicadores en las conductas de las víctimas y los agresores, debe de inmediato:

1. Identificar los factores de riesgo de la escuela y los factores de riesgo del salón de clases para poder tomar las acciones de prevención e intervención.
2. Informar al Centro de Convivencia para que coordine las acciones preventivas, de detección y de intervención a la mayor brevedad.
3. Priorizar las acciones educativas en los actores identificados evitando que las acciones que se asuman sean aversivas para el agresor y sobreprotectoras para la víctima.
4. Coordinar con otros docentes las acciones que se deben asumir frente a las situaciones de riesgo conocidas, en especial las que conciernen a sus labores docentes.

RECOMENDACIONES PARA EL COLEGIO

1. Promover el involucramiento de toda la comunidad educativa en las acciones de prevención contra el acoso escolar.
2. Elaborar un programa de convivencia y buenas prácticas en el que participen todos los agentes educativos.
3. Promover el respeto por la diversidad, rechazando toda forma de discriminación entre los estudiantes, docentes y padres de familia.
4. Emplear el currículo para el aprendizaje de la convivencia.
5. Promover la capacitación de los docentes y personal administrativo del centro para maximizar las medidas preventivas.
6. En los casos de acoso, las autoridades del colegio deberán informar a la comunidad educativa sobre su decisión de no tolerar este tipo de conductas entre los estudiantes.
7. Solicitar una reunión con los padres del/la agresor(a) y de la víctima para ofrecerles las explicaciones del caso y comprometerse en ayudar al mejoramiento de las relaciones interpersonales de sus hijos.
8. Planificar acciones de ayuda a los alumnos conjuntamente con los padres de familia.
9. Los centros educativos deben garantizar la seguridad de los estudiantes y brindar protección a quienes son victimizados.
10. El colegio debe realizar un seguimiento del trabajo que se realiza con los estudiantes que son víctimas, acosadores y espectadores.
11. Participar activamente en el programa de convivencia de la escuela o fomentar su organización si no existiese dicho programa.
12. Organizar acciones preventivas y de detección sobre el acoso en el colegio.
13. Los casos de intimidación que se conozcan deberán ser informados a la Defensoría del Pueblo.
14. Incorporar un(a) psicólogo(a) para que organice y conduzca el programa de convivencia en la escuela, de acuerdo a la Ley N° 29719.

Evaluar periódicamente los programas que se vienen aplicando contra la violencia escolar para proceder a las enmiendas que sean necesarias.

¿Sabías que...?

- Los predadores –como se sabe- no atacan a los animales más fuertes y sanos por que les representa un riesgo grande y prefieren evitarlo eligiendo a los críos, a los enfermos o a los viejos, que siempre opondrán menor resistencia.
- El agresor actúa como un predador: identifica a la persona que aparece como más débil y vulnerable en su entorno escolar y decide atacarla.
- Los factores de vulnerabilidad son muchos: la debilidad física, la falta de habilidades sociales para relacionarse, la soledad y el no tener amigos o compañeros con quienes compartir, provenir de un hogar disfuncional, la ausencia de normas de convivencia en la escuela y la falta de medidas de seguridad que provea el centro educativo, entre las más importantes.
- Comúnmente están presente varios factores de riesgo en la víctima, como por ejemplo, ser sobreprotegido por la familia, no tener habilidades relacionales y falta de seguridad en el centro educativo, que son factores que se conjugan frecuentemente.
- Entre las víctimas del bullying también se encuentran niños(as) y jóvenes que no son vulnerables y reaccionan defendiéndose, atacando al agresor, aún cuando son acosados permanentemente. Se trata de individuos que se caracterizan por ser catalogados como “metiches”, “chinchosos”, “antipáticos” e “inoportunos”, que se involucran en todo en busca de notoriedad mostrandose agradables y graciosos, precisamente.
- La vulnerabilidad, como podemos ver, no es solo individual, es principalmente social. Podríamos decir, incluso, que mejorando las condiciones sociales de riesgo, la vulnerabilidad de los individuos disminuye.

- Cuando el agresor advierta que no son fáciles las condiciones del ambiente para que pueda ejercer un dominio abusivo sobre sus compañeros, su comportamiento violento empezará a decrecer.
- Por ello también es importante que se tome la precaución de estar acompañado por un amigo. Basta uno solo para que el agresor no se sienta tan envalentonado al atacarlo.
- El centro educativo debe mantener un mayor control sobre las áreas en donde se producen los mayores incidentes de acoso: el salón de clases, el patio, los baños, etc., porque de ese modo los agresores se sienten vigilados y buscarán otros escenarios que no le compliquen el ejercicio del acoso. El control de los ambientes desacelerará las acciones de violencia de los agresores.

Todas estas medidas son útiles para limitar los espacios de agresión y proteger a las posibles víctimas, pero son insuficientes para eliminar el bullying de las escuelas y eso hay que tenerlo muy claro. El acoso escolar es un problema social derivado de las malas relaciones interpersonales y de la cultura de violencia que domina la resolución de los conflictos; y esas son las dimensiones que se deben abordar mediante la convivencia en la escuela.



¿ QUÉ ES LA CONVIVENCIA ESCOLAR ?

DECÁGOLO

Características que deben tener las normas de convivencia en las instituciones educativas para que estas sean cumplidas y respetadas:

1. **Deben contemplar la participación de los alumnos en su formulación y elaboración.**
2. **Deben ser enunciadas con un lenguaje claro y preciso para que sea comprensible en todos sus alcances.**
3. **Deben de señalar desde un principio las consecuencias o sanciones de no cumplirlas.**
4. **Deben aplicarse consistentemente para darle solidez y efectividad a las normas.**
5. **Deben ser objetivas y congruentes con la situación, tanto para reconocer su cumplimiento, como para corregir su incumplimiento o trasgresión.**
6. **Debe revisarse periódicamente y evaluar su pertinencia y eficacia.**
7. **Su aplicación debe comprometer igualmente a los alumnos y a los profesores.**
8. **Deben ser conocidas, aceptadas y evaluadas por todos los miembros.**
9. **Deben ser coherentes con los valores e ideales de la institución educativa.**
10. **Deben considerar las necesidades de las personas y el respeto de los estudiantes.**

Es un modo de relacionarse e interactuar entre los miembros de la comunidad educativa: alumnos, profesores, autoridades, padres de familia, etc. La **convivencia en la escuela** puede ser valorada como ADECUADA e INADECUADA; es adecuada cuando se consideran las características y diferencias individuales de sus miembros y se respetan los deberes y derechos de las personas independientemente de los roles y funciones que tengan que desempeñar. Es inadecuada cuando no se toman en consideración la diversidad, las características y diferencias personales, vulnerando los derechos de sus miembros.

¿Quiénes son los miembros de una convivencia en la Comunidad Educativa?

La comunidad educativa está constituida por:

Los profesores: Estamento que tiene la responsabilidad de dirigir el proceso enseñanza-aprendizaje, velar por la disciplina y establecer las normas de convivencia.

Los alumnos: Es el estamento sobre el cual gira la educación tienen deberes y derechos.

Los padres de familia: Lo constituye el grupo que brinda las experiencias vitales con las que cuenta el alumno (creencias, prejuicios, valores). Su participación en la elaboración de las normas es importante.

Las autoridades y personal: Son las personas encargadas de gestionar, auxiliar e implementar el Proyecto Educativo de la escuela. Sus expectativas regulan su involucramiento y participación en la escuela.

¿Cuáles son las características de un clima de convivencia positiva?

La convivencia positiva en la escuela se caracteriza por ser de naturaleza democrática, pro-social y valorativa.

- **Es democrática:** porque está constituida por un conjunto de relaciones interpersonales de carácter horizontal; en la cual se comparten las experiencias y los conocimientos implicando un escenario participativo, de opinión, discusión y respeto.
- **Es pro-social:** porque está preocupada por el desarrollo socioemocional y el bienestar personal de sus miembros.
- **Es valorativa:** porque se sustenta en el respeto de la diversidad y de las diferencias individuales, promoviendo un sentido solidario y ético en sus miembros.

¿Cuáles son los estilos de interacción social que se establecen en una situación de convivencia escolar?

Los estilos de interacción social más comunes son:

- **El estilo democrático:** se basa en el reconocimiento del alumno como persona y del respeto por las diferencias individuales de los mismos; prima el acuerdo y el diálogo como vehículo para solucionar los conflictos. Para ello se establecen reglas claras y coherentes. Las correcciones son justas y oportunas.
- **El estilo autoritario:** se caracteriza por propiciar un ambiente controlador y sancionador. El cumplimiento de las reglas, el orden, la obediencia y la disciplina son el fin de la educación. Se vulnera frecuentemente los derechos de los alumnos como personas.
- **El estilo permisivo:** esta relacionado con una estrategia de permitir que los alumnos hagan prácticamente casi todo lo que deseen, las reglas no se cumplen, no hay autoridad, se teme actuar por temor a vulnerar los derechos del alumno. Es un *dejar hacer - dejar pasar* por parte del docente.

APRENDIENDO A CONVIVIR EN LA ESCUELA

A convivir se aprende y se enseña conviviendo cotidianamente. La forma y la manera de convivir se aprende en cada espacio, en cada situación, en cada escenario, en cada contexto en la que se comparte la vida con otros.

Sin lugar a dudas los aprendizajes de contenidos académicos, de habilidades intelectuales y de destrezas procedimentales son relevantes en los escenarios educativos; se le debería dar igual o mayor importancia al aprendizaje de habilidades para el desarrollo personal y al aprender a vivir juntos, es decir, aprender a convivir.

Aprender a convivir en la escuela requiere una serie de condiciones tanto de los actores como del contexto educativo.

Estas condiciones están relacionadas con los actores en la existencia de:

- a) Competencias intrapersonales: control personal, autoconocimiento y autovaloración.
- b) Competencias sociales: comprender y ponerse en el lugar del otro, tolerar y comunicarse asertivamente.

En el contexto educativo:

- a) Normas y valores realistas y consensuadas que regulan las relaciones interpersonales.
- b) Una gestión de reconocimiento, tolerancia y respeto por lo diverso y lo diferente.

El aprendizaje de la convivencia en la escuela, no sólo puede ser una respuesta a la violencia, al maltrato y al abuso, sino también un elemento clave en la formación ciudadana de nuestros alumnos y al desarrollo de una cultura de paz en nuestras escuelas.



FACTORES QUE FAVORECEN LA CONVIVENCIA ESCOLAR

Un clima escolar, percibido como positivo por los miembros de la comunidad educativa está determinado por un estilo de convivencia relacionada con:

Relaciones interpersonales basadas en la colaboración y el respeto por los derechos y deberes; también en la solución de conflictos entre todos los miembros de la comunidad educativa.

La existencia de normas y reglas claras y pertinentes, de carácter constructivo, realistas y consensuadas. Las sanciones a aplicarse por su incumplimiento deben ser justas y formativas.

La promoción de valores coherentes con los postulados de la institución, asumidos y ejercidos en la práctica educativa por todos los miembros de la comunidad.

La existencia de espacios, actividades y oportunidades para sus miembros que generen una participación libre y espontánea, así como un involucramiento responsable y aceptación de las consecuencias de su acción.

FACTORES QUE ALTERAN U OBSTACULIZAN LA CONVIVENCIA ESCOLAR

X LA AGRESIVIDAD Y LA VIOLENCIA: constituyen formas de relación interpersonal destinadas a producir malestar o daño. Involucra no solo al agresor(es) y a la víctima, sino también a los que presencien la violencia. El bullying es una forma de violencia interpersonal sostenida en el tiempo, intencional y sin justificación aparente, en donde el agresor abusa de su poder. Se sustenta en las malas relaciones interpersonales y en la incapacidad de los estudiantes para enfrentar y solucionar conflictos.

X LAS CONDUCTAS DISRUPTIVAS: generan un clima inapropiado de aprendizaje en el aula, provocando una actitud negativa en los alumnos y el docente, conllevando al resquebrajamiento de las relaciones interpersonales. Estas conductas (bullicio, alboroto, impertinencia, murmullos, etc.) al presentarse de manera sistemática interrumpen y alteran las clases.

X EL ESTRÉS DOCENTE: El desgaste psicológico que sufre el profesor en su actuación pedagógica es un trastorno crónico asociado a las demandas del trabajo y a las propias relaciones interpersonales que su profesión le demanda. Una situación de convivencia en el aula demanda de relaciones docente-alumno que sean conducidas de manera óptima y apropiada, los docentes que sufren de estrés no podrán asumir cabalmente su función

X LA FALTA DE AUTORIDAD Y AUTORITARISMO: La falta de autoridad y el autoritarismo del docente, vinculado a la falta de control o manejo del aula y la relación docente-alumno de tipo vertical e intimidatoria, van a conducir a un deterioro en el proceso de enseñanza-aprendizaje; de igual forma, van a perjudicar las relaciones interpersonales entre el profesor y sus alumnos y por lo tanto, también, las relaciones de convivencia en el aula.

¿ QUÉ SE REQUIERE PARA APRENDER A VIVIR EN CONVIVENCIA ?

Para aprender a vivir en convivencia es necesario que se promuevan procesos, que por ser constitutivos de la convivencia democrática, nos permiten aprender a convivir conviviendo.

- **Interactuar:** intercambiar acciones y actividades con otros.
- **Interrelacionarse:** establecer vínculos de reciprocidad con los demás.
- **Dialogar:** hablar con otros u otro, fundamentalmente escuchar.
- **Participar:** actuar conjuntamente con otro u otros.
- **Comprometerse:** cumplir cabalmente y responsablemente las actividades asumidas.
- **Compartir propuestas:** proponer y aceptar alternativas con los demás.
- **Discutir:** intercambiar opiniones e ideas diferentes con los demás.
- **Disentir:** aceptar que las ideas de uno pueden ser diferentes a la de otros u otros y viceversa.
- **Acordar:** encontrar los aspectos que se tienen en común con los demás (Implica generalmente pérdida y ganancia).
- **Reflexionar:** regresar sobre lo ocurrido y sobre lo actuado.

¿ QUÉ CONDUCTAS DEL ALUMNO ALTERAN LA CONVIVENCIA EN EL AULA ?

Conductas de rechazo al aprendizaje

- Llegar tarde a clases
- No traer los materiales requeridos
- No participar en el desarrollo de la clase
- Incumplir con los trabajos asignados
- Permanecer aislado e indiferente

Conductas de trato inadecuado

- Falta de respeto a las normas establecidas
- Formas de relación interpersonal agresiva y no asertiva, gritos
- Estilo de comunicación impositiva, prepotente, autoritaria

Conductas disruptivas en el aula

- Levantarse sin permiso
- Hablar mientras el profesor explica la clase
- Molestar al compañero
- No obedecer instrucciones del docente
- Interrumpir sin motivo la clase

Conductas agresivas y violentas

- Amenazas e intimidación
- Insultos y ofensas
- Agresión física y verbal
- Imposición y acoso
- Comportamiento machista



¿ QUÉ GENERA EL CLIMA DE CONVIVENCIA EN LOS ESTUDIANTES ?

Un clima de convivencia cuando es adecuado genera sentimientos y actitudes positivas, de igual forma cuando es inadecuado genera sentimientos y actitudes negativas.

CLIMA POSITIVO

tranquilidad	ansiedad
entusiasmo	tristeza
participación	aislamiento
seguridad	inseguridad
alta autoestima	baja autoestima
compromiso	irresponsabilidad
lealtad	deslealtad
tolerancia	intolerancia
colaboración	egoísmo
autonomía	sumisión
solidaridad	agresividad
empatía	indiferencia
aceptación	rechazo
simpatía	antipatía
compañerismo	individualismo
satisfacción	frustración

CLIMA NEGATIVO

¿ CÓMO SE CONCEPTUALIZA LA DISCIPLINA ?

En las instituciones educativas es común conceptualizar la disciplina de dos maneras diferentes: Correctiva y Formativa.

- **CORRECTIVA:** se concibe la disciplina como una práctica destinada al cumplimiento de las reglas y las normas en base a la obediencia y a la coerción. Su aplicación implica rechazo y sanciones.
- **FORMATIVA:** se concibe la disciplina como una disposición para seguir de manera voluntaria un conjunto de normas y comportarse de una manera autorregulada. Su aplicación implica aceptación y responsabilidades.

La forma más frecuente de entender y aplicar la disciplina está relacionada con la concepción correctiva.

LA DISCIPLINA EN LA ESCUELA ¿Qué es y qué no es?

DISCIPLINA

Qué es

- Capacidad para internalizar y seguir un conjunto de reglas sin coerción.
- Es una disposición autoregulatoria y voluntaria.
- Está orientado al logro de un propósito originado en las propias convicciones.
- Es un medio más que un fin en sí mismo.
- Promueve el autocontrol, la responsabilidad, la autonomía y la toma de decisiones.
- Constructiva y formativa.

Qué no es

- Conjunto de normas a seguir y obedecer.
- Se sustenta en las órdenes y las amenazas.
- Está bajo el control y la vigilancia de los adultos.
- Es sinónimo de obediencia y está adecuada a su cumplimiento por la sanción o el castigo.
- Ser disciplinado es un fin en sí mismo.
- Punitiva y coercitiva.

La disciplina implica comprender que el orden y el respeto a las normas, permite una mejor convivencia en sociedad. Esta manera de entender la disciplina promueve la autoregulación, la autonomía y la responsabilidad del educando.



¿ QUÉ FACTORES AFECTAN LA DISCIPLINA ESCOLAR ?

Los problemas de disciplina afectan las relaciones de convivencia y el desarrollo del proceso educativo repercutiendo en el clima del aula, generando ansiedad y malestar, tanto en los alumnos como en los profesores. Es pertinente tener en consideración que estos problemas se producen por la interacción de una serie de factores, y no a una sola causa; además están relacionadas con las características del profesor, del alumno y del contexto escolar.



CARACTERÍSTICAS DEL DOCENTE

FAVORECEN LA DISCIPLINA

- Seguridad y control personal.
- Liderazgo y autoridad.
- Buen control y manejo de grupo.
- Habilidades sociales y de comunicación.
- Motivado, creativo y con métodos y recursos pedagógicos adecuados.
- Comprometido y satisfecho laboralmente.
- Creencias y expectativas racionales y objetivas.
- Democrático y ético.

AFECTAN LA DISCIPLINA

- Inseguridad y falta de autocontrol.
- Baja capacidad de liderazgo, autoritario.
- Dificultades para el manejo de grupo.
- Deficit en habilidades sociales y de comunicación.
- Carencia de motivación, creatividad y recursos pedagógicos.
- Desmotivación e insatisfacción laboral.
- Creencias y expectativas poco racionales y objetivas.
- Autoritarismo y conductas poco éticas.

CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNO

FAVORECEN LA DISCIPLINA

- Adaptación y socialización escolar.
- Adquisición de competencias sociales.
- Control de impulsos agresivos y de la ira.
- Adecuado nivel de adaptación y cumplimiento de las normas.
- Nivel de motivación y apreciación del autoconcepto.
- Desarrollo de la autoestima.
- Capacidad para afrontar y solucionar conflictos.
- Contexto familiar de apoyo.

AFECTAN LA DISCIPLINA

- Dificultad de adaptación a la escuela.
- Antecedentes de fracaso escolar.
- Desmotivación escolar, al no aprender.
- Situación familiar conflictiva.
- Expectativas negativas respecto al profesor y a la escuela.
- Problemas afectivos y emocionales.
- Alteraciones del comportamiento, déficit de atención o hiperactividad.
- Conductas violentas y agresivas.

CARACTERÍSTICAS DEL CONTEXTO EDUCATIVO

FAVORECEN LA DISCIPLINA

- Normas institucionales claras y proactivas.
- Canales de comunicación abiertas, horizontales y asertivas.
- Espacios y contextos generadores de participación voluntaria y responsable.
- Control disciplinario, constructivo y ejemplificador.
- Estilo de interacción democrático.
- Contextos familiares y sociales como redes de apoyo.

AFECTAN LA DISCIPLINA

- Normas institucionales poco claras y restrictivas.
- Deficientes canales de comunicación entre docentes y alumnos.
- Escasos espacios de participación democrática.
- Formas de control disciplinario, punitivo y restrictivo.
- Estilo de interacción social permisivo o autoritario.
- Contextos familiares y sociales conflictivos y violentos.

LA CONVIVENCIA Y LOS CONFLICTOS EN LA ESCUELA

Toda situación que implique el vivir con otros dará lugar a situaciones de conflictividad. El conflicto es una constante en nuestra vida social en la que compartimos con otras personas necesidades y expectativas. No es cierto que el conflicto surja cuando la convivencia se deteriora, él forma parte natural de la vida, por lo cual debe abordarse de la mejor manera posible; asimismo los conflictos pueden ser destructivos y es posible que den lugar a resentimientos y malestar si no se solucionan.

Si se aprende a manejar adecuadamente los conflictos, estos pueden ser constructivos ya que es una oportunidad para la creatividad, el crecimiento y el cambio personal-social. Toda situación de convivencia implica situaciones de conflictividad que deben ser afrontados a través de procesos de negociación, intermediación, etc.

Para mejorar las relaciones de convivencia en la escuela se recomienda:

1. Establecer de manera compartida normas claras y realistas.
2. Que los intereses y necesidades del alumno sean el centro de interés del proceso educativo.
3. Propiciar el saber compartido a través del aprendizaje colaborativo.
4. Que el docente tenga un rol activo, modelador y proactivo.
5. Que el plan de estudio se adecue a las posibilidades de aprendizaje de cada alumno.
6. Reconocer y atender la diversidad del alumnado.
7. Elogiar y estimular el esfuerzo y empeño del alumnado, no solamente los resultados del mismo.

Son muchos los profesores que perciben los conflictos como algo perturbador y problemático, debido a su falta de recursos para transformarlos en una situación de aprendizaje.

Cuando los profesores se sienten seguros de sus habilidades y competencias para gestionar la convivencia, suelen desaparecer las actitudes negativas hacia los conflictos.

EL CONFLICTO EN LA CONVIVENCIA ESCOLAR

1. Un conflicto surge cuando dos o mas personas (docentes, autoridades, personal auxiliar, alumnos) no están de acuerdo en una situación determinada.
2. El conflicto es un hecho permanente y necesario en el desarrollo y en la convivencia escolar, que no está necesariamente relacionado con una acción violenta y negativa.
3. El conflicto existe y seguirá existiendo aunque desarrollemos destrezas o técnicas que nos ayuden a enfrentarlo.
4. El conflicto nos puede ayudar a crecer personalmente si adquirimos las habilidades necesarias para afrontarlo creativamente.
5. Los valores y actitudes que hemos aprendido en nuestra vida determinan la manera de como afrontamos los conflictos. Estos pueden cambiar si optamos por adquirir otros valores diferentes.
6. Los conflictos en la convivencia escolar son complejos, tanto en sus causas como en sus consecuencias, por lo cual se debe tener en cuenta los factores y variables personales y ambientales que inciden en su aparición.

Un ambiente diseñado para educar que fomente el aprender tiene que trascender los problemas y conflictos que inevitablemente han de ocurrir en toda situación en la que se encuentran involucradas personas o grupos de personas de diferentes roles, funciones, género, edades, condición social, etc., las cuales tienen que vivir juntos, convivir por muchas horas y por mucho tiempo en esa etapa de la vida que es la etapa escolar.

¿ QUÉ SITUACIONES, ACONTECIMIENTOS O ACCIONES PUEDEN DAR LUGAR A CONFLICTOS EN LA ESCUELA Y EN EL AULA ?

El conflicto es un hecho permanente y necesario en el desarrollo humano que no está necesariamente vinculado a la violencia explícita. Es una situación de incompatibilidad de acciones, objetivos o metas que ocurre en el ámbito interpersonal, intrapersonal o intergrupar. Juan Carlos Torrego, sugiere que para comprender y afrontar los conflictos en la escuela y en el aula, este debe ser conceptualizado como *“situaciones en las que dos o más personas entran en oposición o desacuerdo, porque sus posiciones, intereses, necesidades o variables son incompatibles o percibidas como incompatibles; donde juega un papel importante los sentimientos y las emociones y en donde la relación entre las partes puede salir robustecida o deteriorada en función de como sea el proceso de resolución”* (Gómez, J., 2009)

La mayoría de conflictos en la escuela y/o en el aula están relacionados con:

- Normas y reglas poco claras, irreales y restrictivas.
- Sanciones disciplinarias exageradas, incoherentes y coercitivas o punitivas.
- Una comunicación institucional vertical, impositiva o confusa.
- Un clima de convivencia permisiva o autoritaria.
- Una gestión educativa orientada a una enseñanza unitaria convergente y homogénea.
- Un desconocimiento institucional de los valores, motivaciones e intereses de los miembros de la comunidad educativa (maestros, alumnos, padres, etc.).
- Una falta de respeto a la diversidad personal y cultural.
- Una cultura y educación sexista generalmente basada en la supuesta superioridad del género masculino.
- Personal docente sin la experiencia pedagógica necesaria.
- Un plan de estudios exageradamente teórico, sin sentido pedagógico y sin valor para la vida.
- Un sistema de evaluación subjetivo, incoherente e injusto.
- Ausencia de canales de comunicación y de recepción para los pedidos, demandas y denuncias de los estudiantes y docentes.

¿ QUÉ SON LAS NORMAS DE CONVIVENCIA ?

Son reglas que se establecen como pautas de comportamiento deseables a ser promovidas y fortalecidas; que favorecen el desarrollo personal, académico y social del alumno. *“Tienen por objetivo facilitar la comunicación, el diálogo y la solución pacífica de conflictos, así como promover hábitos, costumbres y prácticas que constituyan relaciones democráticas”* (Reglamento de la Ley N° 29719). Las normas de convivencia se establecen teniendo en consideración el perfil del alumno que la institución educativa tiende a formar. Son consecuentes con la misión institucional por lo tanto, deben de tener un carácter básicamente formativo. Su cumplimiento dará lugar al reconocimiento y reforzamiento individual y colectivo de las acciones que favorezcan la convivencia en el aula y en la escuela. Su incumplimiento o trasgresión tendrá las sanciones pertinentes las cuales serán proporcionales a la falta y a la responsabilidad que le corresponde a cada alumno.

Es necesario recalcar que las normas de convivencia pueden ser también establecidas enunciando los comportamientos que se van a sancionar. Creemos que las normas que promueven un clima de convivencia deben ser más que prohibitivas y sancionadoras, proactivas y correctiva .

DIMENSIONES DE LAS NORMAS DE CONVIVENCIA

1. Para el desarrollo personal del alumno:

Cumplimiento de deberes y tareas, de horarios y tiempos establecidos, uso adecuado de vestimenta y accesorios pertinentes, ser veraz y practicar valores y conductas éticas.

- 1.1. Responsabilidad
- 1.2. Puntualidad
- 1.3. Comportamiento ético-moral

2. Para el desarrollo de la convivencia escolar:

Aceptación de las diferencias, trato cortés y asertivo, respeto a la individualidad y derechos de cada persona.

- 2.1. Respeto
- 2.2. Orden y cortesía
- 2.3. Tolerancia

3. Para el desarrollo ético-valorativo:

Actuar en beneficio de los demás, denunciar actos impropios, respetar símbolos institucionales, cuidar equipos materiales e infraestructura, cumplir compromisos escolares asumidos y hacer uso adecuado de los T.I.C.

- 3.1. Búsqueda del bien común
- 3.2. Identidad institucional
- 3.3. Actitud frente al estudio
- 3.4. Uso de la tecnología e información

4. Para el desarrollo del compromiso cultural y medio ambiental:

Respeto por los símbolos patrios, costumbres y manifestaciones culturales; conservación, cuidado y uso adecuado de los recursos naturales

- 4.1. Identidad cultural
- 4.2. Conservación del medio ambiente



TRASGRESIÓN A LAS NORMAS DE CONVIVENCIA

El incumplimiento o transgresión de las normas de convivencia institucional se puede considerar como falta. **Las faltas** son aquellas acciones que producen un resquebrajamiento de las relaciones armónicas que deben existir entre los miembros de la comunidad educativa. Estas acciones atentan de algún modo contra la integridad de sí mismo o la integridad de los demás.

Las faltas pueden considerarse como graves o muy graves, y en la valoración de las mismas es necesario tener en consideración la intencionalidad, el contexto, la situación o los posibles atenuantes de la falta.

Como ejemplo pueden considerarse Faltas Graves o Muy Graves los siguientes comportamientos:

a) Faltas graves:

1. Actos reñidos contra la moral
2. El robo, la calumnia y la mentira.
3. El plagio en evaluaciones, trabajos, asignaciones.
4. Falsificación de todo tipo.
5. Falta de respeto a cualquier miembro de la comunidad educativa.
6. Posesión o consumo de drogas y bebidas alcohólicas.
7. Posesión de armas punzo cortantes o de fuego.
8. Acciones de violencia verbal y/o física.
9. Daños contra la infraestructura, equipos o mobiliario.
10. Reincidencia en el incumplimiento de deberes y normas de convivencia.

b) Faltas Muy Graves:

1. Venta de alcohol o drogas.
2. Violencia o acoso sexual.
3. Acoso o maltrato sistemático (Bullying).
4. Uso de armas de fuego o punzo cortantes.
5. Agresión a algún miembro de la comunidad educativa.
6. Reincidencia sistemática de las faltas graves.

ESTÍMULOS Y SANCIONES

Todo proceso educativo orientado al desarrollo y a la formación integral del alumno requiere de un clima relacional adecuado que promueva la adquisición y fortalecimiento de habilidades y competencias personales, sociales y académicas que les permitan alcanzar las metas y logros deseados.

Una implementación adecuada de las normas de convivencia que regulen las relaciones entre los miembros de la comunidad educativa exige establecer no sólo sanciones sino también gratificaciones, recompensas o estímulos que favorezcan el potenciar formas de comportamiento deseables y proactivos.

Las sanciones y las recompensas o estímulos deben ser establecidos por el Consejo Directivo, de acuerdo a la propuesta realizada por los miembros de la comunidad educativa. Su aplicación debe de efectuarse luego de evaluar, reflexionar y discernir sobre la falta cometida o sobre los méritos alcanzados individual o grupalmente por el alumno o los alumnos.

Se recomienda estimular el rendimiento y compromiso académico e institucional, las actitudes proactivas y la vivencia y práctica de valores.

MEDIDAS CORRECTIVAS:

Las medidas correctivas que pueden aplicarse al no cumplir o infringir las normas de convivencia deben basarse principalmente en el modelo de consecuencias (naturales y lógicas) más que sólo en el modelo punitivo o castigador.

Según el Reglamento de la Ley N° 29719, toda medida correctiva debe tener por objeto orientar la formación y el cambio de comportamiento inadecuado en los alumnos, de acuerdo a su edad y nivel de desarrollo. Implican dialogo, estímulos, promoción de valores positivos y consejería entre otros.

DIFERENCIAS ENTRE EL CASTIGO Y LAS CONSECUENCIAS COMO MEDIDAS CORRECTIVAS



EL CASTIGO

- Una forma de desquite. El infractor paga por su conducta.
- Con respecto a la conducta es impuesto de manera arbitraria.
- El temor es su principio motivador.
- El alumno no emitirá el comportamiento para evitar el castigo.
- Libera de tensión a la persona que aplica el castigo.
- Genera ansiedad, hostilidad y resentimiento en el infractor.

CONSECUENCIAS:

- Están directamente relacionadas con las normas.
- Con respecto a la conducta son lógicas y naturales.
- Ayudan al infractor a aprender formas de comportamiento aceptables.
- Educa en vez de castigar pues enseña el efecto positivo y negativo del comportamiento.
- Genera autorregulación y responsabilidad en el infractor.

Si bien es cierto el castigo es una consecuencia de carácter aversivo aplicable como medida correctiva este es una consecuencia no natural ni lógica a la infracción sino impuesta arbitrariamente, las consecuencias naturales o lógicas son aquellas que dependen directamente de la ejecución de la acción infractora o del comportamiento inadecuado, por lo tanto, tienen un carácter reeducativo y/o reparador.

Ejemplo (Fernández, 2005):

Infracción: los alumnos no ingresan a clase en su hora, tardándose en el ingreso.

Consecuencia: se quedarán después de clase o en horas de recreo, recuperando el tiempo perdido.

Castigo: no se le permite entrar a clase. Es enviado a la biblioteca toda la hora.

ELEMENTOS PARA ELABORAR UN MANUAL DE CONVIVENCIA (DISCIPLINA)

I. Fundamentos:

- 1.1. Convivencia
- 1.2. Disciplina
- 1.3. Normas y características
- 1.4. Manual de convivencia

II. Perfil del alumno:

- 2.1. Desarrollo personal
- 2.2. Convivencia democrática
- 2.3. Ética y valores
- 2.4. Compromiso cultural y ambiental

III. Objetivo general

IV. Deberes y Derechos (alumnos):

- 4.1. De los deberes
- 4.2. De los derechos

V. Normas de Convivencia:

- 5.1. Desarrollo personal
- 5.2. Convivencia
- 5.3. Ética y valores
- 5.4. Compromiso cultural y ambiental

VI. Faltas:

- 6.1. Incumplimiento
- 6.2. Faltas graves
- 6.3. Faltas muy graves

VII. Estímulos y Sanciones:

- 7.1. Estímulos
- 7.2. Sanciones

VIII. Trabajos de Reparación:

Acciones a promover para obtener comportamientos deseables como consecuencia lógica o natural del comportamiento trasgresor.

IX. Procedimiento de aplicación de sanciones:

- 9.1. Ocurrencia
- 9.2. Consecuencias
- 9.3. Acciones
- 9.4. Responsables

X. Evaluación del comportamiento y seguimiento:

- 10.1. Valoración
- 10.2. Indicadores de logros

“Tenemos dos oídos y una sola boca, para recordar que debemos escuchar el doble y hablar la mitad”.

En el “TALMUD”

"Ni la escuela ni la educación pueden entenderse ya como meros vehículos de transmisión de las habilidades básicas que se requieren para ganarse la vida o para mantener la competitividad económica de los respectivos países. Efectivamente, no sólo de pan vive el hombre; ni solo de matemáticas, ciencias y de las nuevas tecnologías de la información. La tarea central es crear un mundo que dé significado a nuestras vidas, a nuestros actos, a nuestras relaciones".
J. Brunner (1997)

El comportamiento que mostramos cuando interactuamos con otras personas permite que ellos se muestren de una manera particular frente a nosotros, por tanto regula la convivencia; pero dependerá en gran parte de lo que manifestemos y/o aceptemos de ellos, si estamos en disposición para recibir de ellos o sólo para ofrecer lo nuestro.

Las relaciones interpersonales comprenden tres tópicos importantes, que debemos tener presente, si pretendemos desarrollar una adecuada inteligencia emocional y por ende una vida social exitosa:

- 1 La Empatía:** La empatía es la capacidad de entender y responder a las experiencias que siente la otra persona, parte del conocimiento de uno mismo y nos lleva a buscar la comprensión de los otros, de ponernos en su lugar para no hacer ni decir nada que lo dañe.
- 2 La Comunicación Asertiva:** Que se refiere a la habilidad para expresar sentimientos, creencias, pensamientos, y la capacidad para defender nuestros derechos de una manera no destructiva, (Reuven Baron). Es un estado de equilibrio permanente, una conducta positiva y de autoafirmación. Es decir, expresar lo que pienso, lo que quiero, lo que siento, sin ofender a la otra persona.
- 3 Las Habilidades Sociales:** Que no es otra cosa que "(...) las conductas que debemos tener cuando nos relacionamos con los demás para llevarnos bien con todos y no tener problemas: es la forma en que decimos las cosas", (Antonio Vallés).

Las Habilidades Sociales están referidas a un conjunto de conductas socialmente aceptadas, que debemos aprender para poder relacionarnos apropiadamente en una situación interpersonal de acuerdo a normas establecidas socialmente y ejerciendo un adecuado control emocional. Las Habilidades Sociales no son rasgos de personalidad, son más bien conductas que debemos aprender para relacionarnos con los demás de manera apropiada, para llevarnos bien con todos y no tener problemas tanto en la forma que actuamos como en la forma en que decimos las cosas.

Estas competencias sociales están dirigidas al ámbito interpersonal, suponen por tanto el aprendizaje de comportamientos verbales y no verbales que nos permiten influir sobre las personas con las que interactuamos, de manera tal que podamos obtener consecuencias favorables y/o evitemos o impidamos efectos desfavorables.

Las conductas pueden ser verbales y no verbales. En las verbales nos comunicamos a través del lenguaje oral (cuando hablamos) y del lenguaje escrito (por ejemplo, una invitación o una nota de agradecimiento). Las conductas no verbales son las que expresamos con nuestro cuerpo: una cara de asombro, un abrazo muy fuerte, "clavar" la mirada a alguien, el llanto, la sonrisa, etc.

¿ CÓMO APRENDEMOS LAS CONDUCTAS SOCIALES ?

La Competencia Social se aprende de la misma forma que todo nuestro repertorio comportamental, es decir como respuesta a las demandas del contexto social. Evidentemente las conductas de los demás, sus reacciones frente a nuestro comportamiento ante las diversas situaciones de interacción personal tienen una importancia capital para lograr el aprendizaje de aquellas conductas que resultaron efectivas, que nos brindaron algún beneficio o que simplemente facilitaron nuestra adaptación al grupo social.

Las Habilidades Sociales pueden aprenderse cuando observamos a otras personas que presentan conductas sociales eficaces, pudiendo inclusive intentar copiarlas, pero lo más frecuente es en la práctica misma, enfrentando las consecuencias de nuestro comportamiento o en circunstancias especiales cuando tenemos a alguien que nos eduque al respecto o participamos en programas educativos con dicha finalidad.

Podemos considerar de esta manera, cuatro formas de lograr este objetivo:

Aprendizaje
de las
**HABILIDADES
SOCIALES**



1. Por ensayo o experiencia directa

2. Por observación de conductas

3. Por imitación y retroalimentación

4. Por aprendizaje instruccional

COMPONENTES DE LAS HABILIDADES SOCIALES

- Están dirigidas a la consecución de reforzamiento social.
- El contexto social es el que "dice" si una conducta es o no adecuada.
- Las habilidades sociales son respuestas específicas a situaciones específicas, varían de contexto a contexto y de persona a persona.

Presentan tres sistemas de respuesta: conductual o motor, cognitivo y fisiológico (las emociones y sus correlatos psicofisiológicos):

➔ 1. CONDUCTUALES

- a) Mirada, sonrisa, gestos, expresión facial, postura corporal.
- b) El habla, la conversación, habilidades hetero-sociales.

➔ 2. COGNITIVO

- a) Formalidad, calidez, privacidad, familiaridad, distancia.
- b) Constructos personales, expectativas, locus de control, subjetividad, autoestima.

➔ 3. FISIOLÓGICO

- a) Tasa cardíaca, presión sanguínea.
- b) Relajación
- c) Respiración



FUNCIONES DE LAS HABILIDADES SOCIALES

Las investigaciones contemporáneas han establecido una relación entre los problemas en el desarrollo de habilidades sociales durante la infancia y los desajustes en la edad adulta. Un desarrollo adecuado de las habilidades sociales es uno de los indicadores que más significativamente se relacionan con el desarrollo cognitivo y los aprendizajes que se van a realizar en la escuela.

En el contexto escolar, se puede apreciar la importancia de las habilidades sociales al observar los comportamientos contrarios a las habilidades de interacción positiva de algunos alumnos con sus iguales y con las personas adultas.

Los alumnos que presentan déficits en su comportamiento social tienen mayor probabilidad de presentar también otros problemas como deficiencias en el desarrollo cognitivo, emocional y dificultades en su aprendizaje.

Entre las funciones de mayor relevancia podemos mencionar:

- Mantener o mejorar la relación interpersonal con otras personas.
- Impedir el bloqueo de reforzamiento social de las personas significativas.
- Disminuir el estrés y la ansiedad ante determinadas situaciones sociales.
- Mantener y mejorar la autoestima, el autoconcepto y el reforzamiento social.
- Desarrollar iniciativa y respuestas sociales efectivas y apropiadas.
- Propiciar el conocimiento de sí mismo, la empatía y el bienestar socio-personal.
- Fomentar el control de las emociones, manejo de las tensiones.
- Favorecer la toma de decisiones, solución de conflictos y pensamiento creativo.
- Generar la comunicación positiva y la adaptación al medio socio-cultural.

FUNCIONES
DE LAS
HABILIDADES SOCIALES



Cuando una persona posee una positiva competencia social en su infancia, redonda de manera positiva en su adaptación social, escolar y psicológica. Por demás ha quedado demostrada la relación existente entre una alta capacidad social y un positivo rendimiento escolar. La adecuada competencia social en la infancia, está asociada con logros escolares y sociales superiores, con un mayor ajuste personal y social en la vida adulta.

Por lo tanto...

...es necesario el desarrollo de la competencia social, porque necesitamos:

- Relacionarnos adecuadamente
- Resolver situaciones conflictivas
- Respetar las ideas de los demás
- Defender nuestros derechos
- Estar bien con los demás y ellos con nosotros

CLASIFICACIÓN DE LAS HABILIDADES SOCIALES

El concepto de competencia social es conductual, fácilmente observable e identificable que se traduce en ejecuciones, respuestas directas a una situación específica.

Las competencias sociales se hallan en relación a la interacción eficaz con el medio social; es por tanto la capacidad para interactuar eficientemente con el propio entorno, es en general una capacidad de ejecución, de rendimiento social, que incluye una diversidad de respuestas tales como:

- Capacidad de decir NO.
- Pedir favores y hacer peticiones.
- Expresar sentimientos positivos y negativos.
- Iniciar, mantener y terminar conversaciones. (Lazarus, 1973)

HABILIDADES SOCIALES

BÁSICAS

- Escuchar
- Iniciar una conversación
- Mantener una conversación
- Formular una pregunta
- Dar las gracias
- Presentarse
- Hacer un elogio

AVANZADAS

- Participar
- Dar instrucciones
- Seguir instrucciones
- Disculparse
- Convencer a los demás
- Negar una petición

AFECTIVAS

- Reconocer sentimientos
- Expresar los sentimientos
- Comprender a los demás
- Enfrentar en enfado de otro
- Mostrar afecto
- Resolver el miedo
- Auto recompensarse

DE DEFENSA

- Pedir permiso
- Compartir algo
- Ayudar a los demás
- Negociar
- Auto controlarse
- Defender sus derechos
- Responder a las bromas

¿ QUÉ SON LAS HABILIDADES PARA LA VIDA ?

(MINSA 2012)

Son aquellas aptitudes necesarias para tener un comportamiento adecuado y positivo que permita enfrentar eficazmente los retos y desafíos de la vida diaria. Son un conjunto de destrezas psicosociales cuyo desarrollo incrementa las posibilidades de las personas a aumentar su desempeño en la vida diaria.

Todos tenemos habilidades sociales; se manifiestan cuando sabemos expresar nuestro sentir y nos hacemos escuchar. De esta manera conseguimos aquello que nos proponemos, hacemos respetar nuestros derechos, a la vez que respetamos los derechos de los demás.

Hay diferentes tipos de Habilidades Sociales, pero todas ellas conllevan un proceso de entrenamiento. Entre los diferentes tipos que se pueden entrenar se encuentra la asertividad, la empatía (ponerse en el lugar del otro), la comunicación no verbal, la planificación, el establecer metas y objetivos, la resolución de problemas, entre otras.



Tanto las habilidades sociales, como las habilidades cognitivas y las habilidades para el control de las emociones, las expresamos de la siguiente manera:

- **Movimientos corporales**
- **Orientación del cuerpo**
- **Posturas y gestos**
- **Expresiones faciales**
- **Movimiento de cejas**
- **Movimiento de ojos**
- **Silencios y pausas**
- **Ritmo de la conversación**
- **Volumen y calidad de voz**
- **Dirección de la mirada**
- **Risas y bostezos**

Las habilidades sociales se pueden perder:

- **Cuando nos aislamos y no nos relacionamos con los demás.**
- **Cuando aparecen problemas afectivos o emocionales que obstaculizan las relaciones sociales.**
- **Cuando no las practicamos.**

LAS HABILIDADES SOCIALES EN EL CONTEXTO ESCOLAR

La Escuela es considerada, después de la familia, el segundo ámbito socializador para las personas. En ella se amplía el mundo social y las posibilidades de continuar el aprendizaje de Habilidades Sociales.

La enseñanza de conductas sociales se lleva a cabo en la escuela aunque no se haga de modo deliberado o intencional, como un currículum oculto. En este proceso de enseñanza-aprendizaje tienen un papel importante, los profesores, la metodología educativa empleada, la organización escolar, el grupo de pares y especialmente el clima escolar.

Estos elementos proporcionan al alumno, la oportunidad de aprender normas sociales, de diferenciar comportamientos adecuados e inadecuados, de autoconocerse y de entrenar sus habilidades sociales. La aceptación o el rechazo por sus iguales se relaciona con distintos tipos de conductas inhibidas, agresivas o asertivas, así pues.....

...ser socialmente hábil:



- Favorece la socialización infantil
- Aumenta el rendimiento intelectual
- Crea mayores interacciones positivas
- Amplia la aceptación de los demás hacia nosotros
- Permite emitir respuestas afectivas y apropiadas
- Aumenta el reforzamiento

...ser socialmente inhábil:



- Favorece la baja autoestima
- Disminuye los reforzadores sociales positivos
- Propicia la agresividad
- Crea frustración
- Favorece el retraimiento
- Aumenta las dificultades de adaptación
- Favorece la aparición de problemas psicológicos

Sin embargo, debemos aceptar que en el contexto escolar no solo se ignoran las relaciones interpersonales, sino que hay muchos otros aspectos tan relevantes como la personalidad, emociones y afectos, autoconcepto, entre otros, incluidos en los constructos denominados como competencia personal y social, dimensión socio afectiva y/o inteligencia emocional (Goleman, 1996; Goñi, 1996); que también resultan relegados.

CLASIFICACIÓN DE LAS HABILIDADES PARA LA VIDA

(OMS, 2001)

La División de Salud Mental de la Organización Mundial de la Salud (OMS) lanzó la Iniciativa Internacional para la **Educación en Habilidades para la Vida en las Escuelas**. El propósito de esta actuación era difundir mundialmente la enseñanza de un grupo genérico de diez destrezas psicosociales, consideradas relevantes en la promoción de la competencia psicosocial.

1. Autoconocimiento
2. Empatía
3. Comunicación asertiva
4. Relaciones interpersonales
5. Toma de decisiones
6. Solución de problemas y conflictos
7. Pensamiento creativo
8. Pensamiento crítico
9. Manejo de emociones y sentimientos
10. Manejo de tensiones y estrés

1

Conocer mejor nuestro ser, carácter, fortalezas, oportunidades, actitudes, valores, gustos y disgustos. Construir sentidos acerca de nosotros mismos, de las demás personas y del mundo en que vivimos.

2

“Ponerse en la piel” de la otra persona para comprenderla mejor y responder de forma solidaria, de acuerdo con las circunstancias.

3

Expresar con claridad y en forma apropiada al contexto y la cultura, lo que se siente, piensa o necesita.

4

Establecer y conservar relaciones interpersonales significativas y ser capaz de terminar aquellas que impiden el crecimiento personal.

5 Evaluar distintas alternativas, teniendo en cuenta necesidades, criterios y consecuencias de las decisiones, en la vida propia y la ajena.

6 Manejar los problemas y conflictos de la vida diaria de forma flexible y creativa, identificando oportunidades de cambio y crecimiento personal y social.

7 Usar la razón y la “pasión” (emociones, sentimientos, intuición, fantasías e instintos) para emplear perspectivas diferentes, que permitan inventar, crear y emprender con originalidad.

8 Analizar con objetividad experiencias e información llegando a conclusiones propias sobre la realidad, no en forma crédula. personal.

9 Aprender a navegar en el mundo de las emociones y sentimientos, logrando “sintonía” con el propio mundo afectivo y el de los demás.

10 Identificar oportunamente las fuentes de tensión y estrés en la vida cotidiana, reconociendo sus distintas manifestaciones para encontrar maneras de contrarrestarlas de manera saludable.



CÓMO IMPLEMENTAR UN PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES

Un programa de entrenamiento en Habilidades Sociales debe considerar por lo menos los siguientes pasos o fases a seguir:

INSTRUCCIONES: explicar el objetivo de la sesión y la importancia de aprender esa conducta, así como las ventajas e inconvenientes de dicha habilidad y como debe hacerse.

1. **Imitación Modelado:** Presentar un “modelo” a los sujetos que son entrenados para que puedan observar patrones adecuados de los comportamientos que son objeto del entrenamiento y adquirir así nuevas respuestas mediante este tipo de aprendizaje.
2. **Ensayo de la conducta/Role Play:** Es la práctica por parte de los sujetos del comportamiento objetivo, previamente observado en los “modelos”. Esta práctica se repite tantas veces como sea necesario hasta que los sujetos alcancen el nivel de ejecución adecuado.
3. **Retroalimentación:** Consiste en proporcionar información correcta y útil al sujeto acerca de la actuación que ha tenido en el ensayo conductual y en relación con las conductas objetivo del entrenamiento.
4. **Fortalecimiento Refuerzo:** Consiste en proporcionar a los sujetos la motivación necesaria para que afronten las mejoras que van obteniendo y continúen de forma eficaz los entrenamientos.
5. **Generalización:** Se busca la ocurrencia de la conducta relevante bajo condiciones diferentes, no entrenadas, sin la programación de los acontecimientos en las mismas condiciones en que se ha llevado a cabo el entrenamiento. Es decir la práctica de las habilidades aprendidas en la vida real, dando lugar a la generalización y la transferencia.

“La sociedad moderna que ha alcanzado un grado de educación formal sin precedentes, también ha dado lugar a otras formas de ignorancia”

Jean Claude Michéa, (2002)

“Aprender a conocer, expresar y manejar nuestros sentimientos”

Tradicionalmente la escuela se ha centrado en los aspectos cognitivos priorizando los aprendizajes científicos y técnicos dejando de lado el conocimiento de las personas. No se ha enfocado en reflexionar sobre los sentimientos y las emociones.

En el presente siglo XXI las aportaciones científicas actuales destacan la vinculación entre las emociones y el pensamiento como base de toda actividad humana.

El INFORME DELORS (Unesco, 1998) afirma que la EDUCACIÓN EMOCIONAL es un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo y una herramienta fundamental de PREVENCIÓN ya que muchos problemas tienen su origen en el ámbito emocional; y uno de esos casos es el del BULLYING. Este informe fundamenta la educación del Siglo XXI en cuatro ejes básicos que se denominan los CUATRO PILARES BÁSICOS DE LA EDUCACIÓN, es decir los cuatro aprendizajes fundamentales, a saber:

- 1. APRENDER A CONOCER y aprender a aprender para aprovechar las posibilidades que ofrece la educación a lo largo de toda la vida.**
- 2. APRENDER A HACER para capacitar a la persona para afrontar muchas y diversas situaciones.**
- 3. APRENDER A SER para obrar con autonomía, juicio y responsabilidad personal.**
- 4. APRENDER A CONVIVIR, a trabajar en proyectos comunes y a gestionar los conflictos.**

El desarrollo de la personalidad integral del educando, que prescribe la Ley General de Educación, supone desarrollo cognitivo más desarrollo emocional, es decir competencias cognitivas y socioemocionales.

¿ QUÉ ES LA EDUCACIÓN EMOCIONAL ?

Es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con el objeto de capacitarse para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social del individuo; tiene un enfoque de ciclo vital que se propone optimizar el desarrollo humano; tiene forma de prevención primaria inespecífica aplicable a diversas situaciones y que pretende minimizar la vulnerabilidad de la persona a determinadas disfunciones o prevenir su ocurrencia. (Bisquerra, 2000)

La ausencia de EDUCACION EMOCIONAL, es decir el ANALFABETISMO EMOCIONAL (descontrol, labilidad emocional, carencia de empatía, inexistencia de habilidades comunicativas, etc.) explica la agresividad y el fenómeno Bullying o comportamiento de acoso y maltrato entre escolares (Vallés & Vallés, 2003).

OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones.
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar una mayor competencia emocional.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Aprender a fluir.
- Desarrollar la resiliencia.
- Mejorar la calidad de vida escolar.

(Carpena, 2001; Vallés, 2000; Bisquerra, 2000)



EFFECTOS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL:

- Aumento de las habilidades sociales y de las relaciones interpersonales satisfactorias.
- Disminución de pensamientos autodestructivos y mejora de la autoestima.
- Disminución en el índice de violencia y agresiones.
- Menor conducta antisocial o socialmente desordenada.
- Mejora del rendimiento académico.
- Disminución en el inicio del consumo de drogas.
- Mejor adaptación escolar, social y familiar. (Bisquerra, 2000)

¿ QUÉ ES UNA EMOCIÓN ?

Es una reacción intensa y relativamente breve del organismo que va acompañada de fuertes movimientos expresivos, especialmente en el rostro, y que está asociada a sensaciones corporales frente a informaciones (conocimiento) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno.

Sus componentes son:

- a. Una concienciación subjetiva (sentimiento)
- b. Una dimensión fisiológica (cambios corporales internos)
- c. Una dimensión expresiva motora (manifestaciones conductuales externas)
- d. Una dimensión cognitiva (funcionamiento mental)

- *Las normas de cada cultura regulan la expresión social de las emociones.*
- *Las emociones inducen al sujeto a realizar actos motores o a inhibirlos; por ejemplo, la alegría produce una sensación de energía, de ganas de hacer alguna actividad.*
- *La ira produce movimientos de ataque hacia la otra persona, conductas de violencia física y/o verbal.*
- *La tristeza produce inhibición o parálisis de movimientos.*
- *El miedo produce movimientos de huida.*
- *Así mismo cada emoción produce o da lugar a un tipo de contenido verbal propio.*

CLASES DE EMOCIONES

Las **EMOCIONES POSITIVAS** son las que nos proporcionan un gran bienestar y seguridad personal tales como la alegría, la tranquilidad, la felicidad, el optimismo, la satisfacción, etc. Experimentarlas nos produce una inmensa sensación de sosiego personal, de equilibrio emocional y, en suma, de gran bienestar personal.

Las **EMOCIONES NEGATIVAS** son aquellas que nos producen un estado de ánimo depresivo, incómodo, de disgusto y de insatisfacción personal. Son emociones negativas la ansiedad, el miedo, la ira, el enfado, etc. (Vallés, 2000).



COMPETENCIAS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

1. CONCIENCIA EMOCIONAL

Capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado.

- **Toma de conciencia de las propias emociones:** capacidad para percibir con precisión los propios sentimientos y emociones, identificarlos y darles nombre.
- **Dar nombre a las propias emociones:** habilidad para utilizar el vocabulario emocional y los términos expresivos propios dentro de una cultura determinada.
- **Comprensión de las emociones de los demás:** capacidad para percibir con precisión las emociones y perspectivas de los demás. Saber usar la comunicación verbal y no verbal. Capacidad para implicarse empáticamente en las experiencias emocionales de los demás.

2. REGULACIÓN EMOCIONAL

La capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento, tener buenas estrategias de afrontamiento, y capacidad para autogenerarse emociones positivas.

- **Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento:** los estados emocionales inciden en el comportamiento y éstos en la emoción,
- **Expresión emocional:** capacidad para expresar las emociones de forma apropiada. Habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa, tanto en uno mismo como en los demás.
- **Capacidad para la regulación emocional:** los propios sentimientos y emociones deben ser regulados, incluye autocontrol de la impulsividad (ira, violencia), tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (estrés, ansiedad, depresión) entre otros aspectos.

- **Habilidades de afrontamiento:** habilidad para afrontar emociones negativas mediante la utilización de estrategias de autorregulación que mejoren la intensidad y la duración de tales estados emocionales.
- **Competencia para autogenerar emociones positivas:** capacidad para experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas (alegría, amor, humor, fluir) y disfrutar de la vida. Capacidad para autogestionar su propio bienestar subjetivo para una mejor calidad de vida.

3. AUTONOMÍA PERSONAL (Autogestión)

Dentro de la autonomía personal se incluyen un conjunto de características relacionadas con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional.

- **Autoestima:** tener una imagen positiva de sí mismo, estar satisfecho de sí mismo, mantener buenas relaciones consigo mismo.
- **Automotivación:** capacidad de automotivarse e implicarse emocionalmente en actividades diversas de la vida personal, social, profesional, de tiempo libre, etc.
- **Actitud positiva:** desarrollar un sentido constructivo del yo y de la sociedad, sentirse optimista y potente al afrontar los retos diarios, intención de ser bueno, justo, caritativo y compasivo.
- **Responsabilidad:** intención de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos. Asumir la responsabilidad en la toma de decisiones.
- **Análisis crítico de normas sociales:** capacidad para evaluar críticamente los mensajes sociales, culturales y de los medios, relativos a normas sociales y comportamientos personales.
- **Buscar ayuda y recursos:** capacidad para identificar la necesidad de apoyo y asistencia y saber acceder a los recursos disponibles apropiados.
- **Autoeficacia emocional:** el individuo se ve a sí mismo y se siente como se quiere sentir, en consonancia con los propios valores morales.

4. INTELIGENCIA INTERPERSONAL

Es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas, implica dominar las habilidades sociales, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc.

- **Dominar las habilidades sociales básicas:** escuchar, saludar, despedirse, dar las gracias, pedir un favor, pedir disculpas, actitud dialogante, etc.
- **Respeto por los demás:** intención de aceptar y apreciar las diferencias individuales y grupales y valorar los derechos de todas las personas
- **Comunicación receptiva:** capacidad para atender a los demás tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con precisión.
- **Comunicación expresiva:** capacidad para iniciar y mantener conversaciones, expresar los propios sentimientos y pensamientos con claridad tanto en comunicación verbal como no verbal y demostrar a los demás que han sido bien comprendidos.
- **Compartir emociones sinceras:** en función del tipo de relaciones sociales.
- **Comportamiento pro-social y cooperación:** capacidad para aguardar turno, compartir en situaciones corporativas y de grupo, mantener actitudes de amabilidad y respeto a los demás.
- **Asertividad:** mantener un comportamiento equilibrado entre la agresividad y la pasividad, saber decir no, defender y expresar los propios derechos, opiniones y sentimientos.



5. HABILIDADES DE VIDA Y BIENESTAR

Capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables de solución de problemas personales, familiares, profesionales y sociales. A fin de potenciar el bienestar personal y social.

- **Identificación de problemas:** capacidad para identificar situaciones que requieren una solución o decisión y evaluar riesgos, barreras y recursos.
- **Fijar objetivos adaptativos:** capacidad para fijar objetivos positivos y realistas.
- **Solución de conflictos:** capacidad para afrontar conflictos sociales y problemas interpersonales aportando soluciones positivas.
- **Negociación:** capacidad para resolver conflictos en paz, considerando la perspectiva y los sentimientos de los demás.
- **Bienestar subjetivo:** capacidad para gozar de forma consciente de bienestar subjetivo y procurar transmitirlo a las personas con las que se interactúa.
- **Fluir:** capacidad para generar experiencias óptimas en la vida profesional, personal y social.

EDUCACIÓN EMOCIONAL en
(Alfabetización emocional)



BULLYING



CONVIVENCIA ESCOLAR



**ENSEÑAR Y APRENDER A CONVIVIR, EN DEFINITIVA,
ES TRABAJAR PARA MEJORAR
LA CONVIVENCIA EN LOS COLEGIOS.**



**FOMENTAR UNA AFECTIVIDAD POSITIVA Y
UNA ACTITUD MORAL RESPETUOSA Y JUSTA
ENTRE COMPAÑEROS.**

EDUCACIÓN EMOCIONAL: GARANTÍA DE ADAPTACIÓN EN LA ESCUELA

Señala Vallés (2008), que las investigaciones confirman la importancia de disponer de esta capacidad para una buena adaptación escolar, entre otras razones por las siguientes:

1. **Adaptación a la clase:** gracias al autoconocimiento y el autocontrol emocional.
2. **Mejor comportamiento escolar:** los alumnos con pobre inteligencia emocional presentan más impulsividad y pobres habilidades sociales, favoreciendo conductas antisociales.
3. **Mejores relaciones y amistad:** las relaciones interpersonales con compañeros y profesores son más fluidas y adaptadas, y para la amistad hay mayor apoyo emocional con mayor interacción positiva entre ellos.
4. **Mayor bienestar personal:** la alta inteligencia emocional va con mejor autoestima, mayor felicidad, mejor salud y bienestar psicológico así como menor ansiedad, depresión y supresión de pensamientos negativos.
5. **Influencia en el rendimiento escolar:** ejerce un rol modulador en los efectos de las habilidades cognitivas del estudiante sobre su rendimiento académico.
6. **Mayor motivación por aprender:** la gestión inteligente de las emociones influye en la motivación intrínseca (interna) y extrínseca (externa).
7. **Más estrategias de afrontamiento:** presencia de mejores recursos personales para hacer frente a las situaciones emocionalmente más difíciles, adquiriendo mayor bienestar y salud psicológica.
8. **Adaptación multicultural:** los niños y niñas con un alto nivel de empatía y con una buena regulación de sus emociones muestran una mayor adaptación a las características de la nueva cultura en la que viven.

CUESTIONARIO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL (CEE)

NORMAS DE APLICACIÓN

Para el alumnado:

a) Antes de la aplicación:

Breve explicación del contenido del cuestionario (aspectos que contempla) y su finalidad. El cuestionario no es un instrumento de evaluación sino un medio (un recurso) para que el alumno se conozca mejor en algunos aspectos que están relacionados con la educación emocional.

Comentario de las normas de aplicación:

- Se ha de responder con la mayor sinceridad posible.
- Si alguna pregunta no se entiende se comenta con el profesor.
- "Lee las preguntas con detenimiento y señala con una X la casilla adecuada".
- "Contesta a todas las preguntas. Si en algún caso no estás seguro de una respuesta elige aquella casilla que más se acerque a lo que piensas generalmente".
- No hay tiempo limitado para terminar el cuestionario.
- No te debes levantar ni salir del aula, hasta que hayan terminado todos.
- El profesor irá recogiendo los cuestionarios a medida que los alumnos acaben y levanten la mano.

Comentario de algunas expresiones:

- Ítem 6: "cariñoso" significa ser tierno, demostrar simpatía, afecto, aprecio, estima...
- Ítem 20: "criticar" no significa "cotillear", sino comentar haciendo valoraciones negativas, opinar negativamente sobre alguien o sobre lo que alguien hace o piensa.

b) Después de la aplicación:

? Valorar el cuestionario según el modelo que se adjunta.

Para el profesor responsable de la aplicación:

? Controlar la duración mínima, media y máxima del cuestionario.

? Valorar el cuestionario y su aplicación según el modelo que se adjunta.

Cuestionario de Educación Emocional (CEE)

Nombres y Apellidos: Edad: Sexo:

Centro: Curso: Fecha:

Responde con sinceridad a las siguientes preguntas. Para ello, piensa en ti antes de responder. Coloca una X en la casilla que tú consideres más adecuada.

Ítems	Nunca	Algunas veces	Con frecuencia	Siempre
1. Estoy satisfecho de lo que aprendo en la escuela.				
2. Me encuentro a gusto en la escuela.				
3. Cuando tengo un problema intento resolverlo.				
4. Me vienen ideas a la cabeza que no me dejan dormir por la noche.				
5. Organizo bien mi tiempo libre.				
6. Soy cariñoso con los demás.				
7. Me gusta explicar mis problemas a otras personas de confianza.				
8. Me siento bien conmigo mismo.				
9. Tengo facilidad para empezar a hablar con alguien a quien quiero conocer.				
10. Tengo la sensación de que a mis compañeros/as les gusta estar conmigo.				
11. Cuando tengo un problema valoro todas las posibles soluciones para poder escoger la mejor.				
12. Pienso que mi salud es buena.				
13. Cuando me dicen que he hecho algo muy bien me quedo cortado.				
14. Si mis amigos están preocupados yo también me siento preocupado.				
15. Cuando resuelvo un problema pienso cosas como: ¡Estupendo!, ¡lo he conseguido!, ¡he sido capaz de ...!, etc.				
16. Cuando cometo una estupidez, me siento tan mal que deseo que trague la tierra.				
17. Me pongo muy nervioso cuando tengo que hablar delante de toda la clase.				
18. Cuando tengo algún problema, pido ayuda a mis padres.				

ítems	Nunca	Algunas veces	Con frecuencia	Siempre
19. Cuando tengo un problema, procuro tener claro qué es lo que pasa.				
20. Me siento muy mal cuando los demás "critican" lo que hago.				
21. Cuando veo que he molestado a alguien procuro pedir perdón.				
22. Me gusto tal y como soy físicamente.				
23. Antes de tomar una decisión pienso en sus ventajas e inconvenientes.				
24. Me siento triste sin ningún motivo.				
25. Estoy satisfecho de las relaciones que tengo con mis familiares.				
26. A mi familia les gusta cómo soy.				
27. Aprendo de cómo los demás resuelven sus problemas.				
28. Pienso seriamente que no vale la pena vivir.				
29. Me gusta encargarme de tareas importantes.				
30. Soy una persona amable.				
31. Cuando tengo un problema pienso en diversas soluciones para resolverlo.				
32. Me entusiasmo con grandes proyectos que luego son irrealizables.				
33. En general, me cuesta dirigirme a los profesores para comentarles alguna cosa.				
34. Tengo miedo a equivocarme cuando hago cualquier cosa.				
35. Noto fácilmente si tengo un problema.				
36. Me parece que soy culpable cuando algo no me sale bien.				
37. Noto si los demás están de buen o mal humor.				
38. Estoy satisfecho con lo que tengo.				
39. Me tomo el tiempo suficiente para analizar con detalle cada problema que me preocupa.				
40. Me siento unas veces alegre y otras triste, sin saber porqué.				
41. Participo bastante en los trabajos en grupo.				
42. Me desanimo mucho cuando algo me sale mal.				
43. Acostumbro a saber qué pasos dar para solucionar mis problemas.				
44. Me siento harto de todos.				

ítems	Nunca	Algunas veces	Con frecuencia	Siempre
45. Cuando no sé alguna cosa, busco y encuentro la información necesaria sin demasiada dificultad.				
46. Creo que actué correctamente.				
47. En el caso de que no haya podido resolver un problema a la primera, busco otras soluciones para conseguirlo.				
48. Tengo en cuenta los sentimientos de los demás.				
49. Me siento satisfecho de las cosas que hago.				
50. Pienso que la vida es triste.				
51. Cuando pienso diferente a los demás me callo.				
52. Si me enfado con alguien se lo digo.				
53. Participo en las actividades que se organizan en la población donde vivo.				
54. Me considero popular entre los chicos y chicas de mi edad.				
55. Doy las gracias a aquéllos que han sido amables conmigo.				
56. Intento pensar en mi futuro, imaginar qué tipo de vida quiero llevar y qué haré para conseguirlo.				
57. Cuando necesito ayuda acostumbro a pedirla.				
58. Hablar con los demás me resulta bastante complicado, hablo poco y encima me da "corte".				
59. Si alguien que no conozco se intenta colar, le digo educadamente que espere su turno.				
60. Me cuesta hablar con personas a quienes conozco poco.				
61. Me pongo muy nervioso fácilmente.				
62. Creo que la suerte influye en las cosas que me pasan.				
63. Procuro felicitar a los demás cuando hacen algo bien.				
64. Me siento cansado y desanimado sin ningún motivo.				
65. Sonrío o saludo a los conocidos que me encuentro.				
66. Me cuesta hablar de mis sentimientos con amigos o amigas.				
67. Procuro realizar las actividades de clase lo mejor que puedo.				
68. Me siento una persona feliz.				

3

REGLAS

QUE DEBEN CUMPLIRSE:

1. ***NO ACOSAR NI MALTRATAR A LOS COMPAÑEROS.***
2. ***NO PERMITIR QUE NINGÚN COMPAÑERO SEA ACOSADO O MALTRATADO.***
3. ***DENUNCIAR SIEMPRE A LOS AGRESORES.***

La escuela está llena de conflictos, y lo que menos desean los profesores y directivos es que ellos existan y se conviertan en focos de perturbación e indisciplina. La escuela enseña y convence a los estudiantes y a los padres de familia que los conflictos son negativos y originan problemas innecesarios que comprometen las reglas de convivencia estipuladas en el Reglamento del Centro; en consecuencia nada mejor de promover una homogenización en las aulas y en el centro educativo.

Lo más grave es que la imposición de esta política exacerba los conflictos entre los estudiantes, entre estudiantes y docentes, entre docentes y los padres de familia en general. De hecho, los conflictos entre los sectores mencionados ya existían aunque fueran ignorados, y los directivos, de seguro sin proponérselo, generan un impensado dimensionamiento de los conflictos que tiene como responsable al componente más vulnerable, los estudiantes, y entre ellos, a los de menor rendimiento académico y mas relajada disciplina. De este modo queda resuelto el entuerto: los culpables de la violencia en la escuela son los alumnos menos aplicados y provenientes de hogares disfuncionales a quienes hay que sancionar drásticamente para restablecer el clima de tranquilidad y disciplina que la homogenización y la punición se han propuesto.

Empecemos, por lo tanto, por reconocer que los conflictos son inseparables de la vida social y su mayor presencia ocurre en aquellas instituciones en donde las relaciones interactivas son más frecuentes y cercanas. La escuela es una de esas instancias y por eso en ellas los conflictos alcanzan dimensiones inesperadas para quienes consideran que la escuela es el lugar en donde los estudiantes deben aprender a ser iguales, sin atisbar para nada, que el crecimiento de los estudiantes estriba precisamente en la existencia de los conflictos que expresa la diversidad propia de los seres humanos y que la gestión y solución de los conflictos debe ser uno de los más tempranos aprendizajes que deben alcanzar los niños para asegurar la fortaleza de su desarrollo integral.

¿ QUÉ ES LA MEDIACIÓN ESCOLAR ?

La mediación escolar es un procedimiento de resolución pacífica de conflictos en donde un tercero neutral, elegido o designado por las partes, se encargará de asistirlos para acceder a una solución justa que beneficie a las dos partes en conflicto. Las soluciones a las que se arriban no son propuestas por el mediador sino por la partes.

La mediación en la escuela constituye una de las herramientas institucionales que permite abordar esta situación con una estrategia preventiva, ya que las diferentes acciones que pone en marcha pueden favorecer el aprendizaje de las habilidades sociales necesarias para mejorar la convivencia, en tanto provee mecanismos e instancias para abordar los conflictos de un modo cooperativo, previniendo su escalada hacia situaciones de violencia (Brawer, María).

La mediación se caracteriza por lo siguiente...

1. **Se le considera un proceso informal porque no se rige por normas que deban ser prolijamente respetadas.**
2. **Tiene un carácter confidencial ya que lo que se trata en el proceso no es de conocimiento público. Se sabe de la solución del conflicto pero no de lo tratado en su interior.**
3. **Es cooperativa porque las partes deben aportar a la solución del conflicto buscando lo mejor para ambas partes.**
4. **Es un proceso voluntario porque nada los obliga a participar en ella.**
5. **Las partes alcanzan a reconocer el protagonismo que tienen para proponer las soluciones más convenientes para ellos y sin la imposición de terceros que no son parte del conflicto.**



DESEMPEÑO QUE TIENE EL MEDIADOR

1. El mediador debe señalar con claridad las reglas de conducta que deben aceptar y cumplir las partes que se han sometido a la mediación.
2. Ayudar para que las partes en conflicto expresen sus emociones, intereses y necesidades sin limitaciones y buscar que las partes pacten una solución consensuada y se comprometan a respetarla.
3. Los mediadores deben interesarse por el cumplimiento de las normas de conducta a la que se han comprometido las partes (respetar los turnos y tiempos de exposición, tratarse con cordialidad y respeto, no usar adjetivos ni amenazas, no insultarse, etc.).
4. La mediación es un servicio que el Centro de Convivencia debe organizar para ofrecer sus servicios a los alumnos, profesores, padres y miembros de la comunidad educativa, que les ayudará a mejorar las relaciones interpersonales y les enseñará a dialogar de manera constructiva.
5. Los mediadores mantendrán una conducta de neutralidad e independencia, lo que debe claramente expresarse durante el proceso de mediación. Esta conducta le dará una mayor confianza a las partes que buscan resolver una controversia.
6. Informarán a las partes que lo tratado durante la mediación no será divulgado porque tiene como principio la confidencialidad.

Cuando el conflicto ocurra entre dos niños el mediador podría ser otro niño; si es entre jóvenes, el mediador podría ser un joven; y si es entre un niño y una niña, los mediadores serían un niño y una niña. Estos detalles son de gran importancia para la solución de conflictos entre pares.

ETAPAS DEL PROCESO DE MEDIACIÓN

- Dar la bienvenida a los participantes, felicitarlos por su decisión de mediar sus conflictos y alentarlos a brindar su mayor colaboración para llegar a resolverlos satisfactoriamente.
- Invitar a las partes para que se presenten.
- A continuación el mediador expone las reglas de conducta que debe regir el proceso de mediación.
- A invitación del mediador, cada una de las partes efectuará una exposición del conflicto desde su punto de vista.
- Se identificará los intereses y las necesidades de las partes para cotejarlos con las posiciones de las partes.
- Se elaborará propuestas de solución del conflicto en las partes.
- Se registrarán los acuerdos propuestos.
- Se elaborará el acta de mediación.

Funciones de la Mediación

Debe ofrecer al alumnado, al profesorado y a las familias del Centro Educativo la posibilidad de resolver sus conflictos gracias a la participación de un tercero neutral, con quien intentarán llegar a acuerdos satisfactorios para las partes en conflicto.

Los mediadores no ofrecen soluciones ni recomiendan lo que se debe hacer, sino que ayudan para que las partes en conflicto encuentren por sí mismas la solución conveniente.



La mediación es absolutamente voluntaria y confidencial, lo que quiere decir que las partes en conflicto eligen a los mediadores que desean y éstos se comprometen a guardar el secreto de todo cuanto se trate en el proceso de mediación.

AGENDA DE MEDIACIÓN

1. CUÉNTAME: ¿Qué pasó?

Es importante que en el apartado "Cuéntame: ¿Qué pasó?", además que esté claro el suceso, cada una de las partes explique cuales son sus sentimientos.

2. SITUARNOS

Tendremos que definir el punto central a solucionar, además de ayudar a que cada parte tenga claro el porqué y para qué quiere negociar.

3. ALTERNATIVAS QUE PUEDEN ENCONTRARSE

Deberás recoger todas las alternativas que se den, por cada una de las partes, para solucionar el conflicto.

4. ANÁLISIS DE OPCIONES

En este apartado cada parte tendrá que elegir la mejor y peor opción, teniendo en cuenta todas las alternativas dadas previamente.

5. ME COMPROMETO

Es conveniente recoger escuetamente los compromisos de cada una de las partes, haciendo hincapié en la voluntad de llevarlos a la práctica.

6. SEGUIMIENTO DE ACUERDOS

Anota como se van a llevar a cabo los compromisos adquiridos (aspectos significativos, fechas, lugar, etc.) así como las incidencias que hayan surgido.

7. QUÉ NO VAMOS A CONTAR

Recogeremos todo aquello que ambas partes deciden que no se debe hacer público.

8. AUTOEVALUACIÓN

Autoreflexión sobre el proceso de mediación realizado.

Fuente: Mi agenda de mediación, Junta de Andalucía.



“Si los tiburones fueran hombres”

Bertolt Brecht

— Si los tiburones fueran hombres -preguntó al señor K. la hija pequeña de su patrona- ¿se portarían mejor con los pececitos?

— Claro que sí -respondió el señor K.-. Si los tiburones fueran hombres, harían construir en el mar cajas enormes para los pececitos, con toda clase de alimentos en su interior, tanto plantas como materias animales. Se preocuparían de que las cajas tuvieran siempre agua fresca y adoptarían todo tipo de medidas sanitarias. Si, por ejemplo, un pececito se lastimase una aleta, en seguida se la vendarían de modo que el pececito no se les muriera prematuramente a los tiburones. Para que los pececitos no se pusieran tristes habría, de cuando en cuando, grandes fiestas acuáticas, pues los pececitos alegres tienen mejor sabor que los tristes. También habría escuelas en el interior de las cajas. En esas escuelas se enseñaría a los pececitos a entrar en las fauces de los tiburones. Estos necesitarían tener nociones de geografías para mejor localizar a los grandes tiburones, que andan por ahí holgazaneando.

Lo principal sería, naturalmente, la formación moral de los pececitos. Se les enseñaría que no hay nada más grande ni más hermoso para un pececito que sacrificarse con alegría; también se les enseñaría a tener fe en los tiburones, y a creerles cuando les dijese que ellos ya se ocupan de forjarles un hermoso porvenir. Se les daría a entender que ese porvenir que se les auguraba sólo estaría asegurado si aprendían a obedecer. Los pececillos deberían guardarse bien de las bajas pasiones, así como de cualquier inclinación materialista, egoísta o marxista. Si algún pececillo mostrase semejantes tendencias, sus compañeros deberían comunicarlo inmediatamente a los tiburones.

Si los tiburones fueran hombres, se harían naturalmente la guerra entre sí para conquistar cajas y pececillos ajenos. Además, cada tiburón obligaría a sus propios pececillos a combatir en esas guerras. Cada tiburón enseñaría a sus pececillos que entre ellos y los pececillos de otros tiburones existe una enorme diferencia. Si bien todos los pececillos son mudos, proclamarían, lo cierto es que callan en idiomas muy distintos y por eso jamás logran entenderse. A cada pececillo que matase en una guerra a un par de pececillos enemigos, de esos que callan en otro idioma, se les concedería una medalla de varec y se le otorgaría además el título de héroe.

Si los tiburones fueran hombres, tendrían también su arte. Habría hermosos cuadros en los que se representarían los dientes de los tiburones en colores maravillosos, y sus fauces como puros jardines de recreo en los que da gusto retozar. Los teatros del fondo del mar mostrarían a heroicos pececillos entrando entusiasmados en las fauces de los tiburones, y la música sería tan bella que, a sus sonos, arrullados por los pensamientos más deliciosos, como en un ensueño, los pececillos se precipitarían en tropel, precedidos por la banda, dentro de esas fauces.

Habría asimismo una religión, si los tiburones fueran hombres. Esa religión enseñaría que la verdadera vida comienza para los pececillos en el estómago de los tiburones.

Además, si los tiburones fueran hombres, los pececillos dejarían de ser todos iguales como lo son ahora. Algunos ocuparían ciertos cargos, lo que los colocaría por encima de los demás. A aquellos pececillos que fueran un poco más grandes se les permitiría incluso tragarse a los más pequeños. Los tiburones verían esta práctica con agrado, pues les proporcionaría mayores bocados. Los pececillos más gordos, que serían los que ocupasen ciertos puestos, se encargarían de mantener el orden entre los demás pececillos, y se harían maestros u oficiales, ingenieros especializados en la construcción de cajas, etc. En una palabra: habría por fin en el mar una cultura si los tiburones fueran hombres.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Benites, L. (2011). Convivencia escolar y calidad educativa. *Cultura* 25, 143-164.
- Benites, L. (2012). La convivencia escolar: una estrategia de intervención en bullying. En *Bullying y convivencia en la escuela*. Lima: Observatorio sobre violencia y convivencia en la escuela, pp. 75-104.
- Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Editorial Praxis S.A.
- Caballo, V. (1993). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. Madrid: Siglo Veintiuno.
- Carozzo, J. (2008). Seguir Creciendo. Guía para el Autoaprendizaje de Estudiantes de Educación Básica Alternativa, DIGEBA, MINEDU, Lima.
- Collell, J. & Carme, E. (2005). Y Tú, ¿Qué puedes hacer?. Maltrato entre iguales: vivir y convivir en la ESO. www.xtec.net
- Fernández, E. (2009). Emociones positivas. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Fernández, I. (2005). Escuela sin violencia. Madrid: Ed. Alfa y Omega.
- Fernández, M. (2006). Las Habilidades Sociales, los cumplidos y la resolución de conflictos. Actividades. Sevilla.
- Flores, F., Manu, J. & Casal, L. (2008). Ciberbullying. Guía rápida para la prevención del acoso por medio de las nuevas tecnologías. Editado por Ararteco, Pantallas Amigas y Edex.
- Fundación Telefónica. (2008). La generación interactiva en Iberoamérica. Niños y adolescentes ante las pantallas. Ariel. Barcelona.
- García, L., Orellana, O., Pomalaya, R., Yánac, E., Sotelo, L., Herrera, E., Sotelo, N., Chávez, H., García, N., Macazana, D., Orellana, D. & Fernandini, P. (2010). Cyberbullying en escolares de educación secundaria en Lima Metropolitana. *Revista IIPSI. Facultad de Psicología*, 13-2, pp. 83-99, UNMSM, Lima.
- García, L. (2010). El ciberbullying. Presentación en el Diplomado sobre Violencia en la escuela: El caso del bullying.
- Goleman, D. (1996). La inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.
- Gómez, I. (2009). Convivir con el conflicto. Conflicto y convivencia en la escuela. Madrid: Cuadernos de Educación.
- Mangrulkar, L., Whitman, Ch. & Posner, M. (2001). Enfoque de Habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. Organización Panamericana de la Salud, Washington, USA.
- Mestre, J. & Fernández, P. (2007). Manual de inteligencia emocional. Madrid: Ediciones Pirámide.
- MINDUC (2002). Política de convivencia escolar. Ministerio de Educación, Chile.
- MINEDU (2009). Aprendiendo a resolver conflictos en las instituciones educativas. Lima: Dirección de Tutoría y Orientación Educativa.

- MINEDU (2012). Reglamento de la Ley N° 29719. Ley que promueve la convivencia sin violencia en las instituciones educativas. Lima-Perú.
- Monjas, M^a I. (1996). Las habilidades sociales: Un elemento clave de la intervención psicopedagógica para el alumnado con necesidades educativas especiales. Sevilla: Eudema.
- Monjas, M^a I. (Dir). (1998). Programa de sensibilización en el ámbito escolar contra el maltrato infantil. Valladolid: REA y Junta de Castilla y León.
- Olweus, D. (1996). Conductas de acoso y amenaza entre escolares. Ediciones Morata. Madrid.
- Olweus, D. (2004). Conductas de acoso y amenaza entre escolares. Madrid: Ediciones Morata.
- Ortega, R., Mora-Merchán, J. & Jäger, T. (2007). Actuando contra el bullying y la convivencia escolar. El papel de los medios de comunicación, las autoridades locales y el internet. Editorial Empirische Paedagogik e.V. Germany. www.vep-landau.de
- Ortega, R., Ortega, F. & Sánchez, V. (2008). Violencia sexual entre compañeros y violencia en parejas adolescentes. *International Journal of Psychological Therapy*, Mayo, 8-1, pp. 63-72. Universidad de Almería, Almería.
- Palomino, L. (2012). La convivencia en las escuelas. En *Bullying y convivencia en la escuela*. Lima: Observatorio sobre violencia y convivencia en la escuela, pp. 37-74.
- Serrano, Á. (2006). *Acoso y violencia en la escuela*. Barcelona. Ariel.
- Smith, M. (1975). *Cuando digo No, me siento culpable*. Barcelona: Grijalbo.
- Vallés, A. (1996). *Las habilidades sociales en la escuela. Una propuesta curricular*. Madrid: EOS.
- Vallés, A. (2000). *La inteligencia emocional de los hijos. Como desarrollarla*. Madrid: Editorial EOS.
- Vallés, A. (2008). *La inteligencia emocional de los padres y de los hijos*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Wolfe, D., Crooks, C. & Hughes, R. (2011). La Cuarta R: Un Programa de Prevención de la Violencia en las relaciones de Pareja en la Adolescencia. *Psychosocial Intervention*, 20-2, Agosto 2011, pp. 193-200. www.redalyc.org
- Zapata, L. (2002). *Educación emocional (Alfabetización emocional)*. Cuaderno de divulgación N° 6. Lima: Colegio de Psicólogos del Perú, CDR I-Lima.
- Zapata, L. (2012). *Bullying y convivencia en la escuela*. Lima: Dennis Morzán, Impresiones & Empastes.
- Zapata, L. (2012). *Educación emocional: acción para la convivencia en la escuela y prevención del bullying*. En: *Bullying y convivencia en la escuela*. Lima: Observatorio sobre violencia y convivencia en la escuela. pp. 105-115.

AUTORES DE LA GUÍA



CAROZZO CAMPOS, Julio César

Psicólogo, con Maestría en Gestión Educativa y Liderazgo.
Presidente del Observatorio sobre Violencia y Convivencia en la Escuela.
Past Decano Nacional del Colegio de Psicólogos del Perú.
Consultor Educativo.
Premio Nacional en el Área Social Comunitaria del Colegio de Psicólogos del Perú.

BENITES MORALES, Luis

Psicólogo, con Maestría en Psicología y Maestría en Dirección y Gestión de la Calidad en Educación.
Secretario Académico del Observatorio sobre Violencia y Convivencia en la Escuela.
Past Decano Nacional y Past Decano Regional de Lima del Colegio de Psicólogos del Perú.
Consultor Psico-educativo.
Profesor Asociado en la Universidad de San Martín de Porres.



HORNA CALDERON, Víctor Eduardo

Psicólogo, con Maestría en Investigación Educativa.
Docente en la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad de San Martín de Porres y en la Escuela de Psicología de la Universidad César Vallejo – Filial Piura.
Postgrado en Problemas de Aprendizaje o didáctica de la enseñanza.
Tesorero del Observatorio sobre Violencia y Convivencia en la Escuela.

ZAPATA PONCE, Luis

Psicólogo, con Maestría en Psicología Educativa.
Docente de las Universidades de San Martín de Porres y San Ignacio de Loyola.
Presidente de la Asociación de Egresados y Graduados de la Escuela Profesional de Psicología de USMP.
Vice-presidente de Certificación Profesional de la Federación Iberoamericana de Asociaciones de Psicología.
Past-Decano Regional de Lima y Past-Decano Nacional del Colegio de Psicólogos del Perú.



AGRADECIMIENTO

El *Observatorio sobre Violencia y Convivencia en la Escuela* desea testimoniar su agradecimiento a las instituciones que han prestado su generosa colaboración para que este trabajo, que contiene un conjunto de recomendaciones para cualificar las relaciones interpersonales y el proceso de enseñanza-aprendizaje en las escuelas, sea posible de editar:



OBSA

OCTAVIO BERTOLERO S.A.



PAN AMERICAN SILVER PERÚ S.A.C.



CLUB DE TRABAJADORES DEL
BANCO CENTRAL DE RESERVA DEL PERÚ

Esta publicación se terminó
de imprimir en el mes de Julio de 2012,
en los talleres gráficos de

Dennis Morzán D.

Impresiones & Empastes

Jr. Camaná 359 Of. 103

Telf.: 999 340 713

e-mail: dmorzan@gmail.com

Lima - Perú



(...) Una de las consecuencias del enorme esfuerzo profesional que está realizando el Observatorio en su cometido de proponer una cultura para la paz en el ámbito educativo, es la divulgación de este valioso recurso denominado **EL BULLYING NO ES JUEGO. Guía para todos.**

El documento está dirigido a toda la Comunidad Educativa, e integra en su contenido todos aquellos componentes que la evidencia científica ha puesto de relieve en el conocimiento del bullying y otros comportamientos violentos y/o disruptivos, vertebrándolos de manera muy didáctica en la identificación, su naturaleza y causas, la clasificación, los factores personales familiares y sociales de riesgo, y, especialmente, las propuestas concretas de intervención.

Encontramos en sus páginas iniciales una clarificadora descripción del fenómeno bullying en las que acertada y didácticamente se exponen los tipos, las modalidades, la tipología de las víctimas y los niveles de intensidad del acoso que, cuando se convierte en sistemático e intencional da lugar a tal denominación, con sus alcances más recientes y sofisticados en las redes virtuales y sociales. La Guía es sumamente completa en la información que ofrece a los usuarios de todas las modalidades de acoso. En este aspecto, ofrece un amplio análisis de las características del **ciberbullying (Happy slapping, Datin violence)**, y otras modalidades que probablemente hayan tenido menor visibilidad social como el Grooming (Acoso de adultos a menores a través de Internet) por el nivel de anonimato en los medios de comunicación y el Sexting (Envío a través de la red de imágenes de contenido sexual).

Antonio Vallés Arándiga

AUSPICIADORES:



OCTAVIO BERTOLERO S.A.



PAN AMERICAN SILVER PERÚ S.A.C.



CLUB DE TRABAJADORES DEL
BANCO CENTRAL DE RESERVA DEL PERÚ