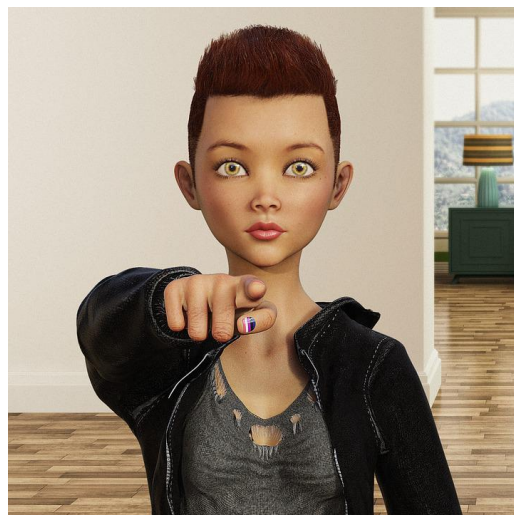


STOP BULLYING. Yo me pongo en tu lugar

*Caminando juntos hacia
una educación en valores.
El valor de la empatía.*

Sandra Calvo Jiménez
Criminóloga. Colegiada. nº 0331
Vocal en Junta de Gobierno CPCM



INTRODUCCIÓN.

Crear vínculos afectivos y saludables con las personas de nuestro entorno más cercano nos enriquece, sea cual sea nuestra edad. Sentirnos queridos, amados y valorados, especialmente en nuestros primeros años de vida, nos proporciona seguridad y estabilidad. Ya se trate de familiares, amigos, compañeros de colegio, trabajo u otros, nuestro desarrollo personal y emocional se ve favorecido con aquellas personas con las que establecemos relaciones basadas en *el respeto, la tolerancia y la confianza*, entre otros, siendo estos valores básicos y

fundamentales para el correcto desarrollo de las relaciones sociales y una convivencia sana.

En general, los valores son necesarios para convivir en armonía dentro de la sociedad; forman parte de nuestra vida y nos van marcando en nuestro caminar diario, orientándonos en la toma de decisiones, y, aunque generalmente les otorgamos una connotación positiva, también existen valores de carácter negativo como la mentira, el egoísmo, la injusticia, el odio, la envidia o la arrogancia, entre otros.

No podemos pasar por alto, la importancia de *la comunicación*, como valor indispensable, no solo para el intercambio de información con nuestros semejantes, sino como expresión de nuestros sentimientos y emociones más profundas. La comunicación, entendida como proceso de interrelación entre los seres humanos desde el comienzo de los tiempos, permite el acercamiento entre culturas, colectivos e individuos y abre las puertas al saber y al conocimiento, permitiéndonos así avanzar como sociedad.

Por todos es sabido que, determinadas cuestiones tienen que ver con los usos, tradiciones y/o costumbres de una época, cultura o lugar, pero los valores van un paso más allá y tienen que ver con algo mucho más íntimo y personal.

En términos generales, nos referimos a ellos como una serie de principios, cualidades o virtudes que definen o caracterizan a una persona, independientemente de su cultura, raza, costumbres de su país, etc., y es que, dependiendo de cuáles sean estos y de cuál sea la escala de valores de cada persona, determinadas acciones irán encaminadas en un sentido u otro.

En el presente artículo, dedicamos un espacio a *la empatía* como valor humano, positivo, fundamental e indispensable para favorecer nuestras relaciones interpersonales, permitiéndonos estar en paz con nosotros mismos y con los demás y todo ello, dentro de un contexto socio-educativo, poniendo en valor la importancia que ésta adquiere en las relaciones entre iguales.

CONCEPTUALIZACIÓN.

El término empatía procede del griego '*empátheia*'. A lo largo del tiempo numerosos autores han planteado diferentes definiciones que se han ido modificando hasta nuestros días.

Ya en 1753, **Adam Smith**, en su '*Teoría de los Sentimientos Morales*' se refería a ella como la capacidad de cualquier ser humano para sentir "pena o compasión... ante la miseria de otras personas... o dolor ante el dolor de otros" y, en definitiva, "ponernos en su lugar con la ayuda de nuestra imaginación" (citado en Fernández-Pinto, López-Pérez & Márquez, 2008).

LA EMPATÍA ES UNA HABILIDAD SOCIAL QUE SE APRENDE A LO LARGO DE LA VIDA Y PERMITE A QUIEN LA PRACTICA TENER UNA MENTE ABIERTA Y LIBRE DE PREJUICIOS.

Según la **R.A.E.**, la empatía es:

1. “*Sentimiento de identificación con algo o alguien*”.
2. “*Capacidad de identificarse con alguien y compartir sus sentimientos*”.



Desde una concepción actual, la empatía es una habilidad social que se aprende a lo largo de la vida y permite a quien la practica tener una mente abierta y libre de prejuicios. Tener empatía es tener la capacidad de ponernos en el lugar de la otra persona, focalizando nuestra atención en ella y siendo capaces de comprender su mundo interior.

Coloquialmente, todos hemos escuchado alguna vez aquello de “*ponerse en los*

zapatos del otro”, y es que conectar con los pensamientos, sentimientos y emociones de otro ser humano nos hace grandes. Por lo tanto, **EDUCAR EN LA EMPATÍA ES EDUCAR EN VALORES.**

Trataremos de extrapolar este concepto al contexto socio-educativo y su vinculación respecto al acoso escolar. Pero antes, veamos en qué consiste este fenómeno social.

¿QUÉ ES EL ACOSO ESCOLAR O ‘BULLYING’? CONCEPTO, TIPOLOGÍAS Y PROTAGONISTAS.

El término ‘*bullying*’ tiene su origen en la palabra ‘*bully*’, del inglés, que significa “matón”. De ahí, que a veces encontremos el término ‘matonismo’ en referencia a este tema.

El pionero en el estudio del acoso escolar o ‘*bullying*’ fue el noruego **Olweus (1973)**, quien empezó a estudiar la violencia entre iguales a principios de los años setenta del siglo pasado.

Sus trabajos en la década de los ochenta van dando paso a nuevas investigaciones en otros países, entre ellos España, y

otros autores estudian este fenómeno en profundidad.

Hablar de acoso escolar es hablar de violencia entre iguales. Debemos tomar conciencia de que cualquier menor o adolescente puede ser acosador o víctima de acoso escolar, y en este sentido es muy importante poder diferenciar lo que sería un conflicto puntual relacional entre escolares y el acoso escolar propiamente dicho, ya que para que éste pueda considerarse como tal, han de darse una serie de requisitos como veremos a continuación.

Hablamos de acoso escolar cuando nos referimos a aquella situación que se da entre escolares en la que uno o más alumnos/as (niño/s o niña/s), ejercen un **maltrato físico, verbal o psicológico** sobre otro/a compañero/a **de manera repetida y prolongada en el tiempo, intencional e injustificadamente**, situando a la víctima en una **posición de inferioridad e indefensión**.

Así mismo, es necesario que entre el binomio **víctima-agresor** exista un **desequilibrio de poder**. Esta desigualdad puede ser a nivel físico, social o psicológico.

El principal objetivo de estos comportamientos por parte del agresor o victimario es mermar la autoestima de la víctima, someterla emocional e intelectualmente mediante agresiones físicas y/o verbales, así como con otros comportamientos y actitudes para satisfacer de este modo su **necesidad de control y dominio**.

Cuando estos comportamientos traspasan el espacio físico que ocupan las aulas hablamos de “*Ciberbullying*” o ciberacoso escolar, siendo las redes sociales o determinados dispositivos electrónicos el medio idóneo elegido por los agresores para continuar con sus ataques, y de este modo seguir persiguiendo, acechando, controlando y humillando a sus víctimas.

Atendiendo a las diferentes tipologías de acoso escolar en las aulas, este puede ser: **acoso de tipo físico**, *directo* o *indirecto*, como dar golpes, empujones, patadas, pellizcos o bofetadas. En el primer caso, incluso llegando a dañar sus pertenencias, robarle o romperle objetos personales, en el segundo. El ataque a la integridad física pretende acobardar y atemorizar a quien lo recibe.

También encontramos el **acoso de tipo verbal**, que al igual que en el caso

anterior puede ser *directo*, mediante apodos, motes, insultos, burlas o risas, menosprecios en público; o *indirecto*, a través de la difusión de rumores o comentarios hirientes y malsonantes sobre la víctima y/o su familia. El principal objetivo es atacar la autoestima de la víctima.

Si nos referimos al **tipo de acoso social o relacional**, de manera *directa* lo sería mediante la exclusión y no dejando participar a la víctima en determinadas actividades; e *indirecta* ignorándola y tratándola con indiferencia como si no existiera.

Este tipo de comportamientos por parte del agresor pretenden el bloqueo y aislamiento social de la víctima.



El **acoso de tipo sexual** también podemos encontrarlo dentro del ámbito escolar, siendo *directo* cuando nos referimos a tocamientos no deseados por parte de la víctima; e *indirecto* cuando se

realizan comentarios obscenos, “piropos” de mal gusto o presionando a la víctima para que haga o diga algo en contra de su voluntad. Se pretende con ello avergonzar y crear sentimientos de culpa, pudiendo llegar a pensar ésta que ella misma lo ha provocado. El resultado puede ser devastador, tanto a nivel psicológico como emocional.

Por su parte, el **acoso de tipo psicológico** es el más difícil de detectar, ya que no deja marcas físicas, pero sí provoca un gran daño emocional.

Se puede empezar llevando a cabo de manera muy sutil, con comentarios a modo de “bromas” para poco a poco ir adoptando otro tipo de connotaciones, hasta tal punto que a la víctima le cuesta diferenciar si realmente se trata de una broma o no.

Lo que se pretende es apocar, hostigar e intimidar a la víctima, mediante la manipulación.

Cuando hablamos de acoso escolar generalmente pensamos en **víctima** y **agresor** como principales implicados en este fenómeno. Sin embargo, la figura del **espectador u observador** también está presente y hay que decir que ha cobrado en los últimos años un papel fundamental, ya que su actuación dentro

de este marco de violencia entre iguales bien podría aumentar o disminuir esta problemática. Conozcamos un poco más sobre estas tres figuras:

El acosador / agresor

Son menores o adolescentes que generalmente tienden a avasallar a sus compañeros, generando miedo o intimidación en el otro mediante la reiteración de sus ataques. Suelen hacerlo tras asegurarse de que no están siendo vistos o vigilados por algún adulto, como puedan ser profesores u otro personal del centro educativo. Normalmente aprovechan el recreo, o la entrada/salida del colegio para llevar a cabo sus intenciones.

A su escasa empatía y habilidades sociales se le suma su baja tolerancia a la frustración. Suelen rodearse fácilmente de otros compañeros que apoyan su comportamiento.

Predomina la ausencia del sentimiento de culpa (el acosador/agresor piensa que la víctima “se lo merece”). Su actitud suele ser desafiante y carente de autocontrol. Se perciben fácilmente irritables y con escasa capacidad ante la resolución de conflictos. En definitiva, su propósito es la obtención de

reconocimiento, popularidad y poder ante los demás.

La víctima o acosado

Estos niños, niñas o adolescentes suelen mostrarse inseguros, a veces con baja autoestima, lo que hace que los acosadores pongan su foco de atención sobre ellos/as. Muchos suelen tardar tiempo en contarlo a sus familiares o amigos más cercanos, ya que los sentimientos de vergüenza o inseguridad se apoderan de ellos. Suelen ser tachados como “raros” por parte del agresor o grupo de agresores. Muchas veces, su dificultad para hacer amigos les conduce al aislamiento y la soledad, lo que favorece que se incrementen aún más estas conductas hacia ellos/as. **No existen unas características particulares concretas para ser víctima de acoso escolar; cualquiera puede serlo.**

Ser el más listo de la clase y destacar por obtener buenas notas, al igual que tener dificultad en el aprendizaje y tener peores resultados académicos pueden ser motivos para ser el blanco de un ataque. De igual modo, tener algún tipo de discapacidad física o intelectual, pertenecer a otra raza, cultura o simplemente no seguir determinadas

tendencias dentro de un grupo pueden ser causas más que suficientes para ser víctima de ‘bullying’.

Si esta situación se prolonga en el tiempo, las víctimas de acoso escolar sufren serias consecuencias; no solo puede verse disminuido su rendimiento académico, sino que también pueden desarrollar otro tipo de problemas o conductas ansioso-depresivas, que en el peor de los casos puede llevarlos a la ideación suicida, pudiendo incluso llegar al suicidio consumado.

El espectador o espectadores

Es aquella parte del alumnado que presencia una situación de acoso y ante ella actúan, bien de forma activa, apoyando la conducta del agresor o agresores en su caso, y permitiendo que la situación de acoso continúe; bien de forma pasiva, manteniéndose al margen, es decir, contemplando la situación que se está dando desde fuera, sin tomar parte en el asunto; sólo observan, no intervienen.

Muchos de estos espectadores entienden que, si apoyan a la víctima, ellos pueden ser el próximo blanco de los ataques del agresor, optando por mantenerse impassibles ante un episodio que pueden considerar como injusto para quien lo está viviendo. Sin embargo, el temor a

las represalias o a que se les tache de ‘chivatos/as’ son motivos que hacen que los espectadores miren hacia otro lado.

A su vez, todo esto puede generarles, un sentimiento de culpa y reproche por no saber exactamente cómo intervenir o qué hacer ante estos casos.

Tras este breve recorrido en cuanto a la importancia de los valores en nuestra vida, destacando la empatía como uno de los más importantes en nuestras relaciones interpersonales, así como la conceptualización del acoso escolar o “bullying” y la referencia a sus diferentes tipologías y protagonistas, nos preguntamos:

¿Qué lleva a determinados menores a infringir un daño a otro? ¿Realmente se trata de “cosas de niños” como muchos piensan? ¿Estamos fallando como sociedad en la educación de nuestros niños, niñas y adolescentes? ¿Qué papel juega la familia y la escuela ante esta problemática? ¿Cómo nos llega la información a través de los ‘mass media’? ¿Estamos realmente preparados para combatir este mal social?

Estas son solo algunas de las muchas las preguntas que como sociedad nos hacemos cuando tenemos conocimiento de un nuevo caso de acoso escolar. Y es que a menudo nos llegan, a través de

diversos medios de comunicación, casos de violencia entre iguales acontecidos tanto dentro del aula como fuera de esta, debido esto último a la aparición de nuevas formas delictivas surgidas a raíz de la proliferación de las redes sociales y su uso, muchas veces desmedido e indebido, preocupando en gran medida a la sociedad en general y a las familias en particular.

Dar respuesta a tantos interrogantes no es siempre tarea fácil. Es por ello que se considera necesario el trabajo y la intervención conjunta de toda la sociedad en general, haciendo especial hincapié en la importancia que reviste la familia y la escuela como agentes favorecedores de una educación que promueva los valores de niños, niñas y adolescentes, tanto dentro como fuera del aula, en los diferentes entornos en que se involucren.

FAMILIA Y ESCUELA

Por todos es sabido que estos dos ámbitos son fundamentales durante las primeras fases del desarrollo evolutivo del individuo, pues es donde éste toma conciencia de su identidad como ser no solo individual, sino también social inmerso en un mundo cambiante y en continuo aprendizaje.

Ambos entornos servirán de marco de referencia en los primeros años de la vida del niño, no solo en lo que concierne a la toma de decisiones que éste irá adoptando en función de las circunstancias personales, sociales y/o culturales que se le vayan presentando, sino en otros aspectos que irán, poco a poco, construyendo su integridad a lo largo del tiempo, sentando así las bases de sus ideas, creencias, motivaciones, su forma de ver la vida o de relacionarse con los demás, y que, en definitiva, irán marcando su modo de convivencia o comportamiento en su día a día.

Es por ello que estos modelos de referencia, **padres y educadores**, serán fundamentales para que los niños aprendan desde esas primeras etapas, conductas que les permitan controlar sus emociones y resolver sus problemas de forma pacífica, desde la tolerancia, el respeto hacia los demás y poniendo en valor la importancia de la amistad y las relaciones sociales positivas.

De una parte, desde **la familia** es necesario potenciar la parte cognitivo-afectiva de los niños desde las etapas más tempranas. Prestar especial interés a su comportamiento, a lo que nos cuentan,

a aquello que les preocupa o temen, conocer sus inseguridades, pero también sus deseos y aspiraciones, será el primer paso para ir indagando en ese mundo interior que empieza a desarrollarse, fruto de la interacción con sus iguales y las nuevas experiencias que les van aconteciendo.

Servirles de ejemplo será sin duda muy beneficioso cuando en posteriores etapas tengan que tomar decisiones que impliquen comprender las motivaciones y necesidades del otro.

Un niño que se sienta comprendido tenderá a mostrar más confianza ante el adulto que le escucha y le alienta a solventar sus problemas o a alcanzar sus metas. Fomentar esa confianza, mediante el diálogo y la comunicación asertiva, le transmitirá tranquilidad a la hora de expresar sus pensamientos, sentimientos y emociones, mostrándose más receptivo y confiando más en sus posibilidades y deseos de superación.

De igual modo, repercutirá de manera positiva en su **desarrollo cognitivo-emocional-afectivo** el vivir en un entorno libre de violencia. Aquellos entornos disruptivos, donde continuamente se den episodios

violentos entre sus convivientes podría ser tomado por el menor como el único modo de resolución de conflictos válido, y esas conductas se irán interiorizando a modo de aprendizaje, por ser habituales, que en modo alguno favorecerá su desarrollo y repercutirá negativamente en sus relaciones futuras.

De otra parte, fomentar desde **la escuela** acciones que promuevan el trabajo cooperativo, el intercambio cultural como medio indispensable de integración de niños, niñas y adolescentes que puedan encontrarse en situación de exclusión social, o favorecer la puesta en marcha de actividades que impliquen mayor comunicación y cohesión grupal, entre otras, repercutirá de manera notable y positiva en el grupo de iguales. Se trata, en definitiva, de generar conductas prosociales desde la escuela para que, ante un posible caso de acoso escolar, estas favorezcan la resolución de conflictos de manera pacífica.

¿Cómo repercute todo esto al hablar de acoso escolar?

Como hemos apuntado con anterioridad, cualquiera puede ser víctima o agresor, incluso en ocasiones los papeles se pueden invertir. Por ello, tomar conciencia de cómo nuestras acciones

pueden influir en los demás, para bien o para mal, hará plantearnos qué comportamientos debemos o no llevar a cabo con el fin de no infligir un daño innecesario que desencadene consecuencias negativas no solo para el que lo sufre sino también para el que lo provoca, pues en este triángulo **víctima-agresor-observador** nadie está exento de sufrir las consecuencias que puedan derivarse de un episodio de acoso escolar.

De ahí, la importancia de ponernos en el lugar del otro, comprendiendo que, en cualquier momento los papeles se pueden invertir y valorando la amistad por encima de todo. Solo así, podremos favorecer la integración y socialización de aquellos compañeros o compañeras que sufren las dañinas consecuencias provocadas por el acoso escolar; un fenómeno que, a todas luces, merma la autoestima y provoca serios problemas de salud física y emocional de quien lo sufre.

CONCLUSIONES

En un mundo globalizado, donde los avances tecnológicos se desarrollan a pasos agigantados, donde nuestros menores y adolescentes de hoy ocupan gran parte de su tiempo en el entorno

cibernético, muchas veces sin ningún tipo de control por parte de sus cuidadores, sin prestar además demasiada atención a las múltiples y saludables actividades que nos ofrece el mundo real, o a las personas valiosas que tenemos a nuestro alrededor, como sociedad tenemos la obligación de poner el foco de atención en ellos, fomentando la mejora y continua creación de medidas de prevención, herramientas educativas o protocolos de actuación con el firme deseo de minimizar o erradicar de una vez por todas este mal que acontece en las aulas de muchos centros educativos porque

**EL ACOSO ESCOLAR NO ES
COSA DE NIÑOS.
YO ME PONGO EN TU
LUGAR.**