Pequeña guía para detectar el acoso escolar

¿Cómo detectar y cómo frenar el 'bullying'? La terapeuta Verónica Rodríguez Orellana nos ofrece unas pautas para padres y educadores.

¿Qué es el 'bullying'? Maltratar, humillar y agredir física o psíquicamente a un compañero, así como burlarse de él , ignorarle, asustarle y dejarle de lado sistemáticamente. Todos estos comportamientos antisociales se agrupan bajo el acoso escolar. Esta conducta no es un fenómeno nuevo en nuestra sociedad. Lo que si resulta novedoso son las nuevas herramientas que los abusones tienen para fomentar el maltrato a sus víctimas: cámaras en los teléfonos para grabar comportamientos vergonzantes, chats y mensajería móvil como canal de amenazas, extorsión y burla y, en definitiva, una inmensa Red donde prolongar el acoso sin límite de espacio o de tiempo.

Las redes sociales, las apps del móvil como Line o Whatsapp sirven también como amplificador de terribles sucesos como el acaecido hace unos días en un instituto público de Madrid, donde una joven de 16 años y con discapacidad se quitaba la vida ante la presión del acoso.

Cómo reconocer que nuestro hijo sufre acoso escolar

Como en otros similares se habían escuchado voces que conocían la situación y hasta los padres habían denunciado el asunto a la dirección del centro. Aunque, en la mayoría de ocasiones, el gran problema para detectarlo es el silencio. Así lo asegura la directora de Coaching Club Madrid y terapeuta Verónica Rodríguez Orellana, quien ofrece a los padres y educadores una pequeña guía de síntomas de alerta. Debemos estar prevenidos, asegura, en los siguientes casos:

1. El chico no quiere asistir a clase.

2. Es presa del síndrome del domingo por la tarde: se le hace un mundo terrible volver a las aulas el lunes.

3. Tiene golpes y moretones injustificados.

4. Presenta irritabilidad, nerviosismo y cambios bruscos de carácter.

5. Su tristeza es injustificada. No tiene ganas de ver a sus amigos ni de salir de casa

6. Pierde objetos y dinero de forma extraña (pérdida del dinero que los padres le dan para el recreo de manera reiterada). Con ese dinero suele responder a extorsiones.

7. Tiene cefaleas y dolores abdominales.

Para Verónica Rodríguez Orellana, existen maneras de ayudarles, a pesar de la gran dificultad. En las sesiones de coaching se trabaja con los padres en amplificar la capacidad de comunicación dentro de la familia, así como también en disolver ciertos bucles que se retroalimentan en situaciones de mucho estrés familiar como pueden ser mudanzas o los divorcios. En mitad de estos conflictos, los problemas de los más pequeños pueden pasar desapercibidos, y ahí es, donde puede surgir la tragedia.

Pautas para saber frenar el 'bullying'

- Apoyar procesos de diálogo con los hijos mostrándoles que el peor enemigo es el silencio.
- Mantener **el diálogo abierto con los niños** preguntando no solo por sus evaluaciones y calificaciones sino por sus relaciones con sus compañeros y entorno escolar, para detectar si existe algún problema.
  Interesarse por el tipo de grupo /compañeros y qué tipo de relaciones establecen entre ellos.
- Es **conveniente enseñarles desde muy temprano que ningún niño es superior a otro ni tiene derecho** sobre otro y que cualquier problema que surja se debe comunicar inmediatamente a sus padres o maestros, ya que son éstos los que están en condiciones de apoyarlos.
- **Enseñar a los niños a comunicar sanamente** y a detectar situaciones que no sean buenas para ellos o para sus compañeros; incidir en el valor de la palabra y el diálogo para romper el círculo vicioso que se crea con el silencio.
- **Estar en contacto con los tutores** y maestros de forma continuada para que ambos sistemas familia y escuela estén comunicados.

Verónica Rodriguez Orellana es directora Coaching Club, experta internacional en Coaching Ejecutivo y especializada en Coaching Sistémico.