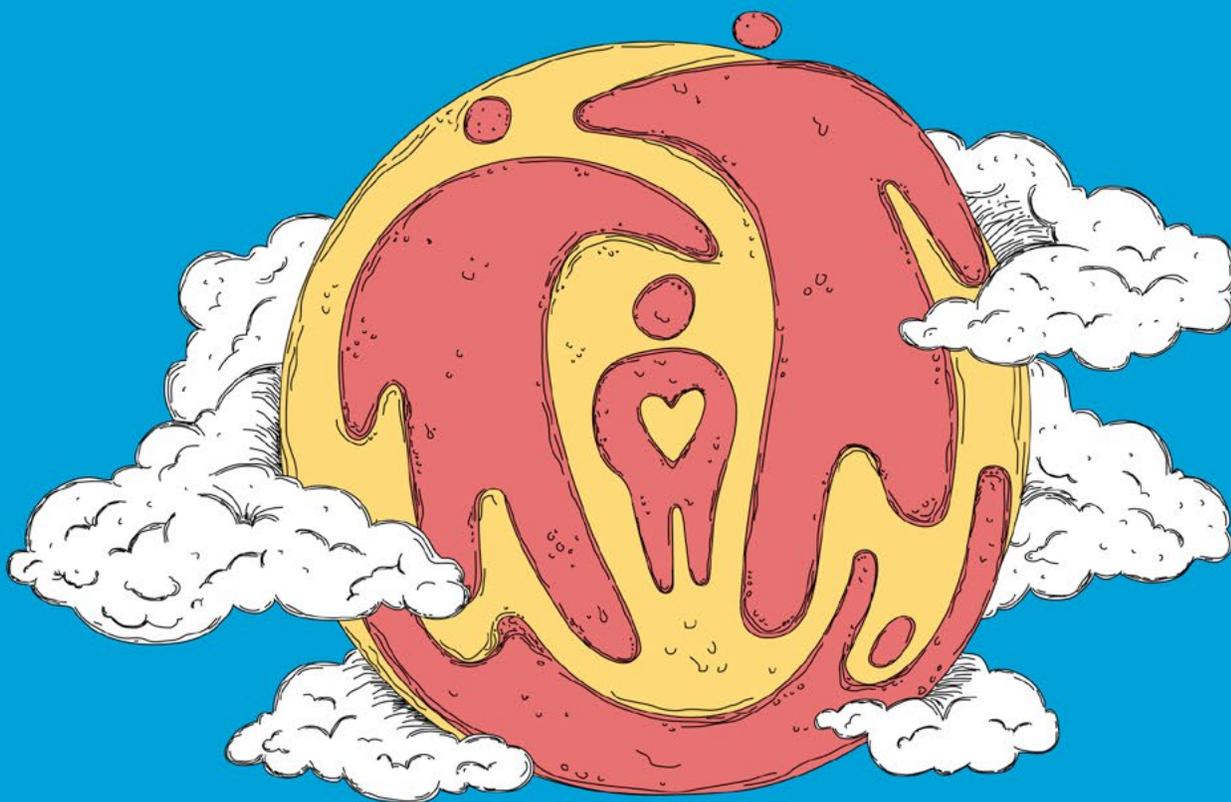


World Vision

Por los niños



GUÍA PARA ADULTOS RESPONSABLES



GANEMOSLEALBULLYING.CL

¡Bienvenidas y bienvenidos!

Esta guía ha sido pensada especialmente en padres, madres y adultos responsables que acompañan diariamente a niños, niñas y adolescentes, y que desean protegerlos de eventuales situaciones de bullying que pudiesen afectar su salud tanto física como mental.

Al mismo tiempo, busca entregar información relacionada con los malos tratos que quizá podrían estar viviendo los niños, junto a la manera de actuar oportunamente para entregarles protección.

Esperamos que sea de utilidad para ustedes y que puedan invitar a más adultos protectores a revisar esta guía. En World Vision necesitamos a todo el mundo para detener el bullying, ¿se suman?

Un abrazo afectuoso,

Victoria Vega Flores, Gerente Asistencia Técnica Educativa.

Jorge Escudero Bello, Coordinador Proyecto Ganémosle al Bullying.

¿Qué es el Bullying?

El bullying consiste en agredir o humillar a otra persona, insultar, divulgar rumores, herir física o emocionalmente, o ignorar a alguien. Este fenómeno presenta cuatro grandes características:

1

Es repetido en el tiempo: la agresión es repetida y de forma constante contra la misma persona y sin motivo alguno.

2

Existe asimetría de poder: pese a que puede presentarse entre niños y niñas de la misma edad, la asimetría de poder la impone la actitud intimidatoria de quien agrede y la sensación de vulnerabilidad e indefensión de quien es agredido, quien siente angustia, dolor y miedo.

3

Existe intención premeditada de causar daño: por lo que las acciones que afectan a las víctimas son preparadas y dirigidas hacia ellas, teniendo como fin causar un daño cada vez mayor.

4

Se mantiene bajo la dinámica del silencio: es decir, bajo amenazas hacia la víctima relacionadas con no hablar de lo que le pasa y bajo la creación de un contexto que invisibiliza o "hace como si nada pasara" para evitar señales de alerta del bullying.

Así, las características de este fenómeno pueden resumirse de la siguiente manera:

**Repetido
en el tiempo**

**Asimetría
de Poder**

BULLYING

**Intención
de Dañar**

**Dinámica
del Silencio**



Es importante considerar que las peleas, los problemas entre compañeros o entre amigos y el uso de un vocabulario inadecuado son frecuentes en las relaciones entre los niños, no necesariamente asociándose a situaciones de bullying, pues no cumplen las 4 características de éste. Sin embargo, si estas relaciones no se abordan oportuna y adecuadamente, podrían generar dificultades en la convivencia escolar o naturalizar la agresión como forma de relacionarse o resolver problemas.

Tipos de Bullying

El bullying se presenta de múltiples formas y maneras, desde las más explícitas a otras más encubiertas, y abarcado a colegios que tienen alumnos pertenecientes a todos los niveles socioeconómicos. Así, tendremos diferentes tipos de bullying:

Ciberbullying: se produce cuando la agresión ocurre mediante el uso de la tecnología y la web; a través de computadores, celulares y otros dispositivos electrónicos. Por ejemplo, difundir rumores malintencionados de otra persona a través de Facebook o en un grupo de WhatsApp.

Agresión psicológica: está orientada a causar daño en la integridad emocional. Por ejemplo, excluir, humillar, ridiculizar o amenazar. Este tipo de agresión suele acompañar a las otras ya descritas. Por ejemplo, amenazar con golpear a un compañero en caso de que hable del bullying con un adulto de confianza.

Agresión verbal: insultos, bromas malintencionadas, apodos, chismes o rumores que descalifican a la víctima. Por ejemplo, humillar por la apariencia física frente a otras personas.

Agresión física: tiene como fin causar un daño en la integridad física. Por ejemplo, golpes, empujones, mordeduras, patadas, encerrar y obligar a alguien a hacer algo que no quiere.

Señales de Alerta



Físicas

- Somatizaciones, es decir, dolores corporales, de cabeza, de estómago o presencia de enfermedades que, luego de revisión médica, no tienen un origen físico, sino uno ligado al sufrimiento emocional.
- Aparición de lesiones, rasguños, moretones, mordeduras o quemaduras. Cuando a los niños se les pregunta sobre el origen de los mismos, refieren respuestas poco convincentes. Por ejemplo, ante un moretón en la espalda responden "me caí".
- Refieren sentir dolor en una parte de su cuerpo cuando se les ayuda a bañarse o cuando se establece contacto físico con ellos.

Conductuales

- Cambios de conducta; mostrarse retraídos, sumisos, decaídos.
- O bien, niños reactivos, defensivos o agresivos
- Cambios en la alimentación: aumento o disminución del apetito.
- Pesadillas o problemas para comenzar a dormir, para mantener un sueño estable durante la noche o para despertar en la mañana.
- Pataletas excesivas, mayores a la esperada para su edad (recordemos entre los 2 y los 5 años son esperables las pataletas).
- Pérdida o deterioro en forma frecuente de sus pertenencias escolares o personales.
- Refieren deseos de dejar de ir al colegio.

Psicológicas

- Baja autoestima.
- Bajo rendimiento escolar.
- Rabia y temor.
- Temor intenso a ir al colegio.
- Depresión, tristeza, llanto o irritabilidad.
- Ansiedad.
- Desconfianza en las relaciones sociales.
- Desconfianza de los adultos
- Sentimientos de culpa por ser agredidos(as).
- Recurrir a la violencia como forma de defenderse.
- Sumisión y sensación de que nadie los podrá defender y proteger.

¿Cómo abordarlo?

Primer Apoyo

- Agradezca a su hijo o hija por haberle contado lo que estaba viviendo: señálele que no está solo, que se le va a cuidar.
- Exprésele que le informarán de las acciones que los adultos tomarán para detener los malos tratos (pues a veces tienen miedo de lo que hagan, pensando en las amenazas que les han hecho).
- Escuche con atención: pídale que describa quiénes estuvieron involucrados, cómo, dónde y cuándo.
- Establezca un lazo de empatía: dígame que agredir a otra persona está mal, que se le cree y que él o ella no son culpables.
- Evite culpar de forma indirecta con frases como “¿por qué no me contactaste antes?”, “¿por qué no hablaste antes?”, “¿por qué no confiaste en mí?”, “¿por qué permitiste que te hicieran eso?”
 - o “¿qué hiciste para que los otros te empezaran a molestar?”.
- No fomente represalias físicas o de otro tipo: eso los podría hacer sentir responsables de detener el bullying o sin fuerza para hacerlo. Además, responder con violencia en casos de bullying sólo agrava el problema.
- Como padre o madre, controle sus emociones: es normal sentir rabia y pena por los malos tratos que su hijo o hija sufre. En ese momento es preferible expresar esas emociones con otro adulto; a los niños es mejor transmitirle la sensación de seguridad y de comprensión del malestar.

Contacto con el Establecimiento Educativo

- Póngase en contacto con docentes y directivos: a fin de abordar juntos el problema.
- Brinde información concreta sobre lo que su hijo o hija expresó; quién, cómo, cuándo, dónde y cómo ocurren los hechos.
- No contacte al padre, a la madre o al adulto responsable del estudiante que ha hecho bullying a su hijo; esta es usualmente la primera respuesta, pero a veces empeora las cosas. Los docentes o directivos deberán contactar a los adultos responsables.
- Permanezca atento(a) a lo que sucede en la escuela una vez que usted reporte los malos tratos que vive su hijo, siga los acontecimientos de cerca y observe sus cambios de ánimo. Asimismo, hable continuamente con él o ella y con el personal del colegio para ver si el bullying terminó o no.
- Incentive soluciones ligadas a la reparación del daño y no a la venganza.
- Nunca utilice la agresión para relacionarse con el personal del colegio, pues eso podría limitar el abanico de posibles soluciones ante el problema.

Superintendencia de Educación

- La superintendencia de educación tiene como objetivo, entre otras importantes funciones, resolver consultas, solicitar mediaciones y atender denuncias o reclamos antes hechos que vulneren los derechos de estudiantes, docentes o asistentes de la educación.
- Haga llegar sus consultas, solicitudes de mediación o denuncias a través de su sitio web www.supereduc.cl, sección “Atención Ciudadana”.
- En el mismo sitio, encuentre los datos de las oficinas dispuestas en cada región del país.

Apoyo psicológico y/o psiquiátrico

- Existen ocasiones en las que los hechos de agresión han sido tan intensos para los niños que, pese al cese de éstos, las consecuencias negativas del bullying podrían traducirse en un temor intenso a volver a vivir aquello que le causó tanto daño en algún momento de la vida. Las pesadillas, la negativa a ir al colegio, la agresividad o la sumisión y la sensación de re-experimentar continuamente el bullying pueden ser señales de que están necesitando ayuda psicológica para re-elaborar o darle un significado nuevo y adaptativo a los eventos traumáticos que vivieron.
- Solicite atención psicológica cuando aquello suceda y explíquelo a su hijo o hija que se trata de un proceso que le ayudará a sentirse mejor; forme parte usted también de ese proceso.
- Este tipo de atención puede acompañarse en algunos casos de atención médica cuando los síntomas son intensos y se requiere de una ayuda extra desde el uso de medicamentos para restaurar el equilibrio del organismo a nivel de estado de ánimo, control de ansiedad o favoreciendo un mejor sueño; de modo que la psicoterapia pueda realizar mayores y mejores cambios en la salud mental de los niños. Una vez alcanzados los objetivos terapéuticos trazados, paulatinamente la atención médica y psicológica comienzan a retirarse.
- Solicite ayuda en su establecimiento de salud más cercano o en el establecimiento educacional de su hijo, con el fin de conseguir atención de manera oportuna mediante el acceso a las redes de apoyo comunitarias.



Prevención del Bullying: Hablemos en la casa

Partamos considerando que lamentablemente sólo 1 de cada 4 niños le dice a su familia que está viviendo bullying, pues sienten miedo y vergüenza de contarlo. Por eso es importante hablar del tema, de modo que ellos y ellas sientan que existe en la familia un canal de comunicación abierto para hablar de todo tipo de temas, incluido el bullying.

Tenga en consideración que es normal que a veces le cueste hablar de este tema con sus hijos, que le resulte difícil encontrar el momento o la manera correcta de conversar. Sin embargo, por otro lado, es probable que sus hijos quieran hablar acerca del bullying, ya sea porque lo han vivido o porque han observado que otros compañeros se han visto afectados.

No dude de su capacidad para crear una atmósfera de confianza y de derribar los temores asociados a hablar con claridad acerca de las agresiones en la escuela. Para esos momentos, puede considerar lo siguiente:

- Tenga en cuenta que si su hijo o hija le habla de bullying, es porque es un tema que le afecta: una actitud de escucha incondicional puede ser un gran alivio para ellos.
- Comparta que los malos tratos en la escuela no deben ignorarse y que, si eso llega a pasar o está sucediendo, es necesario pedir ayuda.
- Entable una conversación con la disposición a escuchar, evitando juicios de valor y dejando hablar a los niños.
- Escuchar atentamente a sus hijos fortalece su autoestima, porque se dan cuenta que ellos son importante para usted.

Antes de terminar

Esperamos que esta guía haya sido de utilidad para ustedes, pues ganarle al bullying nos pide a todos y todas trabajar desde acciones pequeñas en el hogar hasta grandes aportes a la sociedad. Todo aquello que involucre el bienestar de los niños y las niñas es siempre un esfuerzo que vale la pena hacer. Y en ese trabajo, todos somos necesarios.

Los invitamos a visitar nuestro sitio **www.ganemoslealbullying.cl** para cuando necesiten ayuda o más información relacionada con el bullying y la sana convivencia escolar; allí les ofrecemos contenidos especializados para padres, profesionales y niños-adolescentes. También podrán responder nuestro “Test de Bullying”, revisar nuestras noticias, acceder a información actualizada en el tema y también ponerse en contacto con nuestro equipo; estaremos felices de saber de ustedes.

Descarguen nuestra aplicación “Ganémosle al Bullying” y sugieran también a sus hijos e hijas acceder a ella, con el fin de recibir nuestros recursos gratuitos.

¡Un afectuoso saludo y juntos Ganémosle al Bullying!

Referencias

- Cartoon Network, Plan Internacional, Organización de Estados Ibero-Americanos, World Vision (2013). Basta de Bullying - No te quedes callado. Información y actividades para estudiantes, educadores, madres y padres.
- Ganémosle al Bullying (2018). Conoce el movimiento Disponible en <http://www.ganemoslealbullying.cl/conoce>
- Ministerio de Educación Pública, Dirección de Vida Estudiantil – ME.P y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia - UNICEF (2015). Protocolo de actuación en situaciones de bullying. Disponible en <https://www.unicef.org/costarica/Documento-Protocolo-Bullying.pdf>
- Superintendencia de Educación (2018). ¿Qué es la Superintendencia? Disponible en <https://www.supereduc.cl/la-institucion/que-es-la-superintendencia/>
- Superintendencia de Educación (2016). Estadística de denuncias. Disponible en <https://www.supereduc.cl/wp-content/uploads/2017/07/Estad%C3%ADsticas-de-Denuncias-Reporte-Anual-2016.pdf>
- Trucco e Inostroza (2017). Las violencias en el espacio escolar. Disponible en http://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/41068/1/S1700122_es.pdf



World Vision
Por los niños