

Maltrato entre iguales (2)

Lo que pueden hacer los implicados

Difícil de detectar y complicada de demostrar. Así es la violencia entre iguales, que aunque a veces escapa a los ojos de los adultos es capaz de amargar los años escolares de la víctima y de condicionar su equilibrio psicológico, cuando no llega a atentar contra su integridad física.

Sensibilizar, informar y ofrecer estrategias es fundamental para atajar estas situaciones de abuso en las que los testigos de este tipo de violencia tienen un papel decisivo. Así es que víctimas, espectadores e incluso acosadores deben saber cómo salir de una situación en la que directa o indirectamente están implicados. Para empezar, es fundamental distinguir el maltrato entre iguales de otras situaciones de conflicto más habituales.

Maltrato es:

▶ Cuando un alumno o alumna se mete a menudo con un compañero insultándolo, poniéndole apodos, burlándose o riéndose de él.

▶ Cuando un grupo de chavales les dice a los demás que no hablen con fulano o con mengano.

▶ Cuando en los cambios de clase, en los servicios, en el autobús o en el recreo hay un niño o niña que siempre *tropeiza* con el mismo.

▶ Cuando alguien abusa de su fuerza y atemoriza a los demás amenazándolos si no hacen lo que él quiere: darle dinero, hacerle los deberes...

▶ Cuando un grupo de estudiantes espera a la salida del



centro escolar a alguien para abusar de él o meterle miedo.

Maltrato no es:

▶ Insultar ocasionalmente en medio de una bronca (está feo, pero no es acoso).

▶ Estar un día o varios enfadado con alguien sin hablarle (a veces es necesario dar a entender de este modo que estamos dolidos).

▶ El enfrentamiento entre dos pandillas en una ciudad o aldea

(digamos que es una situación violenta, y que no está nada bien; pero no es acoso).

▶ Tropezar sin querer y chillar «¡Aparta!» (aunque de buena educación no es!).

> PARA SABER MÁS

Programa de sensibilización sobre o maltrato entre iguais, Consellería de Educación e Ordenación Universitaria, Xunta de Galicia.

EN BREVE



¿TE IDENTIFICAS?

PROTÉGETE

En caso de que tú seas la víctima:

- ▶ Aprende a decir que no cuando estés convencido de tu postura, así como a justificar tus opiniones.
- ▶ Prepárate para soportar las presiones del grupo cuando no estés de acuerdo en algo.
- ▶ En situación de tensión, haz que no escuchas, utiliza el sentido del humor...
- ▶ Debes huir de las situaciones o lugares donde se produce el maltrato, y nunca responder a las agresiones con violencia porque puede ser aún peor.
- ▶ Asegúrate la confidencialidad, pero debes hablar, buscar ayuda y nunca sufrir en silencio.

DENÚNCIALO

Se tú eres una persona espectadora del maltrato y crees que el caso es leve, utiliza estas estrategias:

- ▶ Habla con la víctima y muéstrale tu apoyo y comprensión.
 - ▶ Habla con el agresor y coméntale que se está pasando, y que estaría bien que se pusiera en el lugar del acosado.
- Pero si te parece que es un caso de maltrato grave:
- ▶ Ten más cuidado y evita entrar en una pelea con el maltratador.
 - ▶ Habla lo antes posible con un adulto en el que confíes. Pídele información y orientación sobre lo que debes hacer.
 - ▶ Apoya a la víctima.

MARCA CON UNA EQUIS LAS FRASES CON LAS QUE TE IDENTIFIQUES EN CADA UNO DE LOS TRES BLOQUES:

BLOQUE 1: ¿Eres una víctima?

- Te insultan o se burlan constantemente de ti.
- Difunden rumores falsos sobre tu persona.
- Te empujan, te pegan o te amenazan.
- Te esconden, te rompen o te roban cosas de forma continuada.
- Te ignoran o te desprecian.
- Te rechazan en cualquier circunstancia o por cualquiera motivo.
- No te dejan participar en las actividades del grupo.
- Te obligan a hacer cosas que tú no quieres.

BLOQUE 2: ¿Eres tú el que maltrata?

- Insultas, hablas mal de otros e incluso difundes rumores falsos.
- Te metes de forma persistente con algunos compañeros.
- Molestas e incomodas a aquellas personas que tienen alguna particularidad o una apariencia física distinta.
- Rechazas a algunas personas en las actividades de grupo.
- Disfrutas intimidando, metiendo miedo o haciendo llorar a otras personas a las que consideras más débiles.
- Animas a tus compañeros a que rechacen a alguien del grupo.
- Obligas a los demás a hacer cosas que no quieren.

BLOQUE 3: ¿O eres un espectador pasivo de estas situaciones?

- A veces asistes a actos de intimidación y no haces nada para evitarlo.
- Piensas que la víctima se merece lo que le pasa.
- Tienes miedo a actuar en defensa de la persona maltratada.
- Crees que mientras se metan con otra persona no se meterán contigo.
- En ocasiones participas en las situaciones de abuso con risas, gestos o burlas.

RESULTADO

- Si la mayoría de las equis se corresponden con el bloque 1, significa que estás siendo víctima del llamado «bullying», aunque te cueste creerlo. Tú no tienes la culpa de lo que te está pasando y es lógico que te sientas mal. De hecho, es eso lo que buscan las personas que te acosan. No puedes hacer como si no hubiera pasado nada. Pide ¡ya! ayuda a tus padres, a tu tutor o al orientador del centro. Ellos sabrán cómo actuar.
- Si la mayoría de las frases con las que te identificas se corresponden con el bloque 2, quiere decir que eres un maltratador de tus iguales. Tu conducta puede llevarte a situaciones personales de inestabilidad e inadaptación social que te perjudicarán, aparte de que es muy posible que le estés causando un grave daño a la persona o personas de las que abusas. Tú tampoco puedes sentirte bien. Háblalo con tus padres, con el orientador o con el tutor: te ayudarán a reconocer que tienes un grave problema, el primer paso para solucionarlo.
- Si te identificas con los enunciados del bloque 3, significa que eres cómplice de una situación de maltrato: observas, pero no actúas en la defensa del más débil, por lo que sin darte cuenta estás colaborando con el maltratador (a él le interesa que funcione la ley del silencio para seguir intimidando a sus víctimas). Sé valiente y denuncia la situación.