**PROGRAMA FORMATIVO DE ALUMNADO AYUDANTE**

**MODULO FORMATIVO V**

**Cuaderno de trabajo nº 5**

**para el alumnado**

**EL BULLYING:**

**LA TRÍADA VÍCTIMA, ACOSADOR/A Y ESPECTADOR/ES**

**NOMBRE: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**GRUPO: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**



**CONTENIDOS:**

* EL CONCEPTO DE ACOSO ESCOLAR O BULLYING.
* LOS TRES TIPOS DE FACTORES DE RIESGO (PERSONALES, FAMILIARES Y SOCIO-CULTURALES) Y FACTORES DE PROTECCIÓN EN EL BULLYING.
* FACTORES DE PROTECCIÓN EN EL BULLYING.
* INDICADORES PRINCIPALES PARA LA DETECCIÓN DEL BULLYING: EN LA VÍCTIMA Y EN LOS ACOSADORES.
* LOS PERFILES TIPOS EN EL BULLYING: EL AGRESOR O ACOSADOR, LA VÍCTIMA Y LOS OBSERVADORES O ESPECTADORES.

**Actividad 1**

 ¿Cuánto sabes sobre el bullying? Responde a este cuestionario. Luego, tómate unos minutos para reflexionar sobre tus repuestas.

**1. Un grupo de amigos y amigas tuyos molestan de forma permanente a un chico del curso (le hacen bromas pesadas, lo empujan al salir del aula, le quitan sus cosas...). Tú …**

1. observas la situación, pero no te metes. No estás de acuerdo con este tipo de actividades.
2. Te sumas a las agresiones. Si no lo haces, podrías quedar fuera del grupo.
3. Intervienes cuando lo molestan, y les pides a tus amigos que dejen de hacerlo porque no está bien.

**2. Un compañero de curso habló con uno de los profesores y le contó que una chica está sufriendo el maltrato de algunos compañeros, ¿qué piensas?**

1. Creo que es un soplón que va con el cuento a los profesores.
2. Me parece necesario en este caso pedir ayuda a un adulto.
3. Me parece que si la chica necesita ayuda, debe pedirla ella misma. Los de afuera no debemos meternos.

**3. Para ti el bullying es …**

1. Algo normal que pasa mientras crecemos.
2. Una broma, un juego.
3. Es un abuso y causa dolor.

**4. A diario, tus compañeros te molestan y te amenazan con golpearte si no haces lo que ellos dicen. Tú …**

1. Hablas con tus padres o con alguna persona de confianza para que te ayuden.
2. Te aíslas, tratas de pasar desapercibido.
3. Agredes a tus compañeros y muchas veces terminas a los golpes con ellos.

**5. ¿A quién afecta el bullying?**

1. A los niños, niñas o jóvenes que sufren el bullying.
2. A los niños, niñas o jóvenes que lo ven, los testigos.
3. A los que atacan.
4. A todos.

**6. ¿Cuáles son algunas de las consecuencias del bullying? Marca todas las que correspondan.**

1. Sentir miedo.
2. Abandonar la escuela.
3. Bajas calificaciones.
4. No tiene consecuencias.

**7. ¿Qué puedo hacer para detener el bullying? Marca todas las que correspondan.**

1. Quedarme callado y mirar para otro lado.
2. Con mis compañeros y compañeras, ir a decirle al agresor que pare.
3. Contarle al maestro o a algún adulto de la escuela.
4. Decirle a mis padres.
5. Ayudar a crear o fortalecer el programa de prevención del bullying de mi escuela.

**1. EL CONCEPTO DE ACOSO ESCOLAR O BULLYING.**

 El **acoso escolar o bullying** (derivada de la palabra “bull”, toro en español) es la intimidación o acoso entre escolares de forma repetitiva y mantenida en el tiempo. Casi siempre tiene lugar lejos de la presencia de personas adultas, profesores o padres, y su intención es humillar y someter abusivamente a un escolar indefenso por parte de un acosador y, más frecuentemente, un grupo. Este tipo de violencia por lo general afecta a niños y niñas entre 12 y 15 años, aunque pueda extenderse a otras edades.

 Hasta el momento se han tipificado 6 **tipos de bullying**, dándose frecuentemente situaciones de varios tipos de acoso contra la misma víctima durante mucho tiempo (meses, todo un curso escolar e incluso varios años):

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **Bullying físico**. Es el más común y consiste en golpes, empujones e incluso palizas.
 | 1. **Bullying psicológico**. Existe una persecución, intimidación, tiranía, chantaje, manipulación y amenazas al otro. Dichas acciones dañan la autoestima del individuo y fomentan su sensación de temor.
 |
| 1. **Bullying verbal**. Insultos, apodos, groserías y menosprecios en público para poner en evidencia a la persona acosada. Lo utilizan más las chicas, las cuales suelen actuar en grupo contra una única víctima.
 | 1. **Bullying sexual**. Se presenta un asedio, inducción o abuso sexual o referencias malintencionadas a partes íntimas del cuerpo de la víctima. Incluye el bullying homófobo, cuando el maltrato hace referencia a la orientación sexual de la víctima por motivos de homosexualidad.
 |
| 1. **Bullying social**. El objetivo es aislar al niño o joven del resto del grupo, ignorándolo, aislándolo y excluyéndolo.
 | 1. **Ciber-bullying**. Tipo de acoso utilizando las nuevas tecnologías. El contenido del acoso va desde los típicos insultos por mensajes de texto a montajes fotográficos o de vídeo de mal gusto, imágenes inadecuadas de la víctima tomadas sin su permiso, e incluso, suplantación de la cuenta o perfil en las redes sociales para publicar contenido falso.
 |



**Actividad 2**

 Clasifica las siguientes conductas y piensa si te ha pasado a ti, si lo has hecho o si has visto que se lo hacían a algún compañero o compañera:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Maltrato: | Físico | Verbal | Exclusión social |
| Dar empujones, pegar. |  |  |  |  |
| Amenazar, intimidar. |  |  |  |  |
| Robar o romper cosas de alguien. |  |  |  |  |
| Burlarse abiertamente de alguien. |  |  |  |  |
| Insultar o poner motes. |  |  |  |  |
| Sembrar rumores sobre alguien. |  |  |  |  |
| Hacer como si fuera transparente. |  |  |  |  |

**2. LOS TRES TIPOS DE FACTORES DE RIESGO (PERSONALES, FAMILIARES Y SOCIOCULTURALES) Y FACTORES DE PROTECCIÓN EN EL BULLYING.**

 Para prevenir y detectar el bullying es importante tener en cuenta que existen una serie de **factores de riesgo** o características (personales, familiares, escolares, socio-culturales, etc.) **cuya presencia provoca que aumente la probabilidad** de que se presenten fenómenos **de violencia escolar**.

**2.1. Factores de riesgo de carácter personal**

1. **Factores de riesgo en la víctima**. Existen una serie de **características que pueden aumentar las probabilidades de convertirse en víctima de acoso** y, sobre todo, ayudan a que la situación permanezca invisible para profesores y padres, haciendo muy complicada su resolución:
* **Rasgos físicos o culturales distintos** a los de la mayoría (minorías étnicas, raciales y culturales).
* Sufrir alguna **discapacidad física o psíquica**.
* **Personalidad introvertida**, poco comunicativa. Escasa comunicación familiar.
1. **Factores de riesgo en el agresor**. Los **factores relacionados con el perfil del agresor** son:
* **Ausencia de empatía** o incapacidad para ponerse en el lugar de las otras personas.
* **Baja autoestima** o percepción negativa de sí mismo.
* **Impulsividad** o falta de control de los impulsos que lleva a actuar y decir las cosas sin pensar.
* **Egocentrismo** o exagerada exaltación de la propia personalidad, por lo que la persona se considera el centro de atención.
* **Fracaso escolar** o bajo rendimiento en los estudios, que puede llevar al absentismo y/o abandono escolar o a la repetición de curso.
* **Consumo de alcohol y drogas**.
* **Trastornos psicopatológicos** como trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDH), trastorno negativista, desafiante y trastorno disocial.
* **Antecedentes familiares de violencia**.
* **Haber sido víctima de bullying en el pasado**

Asociado con estos factores, **el perfil tipo del acosador** sería el siguiente: **persona físicamente fuerte**, impulsiva, dominante, **con conductas antisociales** y **con una ausencia total de empatía** con sus víctimas.

**2.2. Factores de riesgo de carácter familiar**

 Aunque no siempre es así, **a veces los acosadores imitan comportamientos y pautas aprendidos de sus padres**, por lo que los entornos familiares desestructurados o con antecedentes de violencia doméstica favorecen la aparición de la figura del agresor escolar o la refuerzan.

 Así mismo, un **ambiente familiar excesivamente proteccionista** o con escasa comunicación pueden constituir **factores de riesgo para las víctimas**.

**2.3. Factores de riesgo de carácter socio-cultural**

* **Entorno socio económico precario**.
* **Bajo nivel cultural**.
* **Baja calidad de la enseñanza**.
* Alta presencia de **contenidos violentos en medios de comunicación**, vídeo juegos, etc.
* **Justificación social de la violencia** como medio para lograr ciertos objetivos.

**3. FACTORES DE PROTECCIÓN EN EL BULLYING.**

 En el **ámbito estrictamente personal**, un correcto **desarrollo de la inteligencia emocional y de la resilencia** o capacidad para sobreponerse a períodos de dolor emocional y situaciones adversas, constituyen las principales barreras contra el bullying. Si además la familia se muestra comprensiva, dialogante y colaboradora, con un alto grado de confianza y comunicación, para la víctima será mucho **más fácil denunciar una situación de acoso desde el principio**, lo que supone un factor clave para su rápida resolución, sin que se produzcan consecuencias irreparables.

 Un contexto social normalizado, con un **aceptable nivel cultural y económico** y, sobre todo, que **en ningún caso se utilice ni justifique la violencia** es sin duda **el entorno ideal para disminuir la frecuencia del bullying**, al ser percibido por la mayoría como un comportamiento totalmente negativo, repudiable e intolerable, que se debe poner en conocimiento de padres y profesores ante la mínima sospecha.

**Consejos para los amigos de una víctima de acoso escolar**

Los amigos del acosado también pueden ayudar:

* \* Deben procurar, si son testigos de algún tipo de agresividad, comunicarlo a un adulto inmediatamente, para que éste pueda intervenir al respecto.
* \* No se hace ningún bien ayudando al amigo acosado a ocultarlo, ya que con esta actitud aumenta el sentimiento de impunidad del acosador.
* \* No es preciso enfrentarse al acosador, pues este comportamiento, lejos de solucionar el problema, puede provocar que se *meta* con su víctima con más ganas todavía.
* \*Intentar no dejar sólo al amigo acosado en aquellas circunstancias en que se produce la agresión, ya que es más difícil que el acosador arremeta contra dos o tres personas a la vez.
* \*Tratar de que el amigo acosado no se encierre en sí mismo, e intentar que tenga momentos de esparcimiento en los que se encuentre a gusto y se libere de las tensiones provocadas por el acoso.

**4. INCADORES PRINCIPALES PARA LA DETECCIÓN DEL BULLYING: EN LA VÍCTIMA Y EN LOS ACOSADORES. ACTITUD DEL PROFESORADO.**

 **La detección e identificación lo más temprana posible es fundamental** para reconducir la situación y evitar que el acoso tenga consecuencias irreversibles o muy profundas en la víctima y sus agresores.

 La detección del bullying es a veces muy complicada, puesto que **una de las características del acoso escolar es que suele tener lugar lejos de la presencia o visión de los adultos**: patios, baños, comedor, entorno del centro, etc.

 Por este motivo, **los profesores deben estar especialmente alerta a los factores de riesgo** anteriormente citados y a una serie de señales de alerta, que se pueden dar tanto en la víctima como en los acosadores.

**4.1. Señales de alerta, síntomas e indicacadores en la víctima de acoso.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * Faltas de asistencia recurrentes y/o absentismo grave.
 | * Descenso brusco e inexplicable del rendimiento escolar.
 | * Sentimientos de culpa.
 |
| * Dificultad de concentración.
 | * Respuestas emocionales extremas, como por ejemplo, llanto incontrolado.
 | * Síntomas depresivos o de ansiedad: irritabilidad, insomnio, pesadillas, falta de apetito, problemas gastrointestinales, ahogos, mareos, dolor de cabeza, inquietud, nerviosismo, pesimismo, etc.
 |
| * Apatía.
 | * Miedo a estar solo. Indefensión.
 | * Conductas de huída y evitación. Aislamiento.
 |
| * Agresividad, problemas de autocontrol.
 | * Negación de los hechos e incongruencias.
 | * Miedo y síntomas de pánico.
 |
| * Baja autoestima.
 |  |  |

**4.2. Indicadores de detección en los acosadores**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * Agresividad verbal y/o física.
 | * Insultos.
 | * Bajo autocontrol.
 |
| * Acoso psicológico.
 | * Actitudes agresivas como miradas o gestos de rechazo.
 | * Amenazas. Coacciones.
 |
| * Impulsividad.
 | * Abuso de poder.
 | * Agresiones contra la propiedad.
 |
| * Abuso sexual.
 | * Grabación de las agresiones.
 | * Acoso por teléfono y/o las redes sociales de Internet.
 |
| * Aprobación y refuerzo de las conductas de acoso realizadas por otros.
 | * Ignoran o aíslan colectivamente a la víctima.
 |  |

**4.3. ACTITUD DEL PROFESORADO.**

 Cuando, pese a las medidas preventivas, el profesor detecte un caso de acoso escolar es necesario actuar de inmediato, **activando el protocolo para casos de bullying establecido por el propio centro o por el departamento de educación de la Comunidad Autónoma correspondiente**.

 En todos los casos, es indispensable seguir los siguientes procedimientos o estrategias:

|  |  |
| --- | --- |
| * Tomar medidas cautelares y de protección de la víctima inmediatas.
 | * Informar de la situación y, llegado el caso, de las medidas a adoptar tanto al niño o joven acosado como a los agresores y a las familias de ambos.
 |
| * En todo el proceso e debe garantizar la confidencialidad, sin comentar nada con otras partes o con las familias que no estén implicadas directamente en el caso.
 | * Desarrollar medidas de conciliación entre la víctima, los agresores y los espectadores pasivos, reforzando la comunicación y poniendo en marcha las medidas oportunas con el fin de evitar la reincidencia.
 |

**5. LOS PERFILES TIPOS EN EL BULLYING: EL AGRESOR O ACOSADOR, LA VÍCTIMA Y LOS OBSERVADORES O ESPECTADORES.**

 La invisibilidad del bullying por parte de las personas adultas convierte en fundamental el **conocimiento de los distintos perfiles de alumnos involucrados en estos actos**, ya que pueden proporcionar pistas ante posibles casos de acoso y mantener los niveles de alerta y vigilancia sobre los chicos y chicas con mayores factores de riesgo.

**5.1. EL AGRESOR O ACOSADOR.**

 El **perfil tipo del agresor o acosador** responde a las siguientes características:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * Personalidad irritable y agresiva.
 | * Bajo autocontrol.
 | * Ausencia de empatía.
 |
| * Tendencia a las **conductas violentas y amenazantes**.
 | * Impulsivo.
 | * Su **rendimiento académico** suele ser **bajo**. En ocasiones es algo mayor que el resto de la clase por haber **repetido uno o varios cursos**.
 |
| * Su **comportamiento en el aula** se caracteriza por las **salidas de tono**, las **bromas fuera de lugar** e incluso **actitudes desafiantes** frente a profesores y compañeros.
 | * Es posible que pertenezca a una **familia desestructurada**, con antecedentes de violencia doméstica.
 | * Físicamente fuerte.(no siempre)
 |
| * Asume el **rol de líder** ante un grupo de alumnos de características psicológicas parecidas o que buscan reconocimiento e integración en el grupo.
 |

**5.2. LA VÍCTIMA.**

 **Las víctimas del bullying** constituyen un **grupo variado y heterogéneo**, y por desgracia cualquier alumno puede convertirse en blanco de las burlas de un grupo de agresores, muchas veces sin otro motivo que el puro azar. No obstante, existen algunos **factores que multiplican las posibilidades de sufrir acoso**:

|  |  |
| --- | --- |
| * Sufrir alguna **discapacidad física o psíquica**.
 | * Tener algún tipo de trastorno del aprendizaje, especialmente los problemas relacionados con el lenguaje oral porque son muy evidentes y fácil objeto de burlas.
 |
| * Haber padecido acoso escolar con anterioridad.
 | * Pertenecer a un **grupo** étnico, religioso, cultural o de orientación sexual **minoritario**
 |

 Una vez ha comenzado el acoso, tener una **personalidad introvertida o reservada** o una **mala comunicación con padres o profesores** dificulta que los chicos denuncien las situaciones a tiempo, con el consiguiente peligro de que el acoso vaya a más, agravándose sus consecuencias y complicando su resolución.

**5.3. LOS OBSERVADORES O ESPECTADORES.**

“La vida es muy peligrosa. No por las personas que hacen el mal, sino por las que se sientan a ver lo que pasa”.

**Albert Einstein**

 Probablemente es el grupo con un **perfil menos definido**. Se trata del grupo de compañeros que colaboran con el acoso y en gran medida lo hacen posible por no denunciarlo a padres o profesores. Su actitud puede ser de colaboración, jaleando las acciones e incluso grabándolas con las cámaras de los móviles. Pero incluso si se limitan a no hacer nada, su actitud pasiva refuerza la conducta de los agresores, pues no deja de ser una forma de aprobación.

 En ocasiones, actúan de esta forma por miedo a convertirse en las próximas víctimas si salen en su defensa o lo ponen en conocimiento de algún adulto, o bien porque creen que tomando esta actitud les será más fácil integrarse con el resto de la clase.