

Bullying

El bullying es acoso, maltratar una persona, de forma repetida, para hacerle daño y hacerla sentir inferior. Los acosadores se burlan de las personas a las que ven diferentes o también a los que tienen envidia. Por su aspecto físico, por su comportamiento, por su raza o religión, por su estatus social, por si es o no popular, por su identidad sexual...

Se puede producir en la escuela, pero también en el barrio, pueblo, familia, amigos...

Nadie tiene derecho a burlarse o tratar mal los otros, por ninguna razón.

¿Cómo se manifiesta?

Las agresiones pueden ser:

Verbales: gritar, ridiculizar, difundir falsos rumores, etc.

De relación: curiosear, excluir de actividades, ignorar, etc.

Físicas: Pegar, dar empujones, hacer caer, romper y/o robar ropa u objetos.

Por Internet: enviar o difundir mensajes malintencionados, colgar información o imágenes personales para hacer daño. En este es particularmente preocupante porque también lo reciben en casa, que tendría que ser un entorno seguro, y en cualquier momento. Es muy importante que el niño/niña sienta que recibe apoyo.

¿Qué pueden hacer los niños?

Hablarlo con padres, maestros o amigos (quienes tiene que tener vergüenza es el agresor). Alejarse e ignorar a los agresores, son personas que no se saben relacionar de forma sana con los otros. Evitar responder con violencia. Encontrar amigos que lo/le apoyen. Pedir ayuda a entidades si le hace falta.

¿Cómo podemos detectarlo?

No quieren ir a la escuela ni salir con los amigos. Vuelven a casa regularmente con la ropa o el material dañado o con moratones y/o cortes inexplicables.

Puede tener vómitos, dolor de cabeza, insomnio, tristeza, baja autoestima, mal humor, miedo, cansancio, quizás presentan ideas para hacerse daño.

Baja el rendimiento en la escuela.

¿Qué pueden hacer los padres y madres?

Para prevenirlo: Tratar a nuestros hijos como nos gusta ser tratados, con respeto y amabilidad, resolviendo conflictos con empatía, respetando las diferencias...

Para detectarlo pronto: Crear un ambiente que favorezca la comunicación, hacer actividades juntos, observar a tus hijos y escucharlos cuando quieren hablar.

Cuando se enteran: Reaccionar con serenidad, sin violencia ni hacer un escándalo, porque el niño/niña se sienta apoyado en un ambiente tranquilo y positivo.

Se sentirá más seguro si vive en un ambiente familiar positivo, puesto que para encontrar salida al conflicto necesita la implicación de todo su entorno.

Si está en la escuela: hablar con el profesor/a y director/a para pedir que pare el acoso y que se pongan a término las medidas necesarias.

Si no se resuelve, es en otro ámbito o por Internet: buscar ayuda a entidades como, por ejemplo, IR (Ayuda a Niños y Adolescentes a Riesgo: 900202010) o SOS Bullying.

En la [guía del protocolo](#) de actuación ante cualquier tipo de violencia en el ámbito educativo también encontraremos diferentes recursos para niños, familias y por el ámbito educativo.

