

¿CÓMO DETECTAR QUE UN CHICO O CHICA ESTÁ SUFRIENDO ACOSO?

(LA VIOLENCIA ENTRE IGUALES, PARTE 2)

María Isabel Serrano González

Directora del Seminario Alezeia. Médica. Madrona - Fuentemilanos. Segovia Rural



¿CÓMO DETECTAR QUE UN CHICO O CHICA ESTÁ SUFRIENDO ACOSO?

No hay nada que justifique una vida dañada.

En el número anterior contamos la 1ª parte del seminario, en la que reflexionamos sobre la realidad del acoso, las diferencias entre violencia y agresividad, y las formas de violencia. Continuamos el XXII Seminario de Alezeia "la violencia entre iguales" sobre los valores grupales en alza, sobre la situación de las víctimas, lo problemático del acoso entre iguales; y concretar qué consecuencias tiene y qué podemos y queremos hacer. Analizamos historias de chicos/as acosados/as, que fueron para nosotros altamente instructivas y movilizadoras. Analizamos valores a promover, actitudes a desarrollar, y cómo crear plataforma de valores donde los chicos y chicas puedan vivirlos y desarrollarlos.

1. EL CÍRCULO INFERNAL DE LA VIOLENCIA.

La violencia no es natural; es responsabilidad de quien la ejerce y no de la víctima que tiene además la necesidad de reparación para su recuperación.

Es un problema moral porque implica un sometimiento de la víctima que va diluyendo su identidad y pierde su dignidad.

Desaparece ante sí misma como persona. **El sometimiento crea una dependencia emocional de forma que las agresiones se pueden entender como costumbre o rutina.** Para quien lo padece, todo sometimiento, al nivel que sea, constituye un despojo de la dignidad; persiguiendo el objetivo de ser anulados como personas. Además es un problema social que nos concierne a todos. Hoy en nuestra sociedad actual estamos viviendo esta realidad como adultos porque hay otra violencia que es la del poder establecido, la de la falta de participación.

1.1. CONSECUENCIAS DEL ACOSO PARA LA VÍCTIMA.

Cambia el carácter de la víctima de forma significativa.

Distorsiona la realidad, le hace incapaz de percibir quien la quiere realmente, y quien no.

Chicos chicas de rendimiento alto que empiezan a bajar su rendimiento escolar.

No reconocimiento de lo que les ocurre, y la dificultad para establecer relaciones eficaces.

La mayoría de ellos y ellas desarrolla una depresión

Minimización del daño por parte de la víctima por mecanismo de defensa ante el sufrimiento, por lo que se retrasa su detección.

Soledad y silencio en torno a ellos y ellas. Miedo absoluto

Todo esto, son consecuencias del acoso y el maltrato. No es ni mucho menos que la víctima fuera de esta manera, es decir que tuviera "déficit para ser acosado/a".

2. OIGAMOS A LAS CHICAS ACOSADAS Y MALTRATADAS POR COMPAÑEROS Y COMPAÑERAS: SU TESTIMONIO.

- Me encerraba en casa. No me llamaba nadie. Sentía la lejanía de los amigos. Me encontraba sin energía, con un peso grande, desproporcionado sobre mi vida.
- No iba al colegio. Tenía terror los lunes. Me llamaban inútil. Siempre me dolía la cabeza, tenía diarrea o dolor abdominal. El lunes me cubría la tristeza. Los sábados estaba contenta para volver a caer en la tristeza, el lunes que empezaba con cefaleas, gastritis.

"Poco a poco se fue transformando hasta mi forma de andar. Mirada hacia el suelo, hombros caídos". Estos son signos de culpabilidad. El acosador o acosadora consigue que la víctima se sienta culpable. Uno de los mecanismos que tienen de hacer daño es correr rumores sobre la víctima. Rumores que ella padece sin saber qué es. Así, la víctima, va introduciendo

do dentro de sí, un sentimiento de rareza y extrañeza; inseguridad, desconfianza que van minando su capacidad de relacionarse; hasta que se consolida el aislamiento, que disimulan en la familia, y que en raras ocasiones contarán.

Así como la fiebre alerta la enfermedad, la irritabilidad siempre es una alerta sobre algo que está ocurriendo en ese/a niño/a y/o adolescente; y una llamada a la que tenemos que saber estar presentes

Habla otra chica:

“Sabes que estás sufriendo pero no te das cuenta de ese dolor. Me insultaban continuamente, y yo me aislaba cada vez más.

Al principio fue muy duro. Lo intentaba y fracasaba: yo quería enfrentarme, sobreponerme, pero me era imposible. Si me chivaba, ellos me castigaban más. La soledad era lo que más me dolía. Sentía que era inferior y que estaba aparte de todos los demás. Es muy duro”.

Hablan unos padres de niña fallecida por autolisis.

Era tímida y le costaba hacer amigos; además era ordenada y trabajadora. Tenía muy buenas notas. Pero el acoso llegaba hasta impedirle hacer sus necesidades fisiológicas: **Las amigas no la dejaban ir al baño.** No podía orinar en todo el tiempo que estaba en el colegio. La amenazaban si lo contaba a alguien. En el aula ocupaban los asientos para que ella no se pudiera sentar. Cada día se reían de ella. Era objeto de burlas y de llamadas de atención del profesor.

Un día decidió dejarnos ¡Es tanto malo lo que puede absorber una niña en un colegio!

A veces los profesores y profesoras se suman o potencian, o hacen la vista gorda a lo que está ocurriendo.

Escuchemos a otra chica víctima:

“En el colegio recibí humillaciones y vejaciones muy grandes. Cada día iba a más; recibía todo tipo de agresiones verbales y gestuales. También me golpeaban. Me encerré en mi casa. Tenía miedo de mí misma. Había acumulando tanta rabia dentro de mí, que había empezado a odiar el mundo. Empecé a tener miedo de la gente, miedo a subir al autobús. Estaba llena de miedos. Me sentía intimidada ante una persona a menos de 10 metros. Me sentía terriblemente sola; desarrollé un miedo a la soledad, a los golpes, a las

burlas. Vivía llena de angustia. Me hicieron creer que era inferior a los demás”.

Pero decidió luchar, y denunció.

Una de cada 4 escolares, según la OMS, sufre acoso escolar.

3. CÓMO DETECTAR EL MALTRATO. DIFICULTADES.

Hay un código de “honor” que respeta en el colegio todos los chicos y chicas: **No ser chivatos.** Existe una escala de valores en los que lo último que puedes hacer es chivarte. Por lo que, ante el maltrato se impone una cadena de silencio. La ley del silencio facilita la impunidad absoluta y es responsable del mantenimiento del problema, y de que surjan otros. **Además, la impunidad es el disolvente más fuerte de los valores que apoyan la convivencia.**

La posición de silencio, de mantener silencio, es culpable. Ver lo que está pasando y callar, te hace responsable también del problema. Por lo que el silencio es la gran dificultad para luchar contra esta lacra. Silencio que activa y ampara la impunidad

3.1. SEÑALES QUE ALERTAN EL MALTRATO: SIGNOS POTENTES DE QUE UN CHICO O UNA CHICA ESTÁ EN ESTA SITUACIÓN.

Cada persona es un mundo, Pero lo que vamos a decir a continuación, es lo más común:

- Bajo rendimiento escolar (cambio en el rendimiento y estilo comunicativo) es el indicador más importante.
- Falta de asertividad: (todos/as pasan y no se le escucha cuando habla o interviene en clase)
- Aislamiento
- Dificultad para concentrarse.
- Ansiedad. Depresión en el 75% de los que están sufriendo acoso.
- Se genera mucho rechazo a la persona que sufre maltrato.

El maltratador consigue lo que quiere: hacer sufrir a la persona, y esto no produce la calma en el acosador/a, y se para; sino que, cada vez va a más; y muchos tiene sus sicarios a sus órdenes.

- Genera mucha disociación en la víctima con pérdidas parciales de memoria; si con anterioridad, tenía problemas, estos se agravan.
- Sufren trastornos cognitivos, y estrés postraumático. Es frecuente en una consulta médica o pediátrica dolores genéricos, malestar genérico y apatía. Problemas gástricos y genitourinarios.

4. ¿QUÉ TENEMOS QUE CAMBIAR NOSOTROS PARA PODER AYUDARLES?

1. Es importante entender lo que ocurre porque si no lo sabemos, nos incapacita para ayudarles.
2. Conocer nuestros mecanismos personales para inmunizar e invisibilizar el problema para ponernos un velo en los ojos
3. Conocer nuestros mecanismos culpabilizadores de la víctima, que están presentes
4. Conocer las estrategias del agresor
 - Aislamiento de la víctima del contexto de protección: con amenaza e intimidación; con desvalorizaciones personales y humillaciones, insultos sutiles
 - La habilidad del maltratador impone su miedo y genera muchos rechazos de las personas del entorno, a la persona que lo sufre.
 - El agresor hace pequeñas concesiones que desorienta más a la víctima; le genera una gran ambigüedad que provoca en ocasiones una dependencia emocional, y carga de cul-



pabilidad a la persona que sufre la agresión. La mete en una verdadera indefensión que irá profundizando a lo largo del tiempo. En la "escuela" del maltrato la víctima aprende la indefensión. Por eso se mantiene y permanece el maltrato. Esta perversa habilidad hace que nosotros participemos también de ellas, culpabilizando a la víctima, separándonos de ellas, y desentendiéndonos del problema.

4.1. ¿COMO SE PUEDE PASAR POR ALTO EN LA ESCUELA, COLEGIOS E INSTITUTOS?

¿Como se puede pasar por alto todo esto en un contexto escolar, en un contexto familiar?

A los 10 años suele empezar ya el acoso. La edad de mayor prevalencia es la de 14 – 16 años

A los 11 años, en el instituto es más fácil acosar a los más pequeños. Hay mayor incidencia con el cambio de ley anterior al pasar los chicos y chicas más pequeños a los institutos,

A veces queremos no verlo, decía una maestra: Cuando los chicos o chicas nos dicen lo que está pasando, decimos "es cosas de niños"

Solo se ve lo que se piensa. Solo se piensa lo que se conoce. No pensamos en ello; nos es totalmente ajeno, o el velo de la costumbre y de la insensibilidad que genera, nos hace mantenerlo alejado de nuestras responsabilidades escolares, sanitarias o sociales.

"A veces no queremos preocupar a la familia; pero, pensándolo bien, lo que nos pasa es que no queremos comprometernos, y otras veces no sabemos qué hacer".

La sociedad actual impone unos modelos violentos de vida, en sus leyes, en sus instituciones, en sus relaciones. Proponen modelos de vida y de relaciones que excluyen a las personas. Nuestras instituciones no son inclusivas en sus actitudes y conductas. Ni siquiera en su forma de posicionarse ante la vida. No hay ninguna institución que se libre del "yo con éste o ésta no quiero que me identifiquen". "Estos/estas, al ostracismo y degradación" "Hacerle la vida imposible, invisibilizarle". "No dejarle hablar". "No hacerle caso". Se hacen circular mentiras sobre personas. "Desde las instituciones políticas, a las pandillas e chicos y chicas, pasando por la iglesia y las instituciones religiosas. Con-



cretándose en la escuela, en el lugar de trabajo, en la calle, en la familia, en el maltrato de género y/o los propios hijos.

"La maldad siempre triunfa si las personas buenas no hacen nada" decía un médico. ¿La solución? No es problema sólo de papá estado. Y otro constataba "ver como ha cambiado la conciencia social por hacer ruidos," Hay que moverlo desde fuera – decía – y colocarlo como problema social.

El acoso entre iguales en la escuela y fuera de ella, es un fracaso de la educación en el mundo escolar. Es un fracaso de la humanidad en su tarea de construir un mundo donde las personas puedan vivir con dignidad y decencia. La diversidad y la pluralidad son una riqueza humana. Nada puede justificar la violencia en un contexto de ordenamiento jurídico. **Tolerancia cero.**

5. ¿CÓMO LO ABORDAMOS? ¿CÓMO AYUDAMOS A QUIEN LO PADECE?

"Si no somos capaces de entender lo que ocurre, nos incapacita para ayudar; es como si estuviéramos viendo letras chinas", nos decía el ponente, Jesús Pérez, La relación de ayuda es un arte. Hay profesionales brillantes que esto no lo saben hacer. Pero este problema es poliédrico, y ALEZEA piensa que todos los esfuerzos, conocimientos, habilidades, pueden encajar en el abordaje de un problema. Apostamos siempre por una mirada plural sobre los problemas y por una acción inclusiva donde todos los esfuerzos se pueden coordinar. Hay profesionales con mucha capacidad para iluminar y analizar

los problemas. Hay otros, con mucha experiencia humana. Hay otros con mucho conocimiento del desarrollo infantil; sobre la violencia etc; Otros con mucha empatía. A todos hay que escucharles, aportando su visión y sus cualidades y aptitudes, para afrontar este problema del acoso entre iguales, en la escuela, y fuera de ella. No quiere esto decir que sea multiprofesional la intervención. En ALEZEIA creemos que es un problema de Salud Pública. Hay que hacerlo visible.

Ante un chico/a que está sufriendo este problema ¿qué puedo hacer yo como padre, madre, como profesor, como sanitario?

REGLA DE ORO:

No hacer reexperimentar la historia haciéndola contar ante diferentes profesionales, cosa que se viene haciendo en la mayoría de los programas de maltrato. Aparte de ser humillante. Este "paseo" por los despachos incita "al desorden del recuerdo en la historia vivida que cuentan" Y parece que mienten. Por lo que se genera desconfianza. Se les obliga a recordar una y otra vez. Se les obliga a meterse en su dolor y en su desamparo una y otra vez. Aparte de ser humillante el maltrato y el acoso, produce una confusión emocional y cognitiva por lo que es muy difícil la claridad para contar las cosas; pedimos cosas inútiles Los datos objetivos, los borra la víctima "en un olvido defensivo" para sobrevivir. Pero no mienten. Para recordar, tienen que ordenar ideas, y su situación emocional se lo impide.

Es indispensable identificar, desmascarar al acosador o acosadora para ayudarle a él también; y, para que inicie el proceso de restitución de la víctima; algo imprescindible, para la sanación de la víctima y del propio acosador, si queremos hacer frente con eficacia a este problema.

6. PROGRAMAS PREVENTIVOS E INTERVENCIÓN DIRECTA EN EL PROGRAMA.

- **Comprender y conocer.** Formación del profesorado en esta materia. El fracaso escolar es responsabilidad de la propia escuela, y es una consecuencia del maltrato y el acoso en muchas ocasiones.

Será un punto de reflexión –obligado ante el fracaso escolar. Para ello tiene que

estar en la mente del profesor/a como posibilidad. Exige mirar si prejuicio.

- **Trabajar espacios y tiempos.** Con los chicos y chicas.

Hay muchas esferas "tocadas" en la persona que sufre maltrato. Exige una **mirada multidisciplinar**. Y no me refiero a que esté presente un profesional de "cada esfera tocada", craso error que se comete con frecuencia. Mirada abierta a distintas reflexiones y propuestas.

Generar contextos para hablar y trabajar el respeto y las relaciones justas.

En este apartado hablamos y discutimos sobre el término de Tolerancia; y, nos parecía que encerraba un contenido de relaciones asimétricas, es decir "yo te tolero aunque seas diferente". La asimetría no es buena desde el punto de vista educativo, porque puede acentuar la inferioridad de unos con respecto a la supuesta superioridad de otros. Puede ser un mensaje ambiguo. Tolerar es un término que indica una condena implícita. Si decimos que toleramos a los que son diferentes, no estamos en la realidad de la diversidad que realmente somos. Y esto no solo no es educativo, sino que no es sano.

Es mejor educar para aceptar a las personas como son, y aprender a aceptarte tú y que te acepten también a ti. Las personas y la vida, no las conductas. Aceptar es acoger incluso sin estar de acuerdo. Rechazo total a las relaciones de violencia

EN ESCUELAS, COLEGIOS E INSTITUTOS:

Generar prácticas educativas para:

- Facilitar el crecimiento de capacidades secuestradas en las personas que son víctimas del acoso. Ayudar a liberar esas capacidades, y para ello tenemos que ofrecer el marco adecuado donde se evite la hiper protección; se ayude a ser fuerte... y no se re-victimice.
- Ofrecer esperanza de que los puedes ayudar a vivir una vida digna. En esto estamos todos implicados: familia, mundo educativo y sanitario. "Los que no creen que van a llegar, es fácil que no lleguen"
- Presencia y mano tendida. Presencia personal y profesional que genera seguridad, es vital para las personas que están sufriendo. Que nosotros estemos, aunque no podamos hacer nada, calma mucho

- Ayudar a nombrar lo que está ocurriendo. **El problema del sufrimiento por el acoso es que la víctima se instala en la percepción, pero no en la conciencia.** En el momento que le pones nombre al problema, se abre un camino a la conciencia; entonces es cuando empieza afrontarlo con realismo.

- **Dar seguridad y empatizar** con las posibles víctimas. Identificar amenazas a través del interés mostrado, preguntando ¿Qué es lo que te preocupa? ¿Qué es lo que llevas peor en el colegio? ¿En qué te puedo ayudar? Es fácil que te encuentres de respuesta un NO SE. No me pasa nada. Bueno, pues aquí estoy con tigo. Mano tendida y esperar activamente a que el, ella, hable.

- Ante una víctima. No olvidar que la víctima habla en la misma cultura que la del agresor; por lo que tiene que desaprender lo que ha aprendido: el binomio dominio – sumisión; el binomio vejaciones – indignidad, que llevan a frases como: "esto me hacen; yo me lo he buscado"

- Es un proceso que lleva tiempo; es muy difícil moverlos hacia el futuro, cuando el mensaje más claro es que tú, la víctima, (esto es válido para todas las víctimas de maltrato) no tienes ningún futuro. Es muy difícil para la víctima (con la culpabilidad que le ha cargado la experiencia del maltrato o acoso) entender, que ella, la víctima, no es responsable del acoso. Pero SI es responsable de hacerse fuerte o débil, de poder convertir la experiencia en algo muy impórtate en su vida. Convertir la

dificultad en un reto. Es decir, no dejarle que se victimice ella.

- **Dar responsabilidades.** La responsabilidad da alas. Sentirse con responsabilidad, significa que creen en ti y que esperen tus respuestas, que eres "alguien". Que tú también construyes la vida, que eres necesario/a y que importas.

El ejercicio de responsabilidad construye la confianza, actitud que dinamiza la vida y que garantiza la salud mental. La responsabilidad genera la confianza básica, piedra angular de la madurez.

Por lo que hay que enseñar, ayudar a responder a los retos y a las dificultades de la vida. Apoyar las iniciativas de estos/as chicos/as. Es todo un campo de experiencias nuevas que no necesita asignaturas nuevas. Necesita una mirada comprometida y concernida de los adultos con este problema grave del acoso entre iguales: el maltrato entre chicos y chicas dentro y fuera de la escuela.

Es muy difícil resumir la gran riqueza expresiva, de compromisos y de ideas que compartimos, y todo lo que aprendimos. En otra ocasión trataremos de asuntos muy importantes que fueron saliendo como tema transversal dentro de este problema: El lenguaje como violencia, y la exposición continua al dolor y sus consecuencias de muchos de los profesionales que trabajamos en esto.

Reiteramos la solicitud de protección legal en todos los ámbitos y declaración de problema de salud pública. Escribimos a la Ministra de Sanidad y nos contestó (ver en: twitter.com/alezeia_eps y en facebook.com/alezeiaeducacionsalud)

