



**Universitat de les
Illes Balears**

Títol:

Kiva en contra de l'assetjament escolar

NOM AUTORA:

Cristina Garrido Carmona

Memòria del Treball de Final de Màster

Màster Universitari de Formació del Professorat

Especialitat Orientació Educativa

de la

UNIVERSITAT DE LES ILLES BALEARS

Curs Acadèmic 2015-2016

Data: Juny 2016

Nom Tutor: Pere Alzina Seguí

Signatura de l'autora:

Signatura Tutor:

RESUM

L'assetjament escolar és qualsevol actitud agressiva, intencionada i repetida, que succeeix sense motivació evident, adoptada per un o més estudiants contra un altre o altres. Es tracta d'un problema greu instal·lat a les nostres aules i amb poca consciència social fins el dia d'avui.

Les xifres que presenta Espanya estan per damunt de la mitja dels altres països europeus. Per tant, ens trobem amb un nombre significatiu de casos que demanen mesures de prevenció i actuació per combatre l'assetjament escolar.

Per tal que es puguin prevenir i tractar els casos d'assetjament escolar, és important focalitzar esforços en plantejar estratègies, programes o guies per als docents i pares. Així, aquest treball pretén fer un recull d'aquells programes millor valorats i avaluats de manera que serveixi com a eina d'informació.

La proposta principal d'aquest treball per fer front a aquesta problemàtica és el programa Kiva, desenvolupat a Finlàndia, basant-se en la prevenció de l'assetjament escolar a les escoles d'educació primària. Utilitzant activitats dinàmiques i participatives juntament amb videojocs per reforçar aquests conceptes apresos. La seva eficàcia es basa en el canvi d'actituds i l'actuació dels alumnes que no son ni víctimes ni assetjadors, recolzant a la víctima en lloc de fomentar l'assetjament.

Es posa de manifest la importància de l'educació emocional tant a la llar com a les escoles per poder reduir les taxes d'assetjament, donant suport tant a les víctimes com als assetjadors. I fent un seguiment posterior als conflictes per comprovar si realment el problema ha desaparegut o encara existeix amb els mateixos alumnes.

PARAULES CLAU

Assetjament escolar, educació emocional, prevenció, programa Kiva, violència escolar.

RESUMEN

El acoso escolar es cualquier actitud agresiva, intencionada y repetida que sucede sin motivación evidente, adoptada por uno o más estudiantes contra otro u otros. Se trata de un problema grave instalado en nuestras aulas y con poca conciencia social hasta el día de hoy.

Las cifras que presenta España están por encima de la media de los demás países europeos. Por tanto, nos encontramos con un número significativo de casos en nuestras escuelas que piden medidas de prevención y actuación para combatir el acoso escolar.

Para que se puedan prevenir y tratar los casos de acoso escolar, es importante focalizar esfuerzos en plantear estrategias, programas o guías para los docentes y padres. Así, este trabajo pretende hacer una recopilación de aquellos programas mejor valorados y evaluados de manera que sirva como herramienta de información.

La propuesta principal de este trabajo para hacer frente a esta problemática es el programa Kiva, desarrollado en Finlandia, basándose en la prevención del acoso escolar en las escuelas de educación primaria. Utilizando actividades dinámicas y participativas junto a videojuegos para reforzar los conceptos aprendidos. Su eficacia se basa en el cambio de actitudes y la actuación de los alumnos que no son ni víctimas ni acosadores, apoyando a la víctima en lugar de fomentar el acoso.

Se pone de manifiesto la importancia de la educación emocional tanto en el hogar como en las escuelas para poder reducir las tasas de acoso, apoyando tanto a las víctimas como a los acosadores. Y haciendo un seguimiento posterior a los conflictos para comprobar si realmente el problema ha desaparecido o aún existe con los mismos alumnos.

PALABRAS CLAVE

Acoso escolar, educación emocional, prevención, programa Kiva, violencia escolar.

SUMMARY

Bullying is any aggressive, deliberate and repeated attitude without apparent motivation, adopted by one or more students against another or others. It is a serious problem in classrooms and widely spread without any social conscience to this day.

The rates presented by Spain are above the average of other European countries. Therefore, we have a significant number of cases in our schools that require preventive measures and action to treat bullying.

In terms of preventing and treating cases of bullying, it is important to put our efforts into developing strategies, programs and guidelines for teachers and parents to help preventing these acts inside and outside schools.

Several best practices are available to prevent bullying. Amongst these, the Kiva program, developed in Finland and based on the use of dynamic and participatory activities similar to video games to instill the concepts taught is one of the most interesting.

Its effectiveness is based on changing attitudes and behavior of students who are not bullies or victims, supporting the victim instead of encouraging bullying.

It highlights the importance of emotional education both at home and at school to reduce rates of bullying, supporting victims and bullies. The program is also interested in the period after the conflict to verify if the problem still exists between the students.

In this project a selection of the best practices to prevent bullying is made in an effort to provide a support tool to teachers and carers. Furthermore the Kiva program is discussed in greater details due to its relevance and effectiveness and proposed as one of the best solution to tackle bullying.

KEY WORDS

Bullying, emotional education, prevention, school violence, Kiva program.

ÍNDEX

1. Objectius del treball.....	6
2. Justificació del tema.....	8
3. Estat de la qüestió.....	10
3.1. Tipus d'assetjament escolar.....	10
3.2. Algunes xifres.....	11
4. Perfil de l'alumnat.....	14
4.1. Perfil de l'agressor.....	14
4.2. Perfil de la víctima.....	15
4.3. Perfil dels espectadors/testimonis.....	16
5. Desenvolupament de la proposta.....	17
5.1. Contextualitzant.....	18
5.2. El Programa Kiva.....	19
5.3. Proposta d'implantació.....	28
5.4. Altres programes <i>anti-bullying</i>	32
6. Conclusions.....	34
7. Referències.....	38
8. Bibliografia.....	40
9. Annexos.....	42
9.1. Els centres educatius.....	42
9.2. Formació com <i>Kiva Trainers</i> :.....	43
9.3. Guia Kiva per als pares:.....	44

1. Objectius del treball

Aquest treball té per objectiu principal fer visible la necessitat de crear i establir propostes d'actuació i/o protocols per a l'assetjament escolar a partir de l'etapa primària. Posa de manifest el fet que treballar amb una implicació i participació conjunta del professorat i els alumnes donaria un gir important a les respostes tradicionals que es vénen donant a les aules per combatre l'assetjament escolar.

La comunitat educativa s'ha de formar en matèria de prevenció de l'assetjament escolar per tal de poder informar a la societat en general sobre una realitat que s'ha de combatre des dels diferents fronts com és la violència escolar amb totes les seves connotacions, en particular el fenomen del *bullying*. S'ha de promoure la cultura de la denúncia i atendre de manera pertinent els casos d'intimidació psíquica i/o física permanent entre els alumnes a les escoles.

Cal, per tant, un canvi en l'actuació i la percepció de la realitat de l'assetjament escolar que comença per implicar a tota la comunitat educativa en el transcurs dels anys d'escolaritat, incorporant programes de prevenció i proporcionant als alumnes les eines per poder tenir una actitud proactiva i ser partícip d'aquestes respostes al problema de l'assetjament escolar.

Amb aquest treball es vol demostrar que amb unes propostes de prevenció i actuació basades en el treball per programes en les diferents etapes de l'educació es pot aconseguir i pot donar molts beneficis a curt, mig i llarg termini. D'aquesta manera, no només es treballaran conceptes que per als alumnes són difícils d'identificar, sinó que també pot fer que aquests desenvolupin tot un seguit de capacitats que són requerides per viure en societats cada vegada més globalitzades com les d'avui en dia, com són el treball en equip, capacitat resolutiva, identificar les situacions i posar-les nom, normes de comportament en societat, entre d'altres.

Concreció dels objectius:

1. Conèixer en profunditat la realitat de l'assetjament escolar i a quines societats i/o zones és més freqüent.
2. Analitzar el perfil dels alumnes que són víctimes, agressors i testimonis.
3. Indagar en les respostes d'actuació que es vénen donant als centres educatius en aquestes situacions, així com el professorat que intervé i l'eficàcia d'aquestes.
4. Plantejar un canvi d'actuació focalitzat en la prevenció i formació de professorat i alumnes des de l'etapa primària, de manera que es treballi conjuntament per a la detecció ràpida dels possibles casos d'assetjament escolar a l'aula. Presentant el Programa Kiva com a proposta d'intervenció per a l'assetjament escolar.
5. Esmentar altres programes exitosos contra l'assetjament escolar.

2. Justificació del tema

El fenomen del *bullying* ha existit sempre en els centres escolars, però cal destacar que, en els darrers anys, els casos d'assetjament escolar estan augmentant considerablement segons avisen organitzacions com la OMS i la ONU (veure: Organización Mundial de la Salud (2003): Informe mundial sobre la violencia y la salud, Ginebra, OMS; i Revista Iberoamericana de Educación. N.º 38 (2005), pp. 13-32). Es pot considerar aquest augment com un reflex de la violència generalitzada que existeix a tota la nostra societat, donant nens víctimes del clima de violència que es viu a la població, ja sigui pel que veuen a casa, a la societat, la televisió o els mitjans de comunicació, generant nens violents.

S'ha de posar èmfasi en la manera que gestionem la comunicació efectiva a la llar amb els menors i, sobretot, des del nucli familiar fer un esforç en educar en emocions i habilitats socials per tal que els menors desenvolupin habilitats d'auto-regulació per conviure amb ells mateixos i en societat.

A l'estat espanyol aquest fenomen es va mediatitzar arran del suïcidi de l'adolescent basc Jokin Cebeiro el 2004. Aquest fet va motivar en part el nombre de casos que es van denunciar i fer públic en els anys següents. Segons les dades de l'informe Cisneros X (Oñate Cantero, Araceli. Piñuel y Zabala, Iñaki. 2006) a Espanya s'han produït vuit suïcidis en els darrers onze anys.

2004 - Jokin Cebeiro, 13 anys

2005 - Cristina Costa, 16 anys

2012 - Mónica Jaramillo, 16 anys

2013 - Carla Díaz, 14 anys i Daniel Peña, 19 anys

2014 - Saray Mondragón, 13 anys

2015 - Arancha, 16 anys i Diego González, 11 anys

Tractant-se d'un problema malauradament molt present a les aules, i amb pocs recursos fins el moment, he volgut indagar-hi des d'un punt de vista pedagògic, a on, a més de documentar la realitat actual del *bullying*, pugui donar a conèixer els processos de prevenció i actuació que s'estan aplicant amb més percentatge d'èxit arreu del món. Tot i que és un tema de gran actualitat i

moltes vegades es recull a la premsa, no hi ha un protocol d'actuació o unes mesures generals per combatre'l. Així que l'elecció del tema té un clar objectiu d'ajuda informativa i de donar a conèixer possibles models o programes d'actuació a tots aquells docents que vulguin intervenir en aquests tipus de conflicte que de cap manera podem passar desapercebuts.

3. Estat de la qüestió

El *bullying* és un terme encunyat per Olweus al 1980 i és una forma específica de maltractament entre escolars, és a dir, es dona entre iguals, i es caracteritza per quatre elements: no és un esdeveniment puntual sinó que hi ha reiteració, hi ha la intencionalitat d'algú o d'un grup d'anar contra un altre, la víctima està indefensa i és un fenomen de grup. En un sentit general ho podem definir com un abús sistemàtic de poder en les relacions interpersonals.

No és un fenomen nou i es dona en tots els contextos socioculturals, tot i que n'hi ha que l'afavoreixen més, com ara escoles massificades o amb pocs espais supervisats.

3.1. Tipus d'assetjament escolar

Les diferents investigacions recullen l'existència de sis tipus d'assetjament escolar:

Tipus	Descripció
Físic	Conductes dirigides contra el cos; cops, empentes.
Verbal	Conductes com insults, mal noms, calúmnies, burles.
Social	Conductes d'aïllament a l'estudiant del grup; marginació.
Psicològics	Afecten l'autoestima, generant inseguretats i por.

Font: (García-Maldonado, Joffre-Velázquez, Martínez-Salazar.G, & LlanesCastillo.A, 2011; pàg. 120).

És important indicar que cada una de les formes d'assetjament té un component psicològic implícit. Hi ha altres autors com Smith el 2006, que utilitza aquest terme per fer menció als avenços tecnològics, instruments com ara internet, els mòbils, i l'ús deliberat de les xarxes socials i la missatgeria instantània que han ocasionat un ràpid desenvolupament de l'assetjament fent ús d'aquestes eines:

✓ **Ciberbullying:** Acte agressiu i intencionat dut a terme de manera repetida i constant al llarg del temps, mitjançant l'ús de formes de contacte electròniques per part d'un grup o d'un individu contra una víctima que no pot defensar-se fàcilment.

✓ **Dating violence:** assetjament entre parelles d'adolescents, on predomina el xantatge emocional. És considerat com l'avantsala de la violència de gènere.

La víctima sol acabar acceptant que és un mal estudiant, un mal company, i desenvolupant sentiments de culpa i baixa autoestima, així com una introversió social que l'aïlla més del seu entorn.

3.2. Algunes xifres

Les dades poden variar segons la font i sobretot l'enfocament utilitzat a l'hora d'analitzar el fenomen. Per tant, es tindran en compte a mode d'indicadors sobre la realitat del problema.

✓ A Espanya: s'estima que un 1'6 % dels infants i joves estudiants pateixen aquest fenomen de manera constant i que un 5'7% ho viuen esporàdicament. El total a Espanya es troba en un 23'3% d'afectats, trobant diferències en la taxa d'assetjament escolar en funció del sexe. Així, trobem que l'assetjament entre els nens és d'un 26'8% vers la taxa d'assetjament entre les nenes que es troba en un 21'1%. Un 8'5% de les nenes ha patit ciberassetjament vers al 5'3% dels nens. I els nens son més entre els agressors 6'3% en comparació amb el 5'5% de les alumnes. Segons l'informe Cisneros X (Oñate Cantero, Araceli. Piñuel y Zabala, Iñaki. 2006), el més complert realitzat per la Unió Europea, recull també algunes dades positives: tres de cada quatre nens víctimes de l'assetjament escolar no es converteixen de la mateixa manera en assetjadors i en el 20% dels casos són els seus companys els que denuncien aquestes conductes.

Jose Antonio Luego, especialista en psicología educativa y experto en atención temprana e intervención en centros educativos problemáticos, ahonda en la importancia de este porcentaje, que trasladado por ejemplo a la Comunidad de Madrid supondría entre 13.000 y 14.000 niños víctimas de este acoso,

denominado *bullying*.” (Agencia, Efe. 24 de septiembre de 2015; pág. 1. Diario El Mundo).

Espanya es troba a la meitat de la llista dels 14 països en els que s'han realitzat investigacions; els països del nord destaquen per una baixa incidència del fenomen a les escoles i els països de l'est d'Europa encapçalen la llista. Les dades també ens duen a que els alumnes de 3r d'E.S.O són els que més pateixen i exerceixen l'assetjament escolar, i segons la gravetat podem parlar de casos greus (l'1'8% dels casos), moderats (el 10%) o lleus (el 50%).

✓ A Catalunya: Les últimes xifres de la Generalitat de Catalunya apunten a un lleuger descens dels casos d'assetjament escolar en un període de 10 anys. “L'estudi Joventut i seguretat a Catalunya, elaborat el 2000-2001, va concloure que afectava el 13% de la població escolar d'entre 12 i 18 anys, mentre que quan es va repetir el curs 2011-2012 es va obtenir que el patien el 10,4% dels escolars.” (Font, R. 3 de gener de 2015; pàg. 1. Diari Ara Catalunya).

Més recentment, el 2014, un estudi del treball final del màster interuniversitari de criminologia de la UOC fet per Ariadna Boldú mostra que “un 20% dels joves catalans han estat víctimes d'assetjament escolar”, i que d'aquests, un 25% també ha patit ciberassetjament en algun moment.

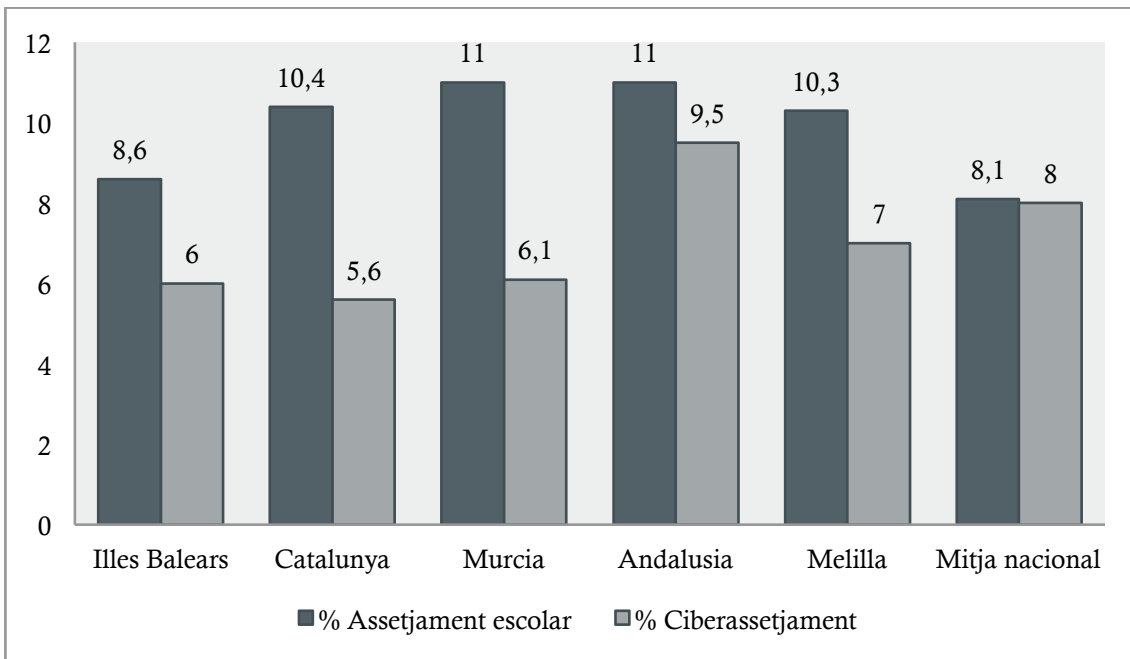
✓ A les Illes Balears: Segons l'estudi Yo a eso no juego: Bullying y ciberbullying en la infancia, elaborat per Save The Children el febrer del 2016 Balears és una de les comunitats amb major percentatge de nens víctimes d'assetjament escolar i violència.

En concreto, Balears se sitúa como la segunda comunidad con mayor porcentaje de niños víctimas de violencia, con el 4,1 por ciento, solamente superada por Andalucía, con el 6 por ciento.

Por otro lado, se sitúa como la tercera con mayor porcentaje de alumnos víctimas de acoso, con el 8,6 por ciento (acoso ocasional) y el 2 por ciento (acoso frecuente).

Asimismo, el informe pone de relieve además que Balears es también la tercera comunidad con mayor porcentaje de ciberacoso, con el 6,1 por ciento. (Press, Europa. 18 de febrer de 2016; pàg. 1. Diari Menorca).

Per comunitats autònomes, Múrcia (11%), Andalusia (11%), Melilla (10,3%) i Illes Balears (8'6%) es troben als primers llocs de prevalença d'assetjament escolar i són les úniques per damunt de la mitjana nacional, que està en el 8'1%. En matèria de ciberassetjament destaca Catalunya, amb una incidència del 5'6% que arriba al 9'5% a Andalusia, al 7% a Melilla, al 6'1% a Murcia i al 6% a Balears.



Dades extretes de: (Press, Europa. 18 de febrer de 2016; pàg. 1. Diari Menorca).

L'informe destaca similituds entre els agressors i les víctimes quant a trets de personalitat. Conclou que es tracta de nens amb un menor nivell d'autoestima que qui no es veu involucrat en aquestes situacions, presenten menys habilitats socials, comunicatives i de resolució de conflictes.

4. Perfil de l'alumnat

Generalment, quan parlem de *bullying* tenim tendència a pensar que aquest es dóna en zones menys afavorides i, en conseqüència, el nivell de conflicte es major; però el cert és que el *bullying* es fa notar en qualsevol context, ja que no entén de distincions socials o de sexes. Aquest fenomen es dóna igual entre nens i nenes, tot i que el perfil d'assetjador destaca en el sexe masculí.

4.1. Perfil de l'agressor

Olweus senyala que l'agressor és aquell alumne que victimitza al company, generalment amb major força física en comparació a les víctimes, i provocant el respecte dels altres (Collell, J.; Escudé, C. 2006; pàg. 9). Solen tenir manca de llaços familiars i estar poc interessats per l'escola, presenten un temperament agressiu e impulsiu, amb deficiències en habilitats socials per comunicar i negociar els seus desitjos, i se li atribueix falta d'empatia cap a la víctima i falta de sentiment de culpabilitat. "Es distingeixen dues tipologies d'agressor, el predominant dominant, amb tendència a la personalitat antisocial, relacionada amb l'agressivitat proactiva, i la segona el predominantment ansiós, amb baixa autoestima i nivells alts d'ansietat a l'agressivitat reactiva" (Collell, J.; Escudé, C. 2006; pàg. 10).

Olweus defineix tres perfils d'agressor:

- ✓ L'actiu, que maltracta personalment, establint relacions directes amb la víctima.
- ✓ El social-indirecte, que a vegades dirigeix el comportament dels seus seguidors als que indueix a actes de violència i persecució.
- ✓ Els agressors passius, que participen com a seguidors de l'agressor, però no agredeixen.

L'agressor sol tenir poca consciència moral sobre els seus actes i desenvolupa una gran capacitat d'auto-exculpació sobre els fets que protagonitza. Demuestra molt poca comprensió cap els sentiments de les seves víctimes i no tenen sentiments de culpabilitat. No són capaços de controlar la seva ira, per tant, les

relacions amb els altres són sempre una font de conflictes i d'agressions.

4.2. Perfil de la víctima

Característiques com la inseguretat, ansietat, tranquil·litat i timidesa són freqüents en aquests estudiants. Avilés menciona que una excessiva protecció paterna genera nens dependents i aferrats a la llar, trets que caracteritzen les víctimes. “Es distingeixen tres tipus de víctimes, la víctima clàssica, és aquell alumne ansiós, insegur, dèbil, amb poca competència social. La segona víctima és la provocativa, que presenta un patró conductual similar als agressors reactius, amb falta de control emocional i que segons els factors contextuais poden assumir el rol d'agressor-víctima. El tercer tipus és el de víctima inespecífica que és aquella persona que és vista com diferent pel grup i aquesta diferència la converteix en objectiu” (Collell, J.; Escudé, C. 2006; pàg. 10). Es manifesta l'existència de dos tipus de víctimes, la activa o provocativa, que sol exhibir els seus propis trets característics, combinant un model d'ansietat i de reacció agressiva, la qual és utilitzada per l'agressor per excusar la seva pròpia conducta. La víctima provocativa sol actuar com agressor mostrant-se violent i desafiant. Solen ser alumnes que tenen problemes de concentració i tendeixen a comportar-se de forma tensa. A vegades solen ser caracteritzats com hiperactius, i el més habitual és que provoquin reaccions negatives en gran part dels seus companys.

Per a les víctimes, pot resultar molt estressant ser objecte d'abús, no només pel que suposa mal físic i psicològic, sinó també pel mal moral que els provoca la humiliació per ser considerat dèbil i marginat. La víctima, plena de temors, intenta dissimular-los per un sentiment de vergonya, i moltes vegades percep com a causa la seva escassa capacitat per enfrontar-se a les relacions interpersonals. La seva autoestima es devalua i la imatge de si mateix es deteriora, s'aïlla cada vegada més, el que acaba afectant el seu rendiment escolar. Les víctimes d'assetjament solen esser nens que demostren poques habilitats socials per relacionar-se i defensar la seva pròpia integritat física i psicològica. Són més ansiosos e insegurs que els seus companys i solen tenir una aparença menys forta.

4.3. Perfil dels espectadors/testimonis

Els espectadors són aquells que inhibeixen l'ajuda, i a més fomenten la participació i continuïtat dels actes de violència entre iguals; ells coneixen la problemàtica però per por a formar part del rol de víctimes guarden silenci, moltes vegades s'afegeixen a les agressions i arriben a amplificar el progrés.

Olweus ha interpretat la falta de suport dels companys cap a les víctimes com el resultat de la influència que els agressors exerceixen sobre els altres, fet que és molt freqüent en aquests problemes; la por a ser inclòs dins del cercle de les víctimes i convertir-se en la diana de les agressions, és el que impedeix que els espectadors facin alguna cosa en benefici de les víctimes.

La por d'arribar a ser objecte de violència és molt negativa des del punt de vista psicològic i moral. S'aprèn a no implicar-se, a passar per damunt d'aquests injusts successos i a callar davant del mal dels altres. Però els efectes del silenci no sempre deixen tranquil a qui sap que és immoral el que succeeix, junt amb la por, apareix el sentiment de culpabilitat, i així, els efectes de l'abús i la violència s'amplien més enllà dels seus protagonistes.

El denominat cercle de l'assetjament escolar, descriu el rol de cadascun dels participants del grup d'alumnes implicats en aquest tipus de fenòmens, definint posicions des de l'agressor al defensor de la víctima, els espectadors que mostren el seu suport però no intervenen, o els possibles defensors, etc.

5. Desenvolupament de la proposta

I quina és la implicació dels centres educatius en el problema del *bullying*? Després d'aprofundir un poc més en el fenomen de l'assetjament escolar i conèixer algunes dades sobre la freqüència d'aquest al nostre país i concretament a la comunitat autònoma de les Illes Balears, ens adonem de que no existeixen protocols de prevenció ni actuació establerts per als centres educatius. Per tant, ens trobem amb un buit pel que fa a la informació sobre aquest tema.

També és cert que a la nostra comunitat es volen implantar mesures i/o recomanacions d'actuació a partir del curs 2016 per combatre el *bullying* per part de la Conselleria d'Educació, fent un seguiment de recollida d'informació per part de l'Observatori per a la Convivència Escolar. (veure: <http://dbalears.cat/balears/2016/01/03/288156/els-centres-educatius-aplicaran-protocols-sobre-bullying-transsexualitat.html>). Però tot i així, consider que no són suficients, ja que hi falten esforços i mitjans en matèria de prevenció en tots els tipus d'assetjament escolar.

D'aquesta manera, fent una recerca sobre els supòsits millors sistemes educatius, com el de Finlàndia, i els seus programes i/o protocols per combatre el *bullying*, ens trobem amb un exitós programa anomenat Kiva.

Aquest país escandinau sempre apareix liderant les primeres posicions de l'informe Pisa, que mesura la qualitat educativa en més de 60 països. Més de la meitat dels països amb millor compliment són europeus (alguns asiàtics, com Corea del Sud, també estan al capdavant) i Finlàndia lidera en diferents aspectes.

Històricament ha sigut un dels països industrialitzats amb una taxa de desenvolupament econòmic més elevada, i en les últimes dècades ha ofert una imatge de país avançat, lligat a la innovació i al desenvolupament tecnològic, amb gent qualificada i molt treballadora.

Podrem pensar que les excel·lents bases educacionals d'aquest país nòrdic van ser els fonaments per a què la implementació d'aquest programa funcionés a la perfecció. Però la veritat és que Kiva va ser la resposta a una situació d'emergència i violència que estava vivint Finlàndia abans d'adoptar-lo.

5.1. Contextualitzant

El novembre del 2007, un jove de 18 anys va irrompre a la seva escola en la localitat de Jokela i va matar vuit persones abans de suïcidar-se. Però just un any després, a l'oest del país, un altre jove de 22 anys va disparar a 10 persones i després es va suïcidar. Ambdós successos violents van fer despertar les autoritats d'un país que a principis dels noranta ja registrava una de les taxes de suïcidi adolescent més altes del món.

Després d'aquests successos el govern finès va començar a augmentar els fons per estudiar el problema de l'assetjament escolar com una de les principals causes de suïcidis i comportaments violents.

“Finlàndia encara és als primers llocs dels rànquings mundials en nombre de suïcidis. El 2013 va ser de 16,3 per cada 100.000 habitants.

Una de les causes d'aquests comportaments violents és el problema d'alcoholisme que pateixen els finlandesos, conseqüència de la seva cultura individualista i orientada a la feina; provocant un profund aïllament emocional.” (Marmol, N. Corso, J. 13 de desembre de 2015; pàg. 1. Diari Ara Catalunya).

Però l'alcoholisme no és l'única causa, el clima i la manca de llum solar afecten directament a l'estat d'ànim de la població, que sovint desemboquen en profundes depressions. L'alcohol passa a ser l'única via d'escapament per a la repressió dels sentiments i emocions, rebent una falsa percepció d'alliberament a les seves rutines diàries.

Per tant, beure alcohol s'ha convertit en gairebé el principal mitjà de socialització a Finlàndia. I també una de les raons a l'hora d'explicar la violència a les aules, inherents als problemes amb l'alcohol. Aquest fet s'agreuja quan l'alcoholisme està acceptat socialment i es veu amb bons ulls el fet de beure cada cap de setmana. Així que aquest problema passa a no estar considerat un mal comportament per als finlandesos.

El primordial a l'hora de combatre l'assetjament escolar era una clara perspectiva de prevenció i educació emocional dels nens, donant resposta als problemes de fons de la societat; i dissenyant l'actual programa Kiva *anti-bullying* per reduir les elevades xifres de suïcidi i violència entre els estudiants.



5.2. El Programa Kiva

Kiva prové de la paraula finlandesa (Kiusaamista Vastaa) que significa en contra de l'assetjament escolar. És un programa que promou les habilitats socials, basat en la investigació per prevenir i combatre l'assetjament a les escoles. Es va desenvolupar a Finlàndia, amb el finançament del Ministeri d'Educació i Cultura d'aquest país per l'equip de Christina Salmivalli, professora al Departament de Psicologia de la Universitat de Turku. Durant els darrers 25 anys s'ha dedicat a la investigació del *bullying* i *ciberbullying* i la seva prevenció. Ha publicat nombrosos articles, capítols de llibres i llibres sobre les relacions entre iguals i la intimidació, tots ells amb una gran repercussió en l'àmbit científic i aplicat. Al següent enllaç trobareu una breu entrevista en vídeo realitzada a Christina Salmivalli per Inmaculada Cobo del diari El Mundo: <http://www.elmundo.es/espana/2015/05/14/5553912ce2704e2e7c8b4581.html>

El programa es va crear el 2006, però no es va implantar fins el 2009 al 90% de les escoles finlandeses i ja s'ha exportat a més de deu països: Holanda, Regne Unit, França, Bèlgica, Luxemburg, Nova Zelanda, Suècia, Itàlia, Estònia, Sudàfrica i Estats Units entre altres. En procés d'implementació estarien: Argentina, Chile, Mèxic i Espanya.

La seva eficàcia es basa sobretot en el canvi d'actituds i actuació dels alumnes que no són víctimes ni agressors que estan en contra de l'assetjament escolar i donen suport a la víctima. Facilita als alumnes el domini d'habilitats socials i la interiorització de principis actitudinals per a la convivència.

The programme promotes social skills, such as making friends, to support and protect a child from victimisation (Hanish et al., 2005). Providing bullied pupils with friendship skills reduces their risk of being bullied and increases the likelihood of their being accepted, and for other children it increases their empathy for their bullied peers (Pelegrini, 2002). Empathy provides children with the foundations for friendships, conflict resolutions and social responsibility. Pupils possessing higher levels of empathy are typically more socially skilled,

liked by their peers, and less aggressive Font: (Hutchings, Judy. Clarkson, Susan. 2015; page 52).

✓ **Com funciona:**

Aquest programa es centra en tres eixos principalment, en base als quals desenvolupar els objectius:

- A nivell d'escola, l'objectiu del programa Kiva és oferir al personal escolar informació bàsica sobre l'assetjament escolar i les seves formes d'abordar-lo i aconseguir que el personal es comprometi.
- A nivell de classe, la meta és influir sobre els estudiants per a què, en lloc d'acceptar silenciosament la situació d'assetjament o incitar als assetjadors, recolzin a la víctima i transmetin així que no accepten les pràctiques abusives. També aprofiten el lideratge positiu d'altres companys dins el grup per fer que la víctima es senti millor i per protegir a la víctima d'altres atacs.
- A nivell dels estudiants, el propòsit és abordar els casos greus d'assetjament d'una manera efectiva. Això sempre inclou una discussió de seguiment per comprovar que la situació ha canviat.

Kiva està organitzat en tres unitats, de les quals les Unitats 1 i 2 es troben actualment disponibles fora de Finlàndia. La Unitat 1 està dissenyada per a nens de 6-9 anys d'edat. La Unitat 2 és adequada per a nens de 10-12 anys d'edat. I la Unitat 3 està destinada a ser utilitzada després de la transició de l'escola primària a la secundària, a partir dels 13 anys. Actualment, la Unitat 3 només està disponible a Finlàndia.

Exemples dels continguts:

Unitat 1

- Ambient escolar segur/insegur
- Relacions humanes
- Emocions
- Inclusió
- Valoració de les diferències
- Definició de *bullying*
- Formes d'actuar davant aquestes conductes.

Unitat 2

- Comunicació
- Dinamisme de grup
- Formes ocultes de *bullying*
- Xafarderies
- Implicació del grup als actes
- Combatre grupalment el *bullying*
- Autoavaluació

El programa inclou deu sessions a l'any a cada curs. Assisteixen dues vegades cada mes a aquestes classes (amb una duració de 45 minuts) a on aprenen a reconèixer l'assetjament i realitzen exercicis per millorar la convivència. Aquestes classes es complementen amb un videojoc on els alumnes estan immersos en una escola virtual on practiquen mesures contra l'assetjament escolar i reben comentaris sobre les seves accions. Fins i tot, el propi joc té una aplicació que és una bústia virtual que ofereix la possibilitat d'enviar un missatge a l'equip Kiva de l'escola.

A més d'aquestes classes específiques, hi ha guardians i/o autoritats *anti-bullying* perfectament identificables amb una armilla reflectant a l'hora dels patis que vigilen el transcurs d'aquests. Per tal que tothom pugui identificar i dirigir-se als professors del programa en tot moment.

A cada centre escolar que adopta aquest sistema, hi ha un equip de 4 professors que són els que actuen quan es denuncia un cas d'assetjament. De totes maneres tots els docents són els que estan atents a possibles conflictes i avisen a l'equip Kiva per a què es facin càrrec.

Els docents que pertanyen a l'equip Kiva s'entrevisten amb l'agressor o els agressors, la víctima i a quants alumnes creguin convenient citar, analitzant en quin moment és millor comunicar la situació als pares i fer un seguiment del cas.

El grup contra l'assetjament es compon de mestres que el propi director tria, tenint en compte les seves notes universitàries i la seva relació amb temes relacionats amb la violència escolar o estudis de comportament de grups, entre altres disciplines.

Aquest treball dels professors és a la vegada seguit pels investigadors de la Universitat de Turku, que mitjançant enquestes periòdiques observen la implementació i el resultat de la intervenció.

Una clau per combatre el *bullying* és la manera sistemàtica en què Kiva guia als professors de les escoles a coordinar i organitzar activitats contra l'assetjament escolar. Es tracta d'un procés que inclou activitats, materials d'ensenyament digitals i estratègies per a què els alumnes empatitzin amb les

víctimes de *bullying*. També existeix un sistema online anònim per denunciar actituds d'assetjament escolar directament a l'equip del centre.

El procés normal és el següent: qualsevol cosa que es detecti és comunicada a l'equip de quatre professors Kiva. Si es considera greu, s'avisava als pares, i si és molt seriós, aquesta telefonada és immediata; no s'espera al dia següent o a la setmana següent. El paper dels pares també és important, hi ha una guia per ells, se'ls convoca a tutories i se'ls informa des de una aplicació informàtica.

L'assetjament succeeix en el grup i es combat en grup, format aquesta vegada per tot el sistema. L'objectiu és enfortir la consciència global dels alumnes perquè ells reforcin el paper de la víctima i tingui un suport davant la seva situació. El pitjor que pot viure una víctima és la solitud total davant els actes que s'estan cometent a la seva persona. Mitjançant un suport actiu de persones que li facin veure que no està aïllat de la situació que viu farà que psicològicament aquesta persona sigui molt més estable i forta. Aquest punt és essencial per comprendre el motiu de la importància d'una consciència global.

Un dels motius pels quals un assetjador segueix actuant i assetjant la víctima, és que els seus actes es segueixen perpetuant normalment pel reconeixement social que obté per part dels alumnes. Si aquests rols es redueixen en nombre, passant a un suport actiu de les persones davant d'actes d'assetjament, l'assetjador perd poder davant el reconeixement social i hi ha més possibilitats de resoldre l'assetjament. Per això, és essencial mantenir aquest clima de suport a la víctima i rebuig davant actes de *bullying*.

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1. Verbal	1								
2. Exclusion	.36	1							
3. Physical	.38	.26	1						
4. Manipulative	.43	.38	.31	1					
5. Material	.24	.23	.26	.27	1				
6. Threat	.30	.28	.30	.33	.30	1			
7. Racist	.39	.29	.28	.32	.23	.27	1		
8. Sexual	.39	.26	.34	.37	.23	.29	.30	1	
9. Cyber	.25	.23	.19	.31	.26	.24	.21	.24	1
10. Global	.64	.41	.44	.43	.25	.32	.37	.38	.24

(Font: Salmivalli, Christina. Kärna, Antti. Poskiparta, Elisa. 2011; pàg. 408).

Nota: Totes les correlacions són significatives ($p < .001$).

Com s'indica a la taula referent a les correlacions entre les diferents formes de *bullying*, les més altes en l'assetjament global patit resideixen en els verbals, els físics i els manipulatius. Exceptuant l'últim, els verbals i físics són uns dels més visibles per part de qualsevol alumne, més que els manipulatius. El fet de prevenir aquests dos punts mitjançant el suport cap a la víctima i menyspreu de l'acte abusiu és clau. L'altra faceta clau per entendre l'èxit del programa Kiva és la intervenció com a aspecte fonamental per a la reducció de l'assetjament escolar.

Els resultats d'abans i després de l'aplicació del programa els trobem en la següent taula:

	Pretest	Posttest	Percentage change	Difference in favor of KiVa schools	OR (80% CI)
Verbal					
KiVa	9.4	7.3	-22%	-31%	1.45 (1.14-1.83)
Ctrl	9.8	10.7	+9%		
Exclusion					
KiVa	5.3	4.4	-17%	-25%	1.32 (0.98-1.77)
Ctrl	6.4	6.9	+8%		
Physical					
KiVa	4.3	2.6	-40%	-53%	1.94 (1.37-2.74)
Ctrl	4.5	5.1	+13%		
Manipulative					
KiVa	4.8	3.6	-25%	-30%	1.43 (1.05-1.97)
Ctrl	5.6	5.9	+5%		
Material					
KiVa	1.3	1.0	-30%	-63%	1.76 (0.96-3.22)
Ctrl	1.2	1.6	+33%		
Threat					
KiVa	2.0	1.0	-50%	-21%	1.52 (0.89-2.61)
Ctrl	2.4	1.7	-29%		
Racist					
KiVa	3.8	2.1	-45%	-27%	1.54 (1.02-2.32)
Ctrl	3.4	2.8	-18%		
Sexual					
KiVa	6.0	5.0	-17%	-32%	1.42 (1.07-1.88)
Ctrl	6.5	7.5	+15%		
Cyber					
KiVa	2.2	1.4	-36%	-50%	1.80 (1.11-2.93)
Ctrl	2.2	2.5	+14%		
Global					
KiVa	15.1	9.0	-40%	-29%	1.56 (1.28-1.91)
Ctrl	16.1	14.3	-11%		

(Font: Salmivalli, Christina. Kärna, Antti. Poskiparta, Elisa. 2011; pàg. 409).

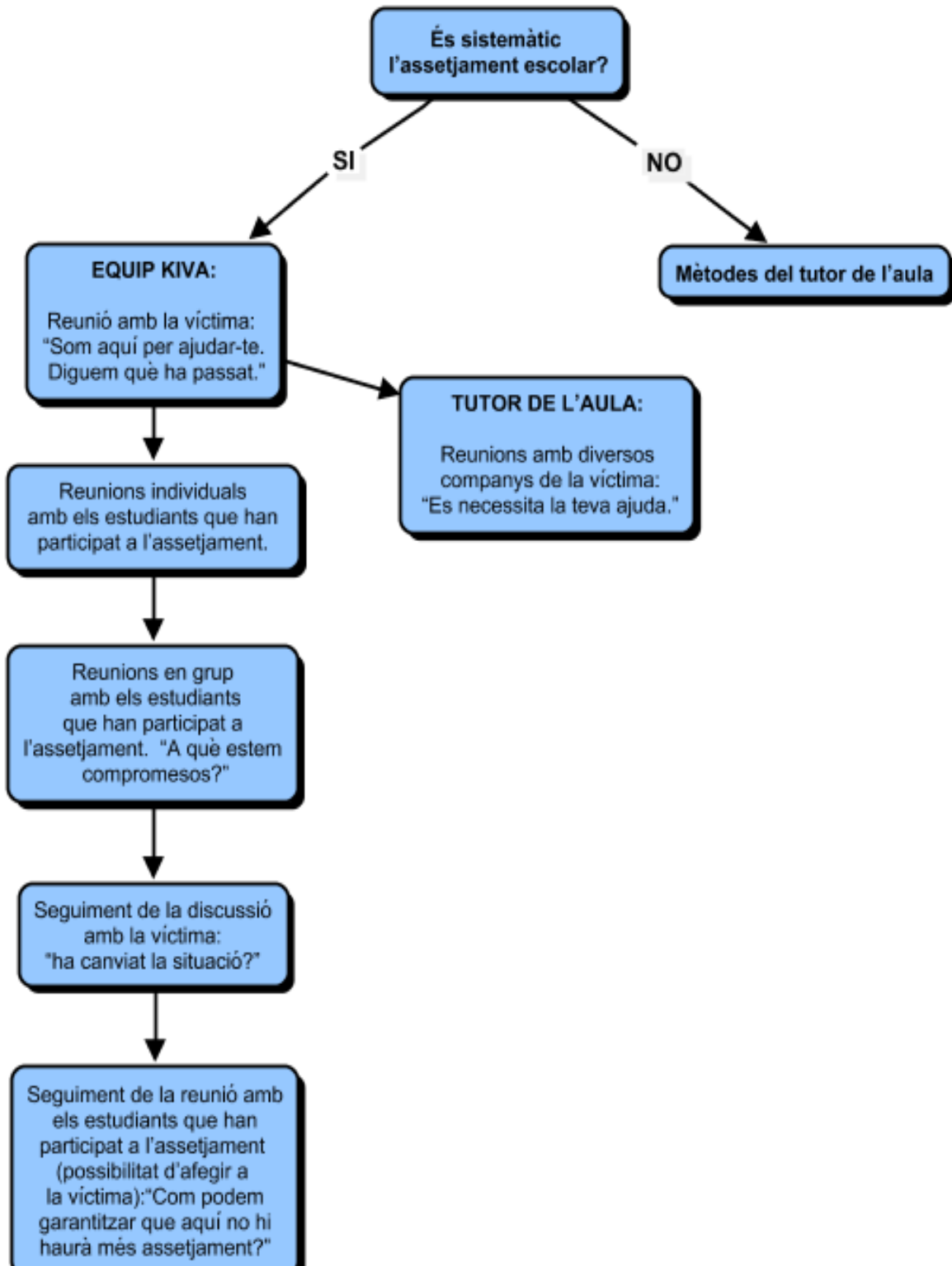
En aquesta taula es mostren els percentatges d'assetjament abans del test d'aplicar les mesures necessàries per detenir-lo, abans i el després del test en percentatges, juntament amb la diferència en percentatges i els seus Odd

Ràtios. Com es pot observar, en tots els tipus de *bullying* el programa Kiva ha pogut disminuir en una proporció considerable l'assetjament escolar.

També cal tenir en compte l'edat en la qual s'apliquen aquestes mesures. En els estudis relacionats amb el projecte Kiva han deixat mostra de les dificultats d'aplicar aquestes mesures segons la franja d'edat en què ens trobem, ja que el seu efecte varia. En els alumnes de primària els efectes són realment positius, en la secundària els canvis no ho són amb la mateixa efectivitat.

L'explicació a aquest succés és que els alumnes de l'escola primària solen tenir una visualització de l'autoritat tant cap als professors com als pares molt més respectada que a l'adolescència. En aquesta etapa de la vida, en ple creixement de la identitat de la persona, les mesures *anti-bullying* solen ser més dificultoses que per a la primària. Tot i així, l'estudi demostra que hi ha un avanç positiu en aplicar el programa Kiva als alumnes de secundària, encara que en menor mesura que en els de primària.

Procediment per fer front els casos d'assetjament escolar que es puguin presentar:



✓ **Dinàmica de les activitats:**

A continuació, es destaquen algunes activitats que es podrien donar a les classes del programa Kiva, a mode d'exemplificar la tipologia i funcionament d'aquestes.

- A una aula dels alumnes de 7 anys realitzen una classe sobre emocions dins del programa Kiva. El professor mostra un dibuix amb un nen abraçat a ell mateix, amb el serrell de punta i els ulls molt oberts. Els nens criden (Pooor!). Durant 45 minuts veuran altres imatges (inseguretats, tristesa, felicitat...) i sortiran a la pissarra a interpretar ells mateixos els sentiments amb gests.

Aquí estan aprenent a identificar les emocions, a que no està bé que un estigui trist, que no hi ha que en riure's dels altres, que no es parla quan un altre parla, entre altres.

- "És això assetjament?" Pregunta la professora mentre projecta una sèrie de dibuixos que mostren diferents situacions de conflicte entre alumnes.

A algunes làmines, els alumnes contesten un llarg "sííí", en altres no està tan clar i dubten.

Amb aquesta activitat comencen a identificar i posar nom a les situacions que els envolten a l'escola i la societat en la que viuen.

- Sobre les activitats als videojocs creats per Kiva, els alumnes trien un personatge a l'inici d'aquests, a on poden escollir diferents nacionalitats i estètiques; una de les activitats es desenvolupa al context d'un aula, a on un company és a la pissarra contestant algunes preguntes del professor. L'alumne és presentat amb les mans agafades, espatlles encongides i les galtes vermelles. Llavors cada jugador té 9 cartes amb una emoció diferent a cada una, per tal que l'alumne triï què li està passant i què està sentint el company que està a la pissarra.

Una altra situació que podem trobar al videojoc és l'escenari d'un menjador escolar. Un alumne seu a una taula on hi ha un grup d'alumnes, però aquests s'aixequen deixant-lo tot sol. Seguidament, se'ns demana, és això *bullying*?

Es tracta d'exercicis en els que es fomenta l'empatia dels alumnes, traslladant-los a situacions pràctiques i quotidianes on es poden veure reflectits. Tot adaptant la metodologia a les noves tecnologies amb la que els alumnes d'avui en dia es senten còmodes i més motivats per ser un medi familiar.

✓ **Beneficis:**

Amb tot això, es pretén que els alumnes aprenguin a reconèixer diferents formes d'assetjament i educar-los sobre el seu paper a l'hora d'evitar i aturar aquest assetjament. Tot el programa Kiva està enfocat en l'aprenentatge de les normes socials de convivència i l'educació emocional, posant èmfasi en fomentar la cohesió del grup i transmetent el missatge que es guanya en equip. Actualment, donat que el programa en castellà està en fase de desenvolupament, només s'ofereix amb anglès a escoles de primària que utilitzen l'anglès com una de les seves llengües vehiculars.

A Espanya podem trobar aquest programa:

- Al Centre Escolar Finlandès situat a Fuengirola (Màlaga), que compta amb uns 300 estudiants.
- Al Col·legi Escandinau de Madrid, que té una secció sueca i una altre internacional, ambdues basades en la pedagogia i valors escandinaus.
- I al Col·legi Internacional Torrequebrada (CIT), privat i bilingüe (anglès/castellà) ubicat a Benalmádena (Màlaga).

L'eficàcia del programa s'ha demostrat a una prova amb 117 escoles controlades i 117 escoles aleatòries, amb un total de 150.000 alumnes. Existint relació en la disminució significativa de l'assetjament escolar amb Kiva. Produint efectes positius en l'apreciació de l'escola, la motivació acadèmica i el rendiment escolar. Ha ajudat al 98% de les víctimes que van participar a reunions amb els equips Kiva de l'escola a sentir que la seva situació millorava.

Aquest reconeixement ve recolzat per els premis:

- El Premi Europeu de Prevenció de la Delinqüència el 2009
- Premi de Política Social per el Millor Article el 2012
- Quatre Premis Nacionals el 2008, 2010, 2011 i 2012.

5.3. Proposta d'implantació

Introducció

Primer de tot, vull ressaltar un punt necessari per comprendre el per què va tenir èxit a Finlàndia: L'aprovació per part del govern de considerar l'assetjament escolar un problema principal i greu a les escoles. L'any 2006, el Ministeri d'Educació de Finlàndia va acceptar el *bullying* com a problema principal a les escoles, i va realitzar un contracte amb la Universitat de Turku, com he dit anteriorment, per al desenvolupament i avaluació d'un programa capaç d'esdevenir un fort sistema *anti bullying* per a les escoles. Qui juga el paper fonamental és el Govern Central.

Aquesta acció tan clara d'incorporar un programa va ser necessària per donar una acció real al problema. El motiu principal va venir arran de veure la ineficàcia de mantenir tan sols un marc legal per combatre l'assetjament. Hi ha una gran varietat de fórmules que poden aplicar-se, tant de prevenció com d'intervenció, que poden mediar el conflicte sense necessitat d'arribar al nivell jurídic i legal.

A Espanya ens hem de plantejar de forma imminent la implantació d'un sistema de suport extern davant de casos d'assetjament escolar. La legislació recull en el Reial Decret 732/1995, convocat el 5 de maig el corresponent a l'educació dels individus i els seus drets.

Hi trobem els següents articles d'interès:

Artículo 4.

La Administración educativa y los órganos de gobierno de los centros docentes, en el ámbito de sus respectivas competencias, velarán por el correcto ejercicio de los derechos y deberes de los alumnos y garantizarán su efectividad de acuerdo con el presente Real Decreto.

Artículo 5.

El Consejo Escolar del centro es el órgano competente para la resolución de los conflictos y la imposición de sanciones en materia de disciplina de los alumnos, de acuerdo con lo establecido en los artículos 42 y 57 de la Ley Orgánica reguladora del Derecho a la Educación y en los respectivos Reglamentos orgánicos de los centros.

Artículo 8.

El Consejo Escolar elaborará, siempre que lo estime oportuno y, en todo caso, una vez al año, un informe que formará parte de la memoria de final de curso sobre el funcionamiento del centro, en el que se evaluarán los resultados de la aplicación de las normas de convivencia, dando cuenta del ejercicio por los alumnos de sus derechos y deberes, analizando los problemas detectados en su aplicación efectiva y proponiendo la adopción de las medidas oportunas. La Inspección técnica de Educación examinará dicho informe y propondrá al centro o, en su caso, a las autoridades educativas las medidas que considere convenientes.

Artículo 9.

El Reglamento de régimen interior aprobado por el Consejo Escolar, que en los centros públicos forma parte del proyecto educativo, contendrá las normas de convivencia del centro, así como las otras normas sobre organización y participación en la vida del centro que considere necesarias el Consejo Escolar. Dichas normas de convivencia podrán precisar y concretar los derechos y deberes de los alumnos reconocidos en este Real Decreto.

(Font: <http://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-1995-13291>).

Amb aquests articles vull deixar constància que l'únic responsable sobre el que succeeix als alumnes pertany al centre educatiu.

És important que el Govern Espanyol dictamini la necessitat de marcar-ho com un problema social greu a les escoles tant primàries com secundàries dels nostres centres educatius.

Kiva a Espanya?

En primer lloc cal trobar algú disposat a adquirir la llicència. Aquests poden ser municipis, universitats o facultats, ONG, empreses dedicades a la formació o institucions públiques. Així que la primera passa indispensable per adoptar un programa com Kiva és una voluntat política ferma per part del Ministeri d'Educació o la conselleria d'Ensenyament que es facin càrrec de la part econòmica.

Tot seguit, es necessita el compromís de l'entitat que ha adquirit la llicència en la formació dels docents en el programa, per a què aquests puguin dur a terme jornades formatives als centres educatius sobre el funcionament del programa.

A cada centre s'anomena un equip Kiva (format per dos o tres mestres o professors), encarregats d'adaptar els objectius a la seva escola i elaborar les avaluacions que seran enviades a l'equip de seguiment de la Universitat de Turku.

Però no és només qüestió de diners o de formació.

L'arrel està en acceptar que l'assetjament escolar és un problema social greu establert a la comunitat. Per després incloure a les Facultats d'Educació Espanyoles la formació específica en matèria de prevenció i actuació contra l'assetjament escolar, seguint les directrius dels resultats obtinguts en les investigacions del programa Kiva.

El focus d'atenció està en treballar amb la comunitat (cada grup classe) els conceptes i les formes de resposta davant situacions d'assetjament, no només enfocant-lo a la víctima o l'agressor, sinó que aquí la importància rau en la resposta dels espectadors, en tot el grup.

- ✓ Les àrees que podríem implicar serien: Acció comunitària i socieducativa, Educació per a la ciutadania i els temes transversals.
- ✓ Els nivells: Ensenyaments reglats, Educació primària i Educació secundària.
- ✓ L'objectiu: El desenvolupament de la intel·ligència emocional en la intervenció social per a la solució de conflictes.

Una de les línies d'actuació ha de ser incloure l'educació emocional i comunitària a les aules, com hem pogut veure amb el programa Kiva. I des dels nivells d'educació primària, que és on s'han demostrat millors resultats en les investigacions; ja que en aquest nivell és quan comencen a formar-se els rols de víctimes i assetjadors. Tant si l'Administració es decideix a incorporar Kiva com si no, "no és només una metodologia pedagògica que es pugui copiar, sinó que és propietat del Ministeri d'Educació Finlandès" (Rodríguez, Pau. 1 de febrer de 2016; pàg. 1. El diari de l'educació).

Si bé és cert que la comunitat educativa hauria d'anar plantejant-se noves formes d'abordar el *bullying*, com la d'implicar els alumnes que presenciïn o toleren aquestes actituds, aquest programa no seria aplicable directament a Espanya sense abans fer alguns ajustaments, degut a diferències socials, de mitjans o recursos humans amb el país escandinau. Un bon exemple són les

ràtios per aula a Finlàndia (10/12 alumnes), que a Espanya moltes vegades triplicam. Així que moltes de les dinàmiques que inclouen les activitats que proposa Kiva serien complicades de dur a terme de manera efectiva, tant en temps com en la qualitat d'aquestes degut a l'elevat nombre d'alumnes per professor.

5.4. Altres programes *anti-bullying*

Aquests són alguns programes en contra de l'assetjament escolar que han estat ben desenvolupats i avaluats positivament arreu del món:

The Olweus Anti-Bullying Program (El Programa contra l'assetjament escolar de Olweus), aquest programa desenvolupat pel psicòleg suec Dan Olweus és potser el més conegut d'aquest tipus. Va ser desenvolupat en la dècada de 1980 i des de llavors ha estat aplicat a diversos països, incloent els Estats Units. El formen tres components bàsics que corresponen a tres nivells on s'apliquen. Aquests són: el nivell de l'escola, l'aula i el nivell individual.

Steps to Respect (Passos per Respectar), el programa de lluita contra l'assetjament escolar desenvolupat per la Comissió de la infància a Canadà. Aquest programa ensenya els adults a gestionar situacions d'assetjament, així com habilitats per ensenyar als nens a construir relacions sanes i disminuir el comportament d'assetjament. Veure per a més informació www.cfchildren.org/bullying-prevention

The Friendly Schools and Families Program (Les Escoles Amistoses i el Programa de les Famílies), és un programa australià dissenyat i avaluat pel professor Donna Cross i els seus companys de treball per ajudar a tots els membres de la comunitat escolar, incloent mestres, administradors d'escoles, estudiants i pares, per reduir l'assetjament a les escoles. Veure per a més informació <http://friendlyschools.com.au/fsp/>

Don't Suffer in Silence: the DfES(Department for Education) guidance package (No Pateixi en Silenci: la guia d'orientació DfES), s'utilitza aquest recurs basat principalment en la investigació del professor Peter Smith a Anglaterra, àmpliament utilitzat a tot Regne Unit. Veure <https://www.gov.uk/government/publications/preventing-and-tackling-bullying>

The Bernese program against Victimization in Kindergarten and Elementary School (El programa Berna en contra de la Victimització al Jardí de la Infància i a l'Escola Preescolar), adaptació del programa de Olweus desenvolupat a Suïssa per Francois Alsaker. (Veure Alsaker i Valkanover (2011) per a més informació).

The Seville School Anti-Bullying Project: an educational model to prevent violence at school (El Projecte en contra de l'assetjament escolar de l'Escola de Sevilla: un model educatiu per prevenir la violència a l'escola), desenvolupat per la professora Rosario Ortega a Espanya, aquest programa inclou una àmplia gamma d'elements, entre els quals figuren l'establiment d'un esperit democràtic de tota l'escola i el treball amb les famílies dels nens amb problemes de relació. Veure http://www.asociacionrea.org/BULLYING/8_06_Actividades_y_Materiales/08.06.12.pdf

The Norwegian Zero-Program against Bullying (El Programa Zero de Noruega en contra de l'assetjament escolar), aquest programa va ser desenvolupat sota la direcció del professor Erling Roland al Centre d'Investigació del Comportament de la Universitat de Stavanger. Es posa més èmfasi en la bona gestió de la classe. A més, s'admet l'ús del seguiment del comportament dels estudiants al pati, i l'ús de les discussions de grup e individuals amb els estudiants per poder treballar també amb els pares. Veure per a més informació: <http://laringsmiljosenteret.uis.no/programmes-and-project/zero/news/implementation-of-the-zero-programme-in-6-norwegian-schools-article10705-13946.html>

6. Conclusions

Un cop hem conegut els tipus i la realitat sobre l'assetjament escolar a dia d'avui, podríem dir que hi ha un problema de comunicació, rigorositat i de visió del problema social entre el govern i les institucions educatives. És un fenomen present a moltes aules de diferents països i diferents nivells socioeconòmics.

Aquestes situacions es poden donar a qualsevol institució educativa, des de la més amagada a la més prestigiosa, la més petita fins a la més gran. Aquesta problemàtica sempre ha existit, la diferència actual és que cada dia s'arriben a nivells més alts, per això la comunitat educativa cada vegada comença a sentir més preocupació i se n'adonen de la importància de saber actuar davant d'aquest tipus de violència. L'assetjament escolar no només s'ha de veure com un fenomen generat entre estudiants, aquesta situació integral també involucra a la família, l'escola i a tota una societat, portant conseqüències de desenvolupament socioemocional i físic a cada involucrat.

A través del treball podem extreure algunes conclusions pràctiques:

<p>✓ Indicadors davant dels quals reaccionar:</p>	<ul style="list-style-type: none">· Canvi en la conducta de l'estudiant.· Por d'anar o tornar a peu de l'escola.· No vol anar a l'autobús escolar.· Desitja anar acompanyat fins a l'escola.· No vol anar a l'escola o falta a classe sense un motiu clar.· Es queixa de sentir-se malalt els matins que té escola.· Arriba a casa amb la motxilla o la roba rompuda.· Arriba a casa amb gana.· Es torna retret, callat i sembla haver perdut la confiança en si mateix.· Està estressat i ansiós.· Perd la gana.· Se'n va a dormir plorant, té malsons.
---	---

	<ul style="list-style-type: none">· Perd les seves possessions (gorra, llibres, quaderns, estoig...).· Demana o roba diners (per donar-lo a l'assetjador o els seus ajudants).· Té cops, rascades o talls.· Es mostra enutjat, irritable.· Està generalment sol sense amics, no porta amics a la casa.· Es nega a conversar sobre el que està malament o dóna explicacions poc convincents a les qüestions anteriors.
✓ Propostes d'actuació:	<p><u>Mesures a l'escola</u></p> <ul style="list-style-type: none">· Proporcionar al personal escolar informació sobre l'assetjament escolar i com abordar-lo.· Reunions informatives per als pares.· Educar els alumnes sobre el seu paper per aturar l'assetjament escolar. Així, en comptes d'aprovar silenciosament l'assetjament o encoratjar als assetjadors, els nens comencen a donar suport als companys victimitzats i transmeten el missatge que no aproven l'assetjament. <p><u>Mesures a la llar</u></p> <ul style="list-style-type: none">· Les preguntes són importants, poden servir com a pont per discutir possibles problemes amb els amics i no hem de conformar-nos amb una

	<p>resposta breu de "bé".</p> <ul style="list-style-type: none">· Les següents preguntes poden portar-los al tema: Què va ser el millor i el pitjor que et va passar avui a l'escola? Amb qui vas estar avui a l'escola? Què tal eren? Què vas fer avui amb els teus amics? Va ser divertit? Què vas fer camí a l'escola / casa?
--	--

És necessari desenvolupar programes d'intervenció i prevenció per reduir les taxes d'assetjament, tenint com a referència els ja establerts exitosament en altres països. Com també seria important generar més investigacions a nivell nacional que ens permetin conèixer la realitat de manera més precisa.

Però, a més, s'ha d'aconseguir la implicació real i col·laborativa dels centres educatius, els professors i els pares; anant de la mà en l'entrenament de les habilitats socials dels nens i en el reforç de l'autoestima.

Alhora, la falta de formació específica als docents en aquesta matèria, fa que no sempre les respostes davant d'aquestes situacions arribin a temps o siguin les adequades. Es tracta de que el professor exerceixi un paper vital en la detecció de conductes d'assetjament i que aquest les utilitzi, a més de la seva autoritat formal, la seva autoritat pràctica per fer arribar el missatge de que no estan sols i que poden parlar amb ells. D'establir mesures que estiguin perfectament explicitades i es posin en coneixement de tota la comunitat educativa i siguin complides per tots els integrants del centre.

Com hem pogut veure, el programa contra l'assetjament escolar finès, està enfocat cap a les tècniques de cohesió i de dinàmiques de grup, donant importància a l'educació emocional i comunitària, a ensenyar clarament què és el *bullying* i sobretot, a com s'ha d'actuar davant d'aquestes situacions, ja siguin alumnes, professors o pares.

Una de les controvèrsies més inverossemblant que he pogut detectar a mesura que llegia articles sobre els diferents casos de *bullying* a Espanya, és que en la majoria dels casos, l'alumne que acabava canviant de centre era la víctima i no l'agressor, provocant així una doble victimització.

Sota el meu punt de vista, no hauríem de permetre resolucions d'aquest tipus, ja que el missatge que enviem als joves és de no protecció a la víctima i de no condemnar mitjançant mesures sancionadores als assetjadors.

Es necessiten protocols o programes als centres educatius de caràcter imminent, proposats des del Ministeri d'Educació, amb consens de tota la comunitat educativa. Ja que, els programes aquí presentats provenen d'altres països i com a tal, el finançament per adquirir-los és privat, fomentant així més desigualtat a la societat i que només els centres concertats o privats disposin d'aquests programes.

Acabo amb una frase que convida a la reflexió: la violència escolar reflecteix la violència de la comunitat a la que pertany.

7. Referències

Press, Europa. (18 de febrer de 2016). *Balears, una de las comunidades con mayor porcentaje de niños víctimas de acoso escolar y violencia*. Diari Menorca. Recuperat de <http://menorca.info/balears/noticias/2016/570332/balears-las-comunidades-mayor-porcentaje-ninos-victimas-acoso-escolar-violencia.html>

García-Maldonado, G., Joffre-Velázquez, V., Martínez-Salazar, G., & LlanesCastillo, A. (2011). *Cyberbullying: forma virtual de intimidación escolar*. Revista Colombiana Psiquiatría, vol.40, 115-130.

Salmivalli, C. Karna, a. & Poskiparta, E. (2011). *Counteracting bullying in Finland: The KiVa program and its effects on different forms of being bullied*. International Journal of Behavioral Development, 35(5).

Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Morata.

Hutchings, Judy. Clarkson, Susan. (2015). *Educational & Childs Psychology*. Vol32 No.1, 52.

Collell, J. Escudé, C. (2006). *El acoso escolar: un enfoque psicopatológico*. Anuario de Psicología Clínica y de la Salud, 2.

Font, Raquel. (3 de gener de 2015). *El bullying, un fenomen de grup*. Diari Ara Catalunya. Recuperat de http://www.ara.cat/suplements/criatures/bullying-fenomen-grup-Bullying-xifres_0_1278472155.html

Boldú, Ariadna. (2014). *El ciberacoso: una aproximación criminológica*. UOC.

Agencia, Efe. (24 de setembre de 2015). *Entre un 5 y un 10% de los alumnos en España sufre acoso escolar grave*. El Mundo. Recuperat de <http://www.elmundo.es/sociedad/2015/09/24/5603efe522601d480a8b458f.html>

Marmol, Neus. Corso, Javier. (13 de desembre de 2015). *'Fishshot': la cara fosca de Finlàndia*. Diari Ara Catalunya. Recuperat de http://www.ara.cat/suplements/diumenge/Fishshot-CARA-FOSCA_0_1484851506.html

Oñate Cantero, Araceli. Piñuel y Zabala, Iñaki. (2006). *Informe Cisneros X. Acoso y violencia escolar en España*. Instituto de innovación educativa y desarrollo directivo.

Organización Mundial de la Salud (2003). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Ginebra, OMS.

Rodríguez, Pau. (1 de febrer de 2016). *Kiva: les claus de l'èxitós mètode finlandès contra l'assetjament*. El diari de l'educació. Recuperat de <http://diarieducacio.cat/per-que-no-es-tan-senzill-importar-lexitos-metode-finlandes-contra-lassetjament/>

Monclús Estella, Antonio. (2005). *La violencia escolar: perspectivas desde Naciones Unidas*. Revista Iberoamericana de Educación. N.º 38, pp. 13-32.

8. Bibliografia

Kärnä, A. Voeten, M. Little, T. Poskiparta, E. Kaljonen, A. & Salmivalli, C. (2011). *A large-scale evaluation of the KiVa antibullying program*. Grades 4-6. *Child Development*, 82, 311-330.

Rigby, Ken. (2008). *Children and bullying. How parents and educators can reduce bullying at school*. Blackwell Publishing.

Smith PK (2006). *Ciberacoso: naturaleza y extensión de un nuevo tipo de acoso dentro y fuera de la escuela*. Paper presentado al Congreso Educación. Palma de Mallorca.

García-Maldonado, G., Joffre-Velázquez, V., Martínez-Salazar, G, & LlanesCastillo, A. (2011). *Cyberbullying: forma virtual de intimidación escolar*. *Revista Colombiana Psiquiatría*, vol.40, 115-130.

Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Morata.

Williford, A. Noland, B. Little, T. Kärnä, A. & Salmivalli, C. (2012). *Effects of the KiVa Antibullying Program on adolescents' perception of peers, depression, and anxiety*. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40, 289-300.

Kärnä, A. Voeten, M. Little, T. Alanen, E. Poskiparta, E. & Salmivalli, C. (2011). *Going to Scale: A nonrandomized nationwide trial of the KiVa antibullying program for comprehensive schools*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79, 796-805.

Oñate Cantero, Araceli. Piñuel y Zabala, Iñaki. (2006). *Informe Cisneros X. Acoso y violencia escolar en España*. Instituto de innovación educativa y desarrollo directivo.

Salmivalli, C. Garandean, C. & Veenstra, R. (2012). *KiVa Antibullying Program: Implications for School Adjustment*. In G. Ladd & A. Ryan (Eds.), *Peer Relationships and Adjustment at School*. Charlotte, NC: Information Age Publishing.

Train, Alan. (2008). *The bullying problem: how to deal with difficult children*. Souvenir Press.

Ubrich, T; Perazzo, C; Del Moral, C; García, P; Escorial, A; Calmaestra, J. (2016). *Yo a eso no juego. Bullying y ciberbullying en la infancia*. Save The Children.

<http://www.kenrigby.net/02a-Defining-bullying-a-new-look>

<http://www.kivaprogram.net/>

9. Annexos

Després de posar-me en contacte amb Tiina Mäkelä, coordinadora als països castellanoparlants del Programa Kiva per obtenir accés a articles i informació, considero interessant traslladar les passes i/o requisits a seguir per tots aquells centres o docents interessats en la implementació o formació en el programa.

9.1. Els centres educatius

Els interessats en implantar el Programa Kiva han de reunir les següents característiques:

- o Oferir educació primària, ja que aquest programa va dirigit de moment a alumnes de primària.
- o Utilitzar l'anglès com una de les seves llengües vehiculars i vulguin implementar el programa en anglès. La versió en castellà està en procés de desenvolupament. Les notícies sobre els avenços es poden seguir a la web: <http://www.KiVaprogram.net>.
- o Estiguin interessats en projectes de desenvolupament de valors i principis relacionats amb la convivència entre el seu alumnat.
- o Vulguin formar part de l'exitós programa participant en la lluita contra l'assetjament escolar (com a part d'un moviment mundial).
- o Desitgen rebre dades fiables i suport per a la seva pròpia millora, a més de contribuir a la investigació i desenvolupament.

✓ El Centre Educatiu interessat en implantar el Programa Kiva ha de procedir de la següent manera:

- o Sol·licitar una reunió a través d'una videoconferència amb Tiina Mäkelä.
- o Realització de la reunió / videoconferència, per definició de la proposta d'implantació del Programa Kiva al centre educatiu.
- o Des de l'Institut Escalae - Programa Kiva a Barcelona - envia una proposta per a la valoració per part del centre educatiu.
- o Si el centre educatiu accepta la proposta es concreta el calendari per a la formació docent del centre educatiu.
- o Posada en marxa i desenvolupament del Programa Kiva al centre educatiu, que inclou les següents accions:

- Selecció de l'estratègia d'implementació
- Integració de les classes de Kiva al currículum
- Adaptació de Kiva a les lleis educatives locals
- Integració del programa als programes / plans de convivència i altres programes relacionats amb el tema
- Selecció de la persona responsable de coordinador / a i l'equip Kiva
- Planificació de formació del professorat
- Planificació de les sessions d'introducció
- Planificació del seguiment
- Recerca de possibles col·laboradors locals
- Planificació d'activitats addicionals
- Negociació final de la llicència d'ús; enregistrament al programa i planificació del calendari final

9.2. Formació com *Kiva Trainers*:

o La formació per als que vulguin formar-se i certificar-se com *Kiva trainers*, es realitza a la Universitat de Turku a Finlàndia.

o La informació sobre el calendari de la formació, dates de matrícula, termini d'inscripció i preu de la formació a l'email: kiva@kivaprogram.net.

o Es requereix previ contracte per a la implantació del programa Kiva en un territori determinat i tutela per part de l'Institut Escalae (Barcelona) com a soci oficial a la regió.

9.3. Guia Kiva per als pares:

PRÓLOGO

Esta Guía para padres es parte del programa KiVa contra el acoso escolar, una herramienta fundamentada en investigaciones para prevenir y reducir los problemas del acoso escolar. KiVa es un programa basado en la escuela, que fue desarrollado por expertos de la Universidad de Turku, Finlandia. Hay mayor información sobre el programa disponible en el sitio Web de KiVa, www.kivaprogram.net.

Las leyes y regulaciones exigen que las escuelas tomen medidas para prevenir el acoso escolar y se han establecido políticas escolares para proteger a los estudiantes. El eje central de estas leyes y regulaciones exige a las escuelas que intervengan frente al acoso escolar y que desarrollen políticas contra el mismo. KiVa es una herramienta a través de la cual las escuelas pueden cumplir con los requisitos para combatir el acoso escolar establecidos en dichas leyes.

El objetivo de esta guía es ofrecer a los padres información sobre el acoso escolar, lo que conocemos a partir de las investigaciones actuales y lo que puede hacerse en el hogar y en la escuela. La cooperación entre el hogar y la escuela es importante para abordar el acoso escolar. KiVa propone - ¡Trabajemos juntos!

Los puntos principales aparecen resumidos al final de cada capítulo. Además hay una recapitulación de la guía en la página 34 que brinda un resumen de los puntos más importantes.

Al escribir esta guía escuchamos a los padres, los estudiantes y otros expertos. Deseamos expresar nuestro más sincero agradecimiento a todos los que contribuyeron a esta guía.

A fin de tener éxito, KiVa necesita un ámbito familiar contenedor, donde los padres transmitan que no aprueban el acoso escolar y que están dispuestos a ayudar a su hijo en caso de que sea víctima de acoso escolar.

¿QUÉ ES EL ACOSO ESCOLAR?

Las discusiones y los desacuerdos no son acoso escolar

Los conflictos y desacuerdos son parte de las relaciones humanas y pueden ocurrir cuando las personas tienen distintas opiniones o desean cosas diferentes. Cuando intentamos lograr nuestros propios objetivos no siempre recordamos tener en cuenta los sentimientos de otros. Los niños en la escuela no son una excepción a este principio. El hecho de que los niños y adolescentes resuelvan desacuerdos y diferencias no es algo malo en sí mismo. Aunque estos desacuerdos a veces pueden perturbarnos, también pueden enseñarnos métodos valiosos para manejar las emociones y resolver los conflictos. Las discusiones y desacuerdos difieren del acoso escolar en el hecho de que generalmente son pasajeros y momentáneos y de que el mismo niño no es constantemente el blanco.

Las bromas o los juegos pesados no son acoso escolar

La intención detrás de las bromas no es herir ni insultar a otros. Es importante que todos los participantes reconozcan y acepten la actividad como un juego. No obstante ello, a veces las palabras dichas y actos realizados como un chiste o juego pueden herir o molestar a alguien; en dichos casos, hay que tratar el tema y pedir disculpas. En el futuro ambas partes deben evitar conductas que saben que dañan al otro. A diferencia de lo que ocurre en el acoso escolar, existe una atmósfera de mutuo entendimiento y respeto entre las partes involucradas en juegos pesados.

A menudo escuchamos "Estamos solo jugando, no es en serio". ¿Cómo hay que manejarse en estos casos? Primero, hay que averiguar si todos los involucrados en la actividad sienten que es solo un juego. Si no pueden estar seguros, deben conversarlo con los niños. En situaciones que no son claras pueden hablar sobre la diferencia entre jugar y acosar y enfatizar que jugar debe ser divertido para todos.

El acoso escolar ocurre cuando alguien lastima a alguien indefenso

El acoso escolar ocurre cuando el mismo estudiante es lastimado repetida e intencionalmente. El perpetrador es alguien contra el cual a la víctima le resulta difícil defenderse.

Repetidamente es cuando el mismo estudiante es sometido una y otra vez a acciones maliciosas y dañinas de otros. El acoso escolar puede continuar a través de varios grados de la escuela primaria a la intermedia. Intencionalmente significa que el propósito u objetivo de las acciones es dañar, herir y causar sufrimiento. A veces se puede lastimar a alguien sin querer. En tales casos, hay que resolver la situación aunque no sean hechos considerados acoso por definición. El decir que la víctima tiene dificultades para defenderse significa que de alguna manera existe un desequilibrio de poder o fuerza entre el acosador y la víctima. La víctima puede ser alguien físicamente débil, muy tímido o ser nuevo en la clase y aún no haber podido formar un círculo de amigos que lo protejan contra el acoso escolar.

Según las investigaciones, entre un 10 a un 20% de los estudiantes de escuela primaria y entre un 5 y un 10% de los estudiantes de escuela intermedia es víctima sistemática de acoso. Muchos de estos estudiantes no le dicen a nadie sobre el acoso. A menudo la causa detrás de este silencio es el miedo a que el acoso empeore o el haber tenido experiencias previas de contar lo sucedido pero no haber recibido ayuda. Admitir que nuestros amigos no nos aceptan es difícil para cualquiera.

COMENTARIOS BIEN INTENCIONADOS, PERO...

Además de afectar a la víctima, el acoso escolar también afecta al círculo cercano de familiares, amigos y conocidos de la víctima. Una vez que el asunto es traído a la luz, vamos a adoptar una postura y hacer todo lo posible para que la víctima se sienta mejor. ¡Maravilloso! Sin embargo, a veces nuestros comentarios pueden, de hecho, empeorar la situación y crear aún más problemas. Las palabras dichas descuidadamente pueden evocar sentimientos de vergüenza y culpa. Abajo aparecen algunos comentarios que pueden escuchar al hablar sobre acoso escolar.

“Yo también fui acosado en la escuela, pero no me afectó para nada.”

Estas palabras son generalmente dichas en un tono molesto como si la persona que las dijera siguiera todavía molesta con esos eventos. Si es verdad que el acoso no tuvo efecto, surge la pregunta de si realmente se trataba de acoso o, por ejemplo, de peleas entre dos personas o la resolución de un desacuerdo. Para un niño acosado, un comentario como éste puede sonar a que se está minimizando su problema.

“Tienes que aprender a defenderte.”

El defenderse a sí mismo es beneficioso y se puede aprender y practicar cómo hacerlo, pero que sea algo que deba aprenderse en una situación de acoso es algo totalmente distinto. El acoso es dañar a alguien indefenso o que está de alguna manera en una posición más débil. Es extremadamente difícil defenderse en una situación así, a veces hasta resulta imposible. Cuando se le dice a la víctima que se defienda, se está colocando la responsabilidad de manejar la situación enteramente sobre sus hombros. El pedir ayuda no significa que la víctima sea incapaz de defenderse. Por el contrario, es una muestra de valentía y autoconocimiento frente a una situación para la cual los propios recursos no son suficientes.

“El acoso fortalece el carácter y la capacidad para sobrevivir situaciones difíciles.”

Las investigaciones demuestran que los efectos a corto y largo plazo del acoso escolar disminuyen la capacidad de la víctima para manejar situaciones difíciles. El acoso daña la autoestima de la víctima y su capacidad para confiar en los demás. Por lo tanto, el acoso escolar no fortalece la capacidad para controlar situaciones y nadie debe recibir “lecciones de formación de carácter” en forma de acoso. La personalidad y el carácter se fortalecen y se desarrollan mejor en interacciones con otros basadas en la confianza y el respeto mutuos.

“Los palos y las piedras pueden romperme los huesos, pero las palabras nunca me pueden dañar.”

Las palabras individuales, pronunciadas por ejemplo durante una discusión, se van borrando gradualmente de la memoria, pero el acoso verbal que es repetido y sistemático por naturaleza siempre deja una marca. La fuerza destructiva de las palabras golpea la autoestima y el autoconcepto de la víctima una y otra vez, presentando un riesgo para su bienestar presente y futuro.

“Eso no es acoso. Es solo niños jugando y bromeando, no debes molestarte por algo que es un juego.”

El acoso es una forma cruel de lastimar a otro verbal, física o indirectamente. El acoso dista mucho del juego. El propósito del juego genuino y las bromas inofensivas es divertirse juntos, no dañar o lastimar a alguien.

¡El ayudar y apoyar a la víctima es lo primordial! Las personas que dicen cosas como las mencionadas anteriormente parecen no comprender la naturaleza básica del acoso y el efecto dañino que tiene sobre la víctima. El ser sometido a acoso es una experiencia especialmente difícil por dos motivos. Primero, el acoso no es un evento único u ocasional, sino una situación recurrente que puede continuar año tras año. Segundo, el acoso no sucede fuera de la vida social de la clase. Para la víctima generalmente significa una pérdida de dignidad dentro de la clase y dentro del círculo de amigos.

El acoso escolar difiere de las peleas y los juegos porque el acoso es ¹⁾ intencional, ²⁾ repetido, y ³⁾ en comparación con el acosador, la víctima se encuentra de alguna manera indefensa o en una posición más débil. Los comentarios hechos por otros pueden causar que la víctima se sienta peor, especialmente si los comentarios son insensibles y despiertan sentimientos de culpa y vergüenza. El acoso escolar *no* es un juego inocente, uno *no* sobrevive al mismo vengándose y *no* fortalece el carácter. El acoso escolar es siempre una violación grave de los derechos de otra persona y degrada su valor y dignidad como ser humano. El ser sometido a acoso escolar es un riesgo para el bienestar de la víctima y su desarrollo futuro.

FORMAS DE ACOSO ESCOLAR

El acoso verbal es la forma más común

El acoso verbal incluye insultar, burlar o imitar, mensajes amenazadores y ridiculizar. Estos insultos verbales no dejan marcas físicas, pero su naturaleza hiriente impacta negativamente sobre la autoestima y autoconcepto de la víctima y daña la forma en que la víctima se ve a sí misma y a los demás. Según las investigaciones, la autoestima de la víctima puede permanecer baja muchos años después y puede perder para siempre su confianza en los demás.

El acoso indirecto usa métodos ocultos para infligir daño

El acoso indirecto significa que el acosador y la víctima no se encuentran necesariamente cara a cara, es decir que no siempre están en el mismo lugar cuando ocurre el acoso. Por naturaleza, el acoso indirecto a menudo involucra la manipulación social, por ejemplo, el acosador se esfuerza por influenciar a otros estudiantes para que comiencen a evitar a la víctima y a verla negativamente. La manipulación puede manifestarse como la propagación de rumores infundados sobre la víctima que puede dañar su relación con los otros estudiantes. La víctima de acoso indirecto puede gradualmente darse cuenta de que está sola en la clase y no tiene amigos. En el peor de los casos, toda la clase deja sola a la víctima.

El acoso físico puede ser causa de denuncia penal

El empujar, pegar y patear son formas de acoso físico. Las formas extremas de acoso físico, tal como la violencia o abuso severo, ocurren infrecuentemente aunque aparecen a menudo en los medios de comunicación. El hacer la denuncia legal correspondiente es algo que se debe considerar en casos de violencia física.

El acoso cibernético es una forma nueva de acoso

El acoso online y por teléfono celular son formas relativamente nuevas de acoso. Esta forma de acoso es técnicamente fácil, ya que solo requiere un clic del mouse o apretar algunas teclas. El bajo riesgo de ser descubierto puede tentar a alguien a hacer algo que normalmente no haría. A veces el acoso cibernético es anónimo. Con un celular o una computadora uno puede propagar rumores, subir fotos embarazosas o información personal o enviar mensajes de burla o amenazadores. El acoso escolar está generalmente restringido a la jornada escolar, pero online un acosador puede alcanzar a su víctima siempre que lo desea. Hasta en su casa, la víctima no está protegida contra el acoso.

El acoso puede ser visible u oculto por naturaleza. Las formas visibles son el abuso físico y emocional. El acoso verbal es la forma más común de acoso. Las palabras dañan la autoestima y autoconcepto de la víctima y, por consiguiente, dañan la forma en que se ve a sí misma y a los demás. El acoso indirecto es un tipo de acoso menos visible. Daña las relaciones sociales de la víctima y en los peores casos deja a la víctima completamente sola sin amigos en la clase. Las formas de acoso descritas anteriormente están limitadas a la escuela, excepto el acoso cibernético que alcanza a la víctima en cualquier momento y lugar.

EL ACOSO ESCOLAR CONCIERNE A TODA LA CLASE

El acoso escolar no ocurre en un vacío social. Generalmente varios estudiantes son conscientes de lo que está ocurriendo y hay varios testigos de los actos del acosador. Desafortunadamente, muchos de ellos cooperan con el acosador o se rien de los actos del acosador, transmitiendo de esa forma que aprueban el acoso. Afortunadamente hay algunas personas que se ponen del lado de la víctima. Sin embargo, la mayoría de los estudiantes no interviene en situaciones de acoso sino que permanece a los costados, y al hacer eso aprueba silenciosamente el acoso.

Los estudios han identificado distintas formas en las que los observadores (que no son ni acosadores ni víctimas) pueden reaccionar al ser testigos de acoso.

- **Ayudar al acosador.** Algunos niños tienden a participar en el acoso y a ayudar a los acosadores cabecillas de distintas formas (por ejemplo, impidiendo que el niño acosado se pueda escapar de la situación; entregando notas desagradables del acosador a la víctima; propagando rumores que otra persona inició).
- **Apoyar al acosador.** Algunos niños se juntan en el lugar para observar y reírse, premiando al acosador a través de gestos, expresiones faciales y palabras.
- **Aprobar silenciosamente el acoso.** Algunos niños se retiran a un costado en situaciones de acoso y actúan como si no lo notaran.
- **Defender al niño acosado.** Afortunadamente algunos niños se ponen del lado de la víctima y tratan de apoyarla. Intentan hacer que otros dejen de acosarlo o consuelan al niño acosado en privado.

“Al final vamos a recordar no las palabras de nuestros enemigos, sino el silencio de nuestros amigos.”

La cita anterior de Martin Luther King describe con exactitud la experiencia de muchos niños acosados que los conduce a creer que a nadie le importa lo que les pasa o que nadie está de su lado. Esta situación puede persistir durante años. ¿Por qué las personas no se ponen del lado de la víctima? Puede haber muchas razones detrás de su inacción. Una razón es la falta de valentía; el miedo a ser ellos víctimas de acoso. La falta de conocimiento es otro factor que puede impedir que una persona brinde apoyo; no saber qué hacer para ayudar a la víctima. El objetivo del programa KiVa es ayudar a los niños a darse cuenta de que hasta las cosas pequeñas pueden hacer algo para transmitir lo siguiente, “Estoy de tu lado”, “Quiero apoyarte” o “Pienso que te están maltratando.”

Cuando el acoso continúa, muchos estudiantes comienzan gradualmente a ver a la víctima de forma cada vez más negativa. Dentro de un grupo puede convertirse en un hábito tratar mal al niño acosado. En tales casos, las normas del grupo hacen imposible defender a la víctima o hasta estar en contacto con ella. Los estudiantes también pueden pensar que el acoso es aceptable si no se lo aborda y se permite que continúe.

Los estudiantes pueden sentirse avergonzados de lo que se le está haciendo a la víctima. Los sentimientos de vergüenza y bochorno pueden aumentar la negativa de otros estudiantes a intervenir en el acoso. Gradualmente esta falta de intervención puede tornarse en indiferencia y la situación de la víctima puede ser borrada de la memoria. Cuando alguien olvida, se puede sentir mejor. Una vez que el acoso se saca de la mente, se convierte en trivial y uno puede dejar de prestarle atención especial. En este punto, el acoso se ha convertido en parte de la vida cotidiana de una clase y de la escuela, y un estudiante solo no tiene razones, herramientas ni la valentía para intervenir.

El objetivo del programa KiVa es influenciar a toda la clase. El programa ayuda a construir un clima compartido de conciencia, intervención y responsabilidad. La meta es educar a los estudiantes para que en vez de aprobar silenciosamente o alentar a los acosadores, comiencen a apoyar a la víctima, demostrando de esa forma que no aprueban el acoso. Detener el acoso escolar se hace posible cuando se desarrolla un sentido de responsabilidad compartida y se cambian las normas grupales. Este programa intenta lograr ambas cosas. Otra meta es brindarles a los estudiantes herramientas concretas para intervenir en situaciones de acoso como también para crear un ambiente seguro, donde nadie que defienda a la víctima tema ser acosado.

El acosador casi nunca trabaja solo. Generalmente tiene sus ayudantes y compañeros que lo alientan. La víctima puede tener defensores, pero la mayoría de los estudiantes se retira a un costado en situaciones de acoso y termina aprobando silenciosamente. El miedo y la falta de conocimiento hacen imposible ponerse del lado de la víctima. Se olvidan del acoso y éste se convierte en una parte normal de la jornada escolar. El programa KiVa ofrece conocimiento fundamentado en investigaciones, herramientas y soluciones que pueden ayudar a los maestros a abordar el acoso y ayudar a los estudiantes a ponerse del lado de la víctima en forma segura.

¿QUÉ CAUSA EL ACOSO ESCOLAR?

La pregunta más común sobre el acoso es qué lo causa. La respuesta no es simple. ¿Es el acosador? ¿O quizá la víctima? ¿El maestro? ¿El clima escolar? ¿La sociedad? Lo que es seguro es que el acoso escolar nunca se debe exclusivamente a uno de los elementos enumerados anteriormente. Los factores que incrementan el riesgo de un niño de convertirse en acosador o víctima son conocidos. También se ha demostrado que el acoso tiene mayores probabilidades de ocurrir en ciertas clases que en otras. También existen diferencias entre escuelas, entre países, etc. En distintas culturas, distintas cosas pueden aumentar el riesgo de ser víctima de acoso. Por ejemplo, en países occidentales los niños tímidos y tranquilos son víctimas más frecuentes de acoso, mientras tales niños en China gozan de un estatus alto dentro de su círculo de amigos. Por lo tanto, lo que es valorado en cada cultura también tiene un efecto sobre el fenómeno del acoso.

¿Quién acosa y a quién?

Las investigaciones demuestran que hay ciertas características que pueden poner a un niño en riesgo de convertirse en acosador. Algunos de estos niños pueden tener problemas graves en distintas áreas de la vida, pueden tener una personalidad agresiva o pueden tener dificultad para sentir empatía por otros. Sin embargo, es importante comprender que *generalmente los acosadores son niños comunes, amables que cuando están juntos, terminan siendo malos con un miembro del grupo.*

La visión actual es que una de las razones principales detrás del acoso es el intento del acosador de reforzar su propio estatus social o de obtener poder dentro del grupo. Los niños que acosan a otros a menudo tienen la necesidad de ser vistos y escuchados, recibir admiración y obtener poder dentro del grupo. Por lo tanto, el blanco del acoso es generalmente un niño o adolescente inseguro, tímido, que ya tiene un estatus social bajo dentro del grupo o que tiene pocos amigos o ninguno. Al escoger este tipo de víctima, el acosador se asegura que el grupo no responderá para detener el acoso y se garantiza una victoria fácil. Por lo tanto, las creencias persistentes de que el acosador es un niño problemático con baja autoestima y que exterioriza sus propios malos sentimientos al acosar a otros son incorrectas. Hay muchos niños que acosan a otros para divertirse, para impresionar a otros o simplemente por pura desconsideración.

En algún punto cualquiera puede ser víctima de acoso. Los estudios de investigación han identificado algunas características que *aumentan el riesgo* del niño o adolescente de ser víctima de acoso. Éstas incluyen características visibles tales como un físico fuera de lo normal, tener bajo peso o sobrepeso, torpeza o temas de temperamento tales como timidez, ser introvertido e impulsividad. También los niños con dificultades de aprendizaje tienen un riesgo más alto de ser acosados. La timidez, inseguridad y baja autoestima son los predictores más comunes de ser víctima en el futuro. Sin embargo, es solo un riesgo aumentado, no una certeza de que la presencia de estas características va a conducir a ser víctima de acoso.

A pesar de que las características listadas anteriormente pueden aumentar el riesgo de ser acosado, no significa que el ser acosado sea la culpa de la víctima o de sus padres ni su responsabilidad. Las diferencias físicas, la timidez y la inseguridad no son defectos de la víctima, sino características por las cuales merece respeto. También es importante destacar que los resultados de las investigaciones están basados en numerosos datos de cientos de estudiantes. Lo que es verdadero al estudiar grandes cantidades de estudiantes no aplica necesariamente a cada situación individual de acoso. Por lo tanto, los niños que no son particularmente tímidos o inseguros o que tienen la autoestima alta pueden terminar siendo víctimas de acoso.

Aunque muchos niños y adolescentes acosados son no agresivos, reservados y tímidos, también hay víctimas de acoso que ellas mismas son agresivas. Esta agresividad "explosiva" e incontrolable puede incrementar el riesgo de que el niño sea acosado. Una cantidad pequeña de víctimas puede a su vez acosar, por ejemplo, a niños más pequeños o débiles. A menudo es especialmente difícil detener el acoso hacia estas víctimas-acosadores. Debido a la propia agresividad y mal comportamiento de las víctimas-acosadores sus propios compañeros pueden considerar que acosarlos es comprensible, hasta justificado.

Cuando se les pide a los niños que den una razón por el acoso, a menudo dicen que la víctima es "tan insoportable", torpe en situaciones sociales, "creída", habla demasiado, etc. Es importante, sin embargo, comprender que el acoso está siempre mal, es una falta de respeto y nadie lo merece. Si la conducta de otro te irrita o molesta seriamente, díselo, el acoso no es la solución.

Además de las características individuales de los niños, muchos factores grupales afectan el acoso. Los demás pueden esperar que la persona en el rol de acosador se comporte de cierta manera. En otras palabras, cuando una persona actúa según su rol, está respondiendo a las expectativas de otros. Por ejemplo, si el acosador les da a todos un "show de acoso", puede sentirse más parte del grupo y que está actuando de acuerdo a las expectativas del grupo. Además de las expectativas del rol, los actos del acosador también son afectados por las normas a favor o en contra del acoso dentro de la clase y la cultura general de la escuela. Se ha observado que en ciertas clases o escuelas, los factores individuales específicos que pueden incrementar el riesgo de ser acosado no predicen la victimización después de todo. Eso significa que el acoso en estos casos puede ser el resultado de normas del grupo que apoyan el acoso en vez de oponerse a él. Por lo tanto, aunque ciertos factores pueden aumentar el riesgo de que un niño sea víctima de acoso, no garantizan que lo será. Es importante tener en cuenta las normas dentro de un grupo, sea una clase o una escuela, al tratar de comprender por qué sucedió el acoso.

Al considerar el efecto que el grupo tiene en los actos del acosador, el objetivo no es quitar o disminuir la responsabilidad individual del acosador por sus actos, sino ver al acoso como un fenómeno que es afectado por otros factores que van más allá de las características individuales del acosador. Estas cuestiones serán abordadas en las lecciones KiVa, pero también pueden ser habladas en el hogar.

¿Qué le sucede a la víctima y al acosador?

El acoso escolar es un riesgo para el desarrollo y bienestar tanto de la víctima como del acosador. Los niños acosados son, entre otras cosas, más depresivos y ansiosos que otros niños. Pueden tener miedo de ir a la escuela y su confianza en otras personas está dañada.

Si no se aborda el tema, el acoso también presenta un riesgo para el acosador. El acosador puede pensar que acciones similares en el futuro no van a acarrear consecuencias para él, y puede comenzar a pensar que maltratar a otros es una buena forma de obtener atención y poder dentro de un grupo. En el peor de los casos, este camino puede conducir a problemas más adelante en la vida, como problemas mayores en las relaciones interpersonales, agresión cada vez mayor que puede conducir a la violencia, etc.

Si se le permite a un niño que está acosando a otros continuar con su conducta:

- Su actitud y creencias acerca del acoso y la violencia se tornarán más positivas. Adoptará una actitud de mayor falta de respeto hacia otros y considerará el herir a otros algo aceptable y hasta divertido.
- Aprenderá a usar el acoso como medio para controlar situaciones sociales. El acoso puede ser gratificante, recibe atención, le da una sensación de poder, un estímulo a la confianza en sí mismo y hasta placer.
- Por otra parte, el acosador también puede sentirse atrapado si no puede cambiar su conducta y aprende que nadie puede ayudarlo ni detenerlo.

Según estudios de seguimiento, los niños y adolescentes no dejan atrás el acoso por el mero hecho de crecer. Por lo tanto, el acoso no se detiene solo y los niños que acosan frecuentemente tienen un mayor riesgo de convertirse en adultos tendientes a conductas agresivas y violentas

Aunque hay ciertos rasgos comunes (agresividad, falta de empatía) que caracterizan a algunos acosadores, los niños y adolescentes comunes también acosan y se comportan mal hacia un miembro del grupo algunas veces debido a la desconsideración. Los niños que acosan a otros, a menudo tienen la necesidad de ser vistos y escuchados, recibir admiración y obtener poder dentro del grupo. Por lo tanto, el blanco escogido para el acoso es un niño o adolescente inseguro, tímido, que ya tiene un estatus bajo dentro del grupo o que tiene pocos amigos o ninguno. Nadie termina siendo un acosador o una víctima solo en base a características individuales. Estos roles también son influidos por las expectativas de otros estudiantes y las normas de la clase. El acosador puede sentir que es más aceptado en el grupo si le ofrece a otros un show "divertido". La víctima sufre por el acoso y más adelante en la vida éste puede causarle consecuencias visibles tales como la depresión y la desconfianza en los demás. El acoso también es un riesgo para el acosador. Si no se interviene para detener su conducta a tiempo, su bienestar y desarrollo pueden ser puestos seriamente en riesgo.

¿CÓMO RECONOZCO A UN ESTUDIANTE ACOSADO?

Cambios en la conducta

Las consecuencias y efectos del acoso escolar se pueden manifestar en el estudiante de muchas formas. Muchos signos que hacen pensar en acoso también pueden ser el resultado de otros problemas en la vida del niño o adolescente. La enfermedad repentina de un familiar, el divorcio de los padres, los conflictos entre los padres y hermanos, o el desempleo pueden hacer difícil la vida de toda la familia y manifestarse en los niños y adolescentes en forma de conducta sintomática. Los signos descritos a continuación no son exclusivamente signos de acoso. También es importante recordar que cada padre conoce mejor que nadie las formas en que su hijo expresa angustia y cuando todo no está bien.

Generalmente la mejor clave es un cambio en la conducta del estudiante. Si, por ejemplo, un estudiante que previamente tenía sentimientos positivos hacia la escuela, pierde el interés en la escuela y la evita, ésta es una razón suficiente para prestar atención a la situación más de cerca y pensar qué podría haber ocasionado ese cambio súbito. Hablar del tema es la forma más clara y directa. Hay que tener en cuenta que un niño o adolescente no necesariamente va a querer hablar sobre la situación ni siquiera con sus padres. Es importante establecer reglas básicas para las conversaciones que se basen en hablar de forma respetuosa y transmitir apoyo. También puede ser necesario ponerse en contacto con la maestra de clase o el equipo KIVA de la escuela.

Algunos signos que implican que un estudiante es acosado

A diferencia de lo que ocurría anteriormente, el estudiante...

- tiene miedo de ir o volver caminando de la escuela o de tomar la ruta habitual para la escuela
- no quiere montar el autobús escolar
- pide frecuentemente ser llevado a la escuela en automóvil o desea ser acompañado hasta la escuela
- no quiere ir a la escuela, falta a la escuela o a clase sin un motivo claro
- se queja de sentirse enfermo por la mañana los días de clase
- llega a su casa de la escuela con la ropa o mochila desaliñada o rota
- llega a su casa con hambre (tiene miedo de ir y comer en la cafetería)
- se vuelve retraído, callado y parece haber perdido la confianza en sí mismo
- está estresado y ansioso
- pierde el apetito, dice a menudo que no siente deseos de comer
- se va a dormir llorando, tiene pesadillas
- pierde sus posesiones (gorra de béisbol, sombrero, libros, cuadernos, estuche para los lápices, etc.)
- pide o roba dinero (para dárselo al acosador o sus ayudantes) o pierde con frecuencia su mesada
- tiene moretones, rasguños o cortes misteriosos
- se muestra enojado, fácilmente irritable y "difícil"
- está generalmente solo sin amigos, no trae amigos a la casa
- se niega a conversar sobre lo que está mal o da frecuentemente explicaciones poco convincentes a las cuestiones mencionadas anteriormente

No hay un signo único que indique que el estudiante está siendo acosado.

Cada padre conoce a su hijo y las formas en que expresa angustia. Generalmente la clave es la aparición de un cambio comparado con la conducta previa del estudiante, por ej. un estudiante a quien antes le gustaba ir a la escuela, ahora se niega a ir. Si no parece haber una razón aparente para el cambio, es importante conversar con el niño y con el personal de la escuela sobre la posibilidad de que el niño esté siendo acosado.

II MEDIDAS CONTRA EL ACOSO ESCOLAR EN LA ESCUELA Y EN EL HOGAR

MEDIDAS EN LA ESCUELA

Programa KiVa

KiVa está basado en conclusiones de investigaciones y ha sido desarrollado como una herramienta para educadores contra el acoso escolar.

Medidas en la escuela

KiVa brinda al personal escolar información sobre el acoso escolar y cómo abordarlo, y hace todo lo posible para lograr que todos los adultos de la escuela se comprometan a trabajar contra el acoso escolar. El programa contiene materiales para reuniones en la escuela y noches informativas de regreso a clases para los padres. Los vigilantes del recreo usan chalecos de material reflectante para aumentar su visibilidad y para recordarles tanto a los alumnos como a los vigilantes que la tarea importante de los vigilantes es ser responsables por la seguridad de todos.

Medidas en la clase

El programa KiVa consiste de 10 lecciones (2 sesiones de 45 minutos) y trabajos a ser realizados durante el transcurso de un año escolar. Los alumnos de edades/grados específicos tienen lecciones KiVa una o dos veces por mes. La lección consiste de discusiones sobre el acoso escolar y sobre el respeto hacia los demás, cómo funcionar en un grupo y distintos tipos de ejercicios y trabajo grupal. Las lecciones y los temas son complementados por el juego de computación KiVa. A través del juego los alumnos ingresan a una escuela virtual para practicar medidas contra el acoso escolar y reciben comentarios sobre sus actos. Los alumnos que tienen acceso a Internet en su hogar también pueden acceder al juego desde allí. ¡Pídanle a su hijo que les muestre el juego KiVa!

El objetivo del trabajo realizado a nivel de la clase es educar a los alumnos sobre su rol para detener el acoso escolar. Así, en vez de aprobar silenciosamente el acoso o alentar a los acosadores, los niños comienzan a apoyar a los compañeros victimizados y al hacerlo, transmiten el mensaje de que no aprueban el acoso. Terminar con el acoso escolar se hace posible cuando se desarrolla un sentido compartido de responsabilidad y las normas del grupo son cambiadas.

Medidas en casos individuales de acoso escolar

El programa KiVa no solo se concentra en prevenir el acoso escolar, sino que también aborda casos específicos de acoso lo más efectivamente posible. Cada escuela que implementa el programa tiene una *fuerza de trabajo*, el equipo KiVa, que está formado por al menos tres maestros u otros adultos. En su capacitación los integrantes del equipo aprenden medidas para abordar casos individuales de acoso escolar. Ellos funcionan como expertos en las cuestiones relacionadas con el acoso en la escuela.

Cuando un padre contacta a la escuela con inquietudes sobre acoso o un alumno le cuenta a un maestro un episodio de acoso, el primer paso que toma el maestro es determinar si está enfrentando un acoso sistemático, un conflicto accidental, una discusión entre niños o un malentendido que ha causado angustia. Todos los casos que reúnen los requisitos de acoso son derivados al equipo KiVa, cuyos integrantes abordarán el caso y lo discutirán con los niños involucrados. Primero, los integrantes del equipo hablan con la víctima, y luego, en forma individual, con cada alumno que participó en el acoso. Después de eso, todos los niños que participaron en el acoso se reúnen en grupo. Una vez alcanzado un acuerdo sobre cómo los acosadores van a modificar su conducta, se programa una nueva reunión para seguir la discusión. Estas discusiones de seguimiento se realizan para asegurarse de que el acoso se haya de hecho detenido.

Los padres son informados sobre todos los casos que conciernen a su hijo tratados por el equipo KiVa. Si resulta necesario, se les puede pedir a los padres que se acerquen a la escuela para hablar sobre el tema. Sin embargo, las discusiones relacionadas con el acoso son principalmente entre los adultos de la escuela y los estudiantes.

A nivel de la escuela el objetivo del programa KiVa es ofrecer al personal escolar información básica sobre el acoso escolar y las formas de abordarlo, y lograr que el personal se comprometa con el trabajo contra el acoso. Los vigilantes del recreo usarán chalecos muy visibles con el logo de KiVa para recordarles a todos sobre el programa. *A nivel de la clase*, el objetivo es influir sobre los estudiantes para que en vez de aceptar silenciosamente o alentar a los acosadores, apoyen a la víctima, transmitiendo de ese modo que no aprueban el acoso. *A nivel de los estudiantes*, el propósito es enfocarse en abordar los casos graves de acoso lo más efectivamente posible. El abordar un caso siempre incluye una discusión de seguimiento para asegurarse de que la situación haya cambiado.

MEDIDAS EN EL HOGAR

Las preguntas son importantes

“¿Cómo te fue hoy en la escuela?” o “¿Cómo estuvo todo en la escuela?” son preguntas cotidianas importantes que los padres pueden hacer a sus hijos. Las mismas brindan información sobre cómo le fue al niño en la escuela, sus sentimientos, humor y relaciones con sus amigos. Las preguntas indican que los padres están interesados en lo que está sucediendo en la escuela. También pueden servir como puente para discutir posibles problemas con los amigos.

La próxima vez que le pregunten a su hijo sobre su día en la escuela, no se conformen con una respuesta breve de “Bien” u “OK”. Tómense más tiempo para poder hablar sobre el tema tanto cuanto sea necesario. Además de las palabras, es importante “escuchar” los sentimientos, el tono de voz, y prestar atención a expresiones faciales y gestos. El objetivo no es interrogar, sino tener un diálogo donde ambas partes intercambien historias sobre los eventos del día. Es bueno hacer preguntas que no puedan ser respondidas con un simple sí o no.

Las siguientes preguntas pueden llevarlos al tema:

- ¿Qué fue lo mejor y lo peor que te pasó hoy en la escuela?
- ¿Con quién estuviste hoy en la escuela? ¿Qué tal eran?
- ¿Qué hiciste hoy con tus amigos? ¿Fue divertido?
- ¿Qué hiciste camino a la escuela/casa?

“¿Cómo te fue hoy en la escuela?”

“¡Muy bien!”

“Me saqué una B en matemáticas y Jake me hizo reír cuando íbamos camino a la escuela.”

“Janice y yo hicimos un récord.”

“Me escogieron última otra vez durante el recreo para el partido de fútbol.”

Cómo apoyar a un niño que es víctima de acoso

El conocimiento o la sospecha de que su hijo está siendo víctima de acoso en la escuela puede generar muchos tipos de emociones. Sentimientos como enojo, miedo, vergüenza y culpa son naturales y hasta esperados en dicha situación. Aunque se sientan abrumados por las emociones, traten de evitar reaccionar exageradamente porque hacerlo puede conducir al niño, víctima de acoso, a creer que él ha causado la angustia de sus padres. Otro peligro es reaccionar menos de lo esperado, lo cual puede conducir al niño a sentir que están minimizando la situación. Los temas difíciles no deben ser evitados, reaccionando de más o de menos, lo importante es aprender cómo abordarlos. El objetivo de abordar el tema es apoyar al niño, aumentar su autoestima y asegurarse de que el acoso se termine.

¿Qué hacer?

- Si saben o sospechan que su hijo es víctima de acoso, háganle saber. Quizá no quiera decirles, así que estén preparados porque al principio puede negarlo.
- Alíentelo a su hijo a hablar sobre el tema y asegúrenle que quieren ayudarlo no importa cuán difícil sea la situación. Transmítanle a su hijo que están 100% de su lado.
- Digan clara y frecuentemente que el acoso no es su culpa. No hay nada mal en él que justifique el acoso.
- ¡No prometan mantener el tema en secreto porque luego se hace imposible intervenir! Prometan, sin embargo, que no harán nada sin consultarlo primero. De esta forma mantendrán la confianza y un diálogo abierto.
- Piensen juntos cómo sobrevivir situaciones individuales de acoso. Las medidas simples son las mejores. Los acosadores desean que la víctima reaccione de cierta forma: llorando, confundido, sintiendo miedo, explotando, etc. Si es posible, la víctima debe tratar de mostrarse indiferente, decir NO al acoso y/o salir de toda la situación. Es difícil para el acosador continuar si la víctima no reacciona o se va. La asertividad necesaria en situaciones de acoso puede ser practicada, cómo decir NO, BASTA o NO ME ACOSES de forma convincente.
- Piensen juntos cómo evitar situaciones en las que su hijo es acosado con facilidad. Por ejemplo, el niño no debe ser el último en salir de la clase o de la cafetería, no debe llevar dinero u objetos valiosos a la escuela, y no debe quedarse lejos de otros estudiantes o del vigilante del recreo. Es bueno estar cerca de otros aunque no sean conocidos. Se está más seguro en grupo.
- Piensen cómo aumentar la autoconfianza de la víctima. Por ejemplo, podrían hacer un póster para su hijo que lo ayude a sentirse bien. Busquen una foto en la cual su hijo se vea feliz y contento. Péguenla sobre papel. Alrededor de la misma, escriban comentarios bonitos, de apoyo y aliento que otros le hayan hecho. También escriban comentarios sobre sus fortalezas y situaciones en las que se destaca. Una vez terminado el póster, colóquenlo en un lugar visible.
- Como consecuencia del acoso, las víctimas pueden actuar en forma tímida y retraída. Las lecciones KiVa incluyen discusiones sobre cómo hacerse amigos y ejercicios sobre las destrezas necesarias para establecer relaciones. Pueden preguntarle al maestro sobre los temas de las lecciones y también pueden conversar sobre los mismos en el hogar. Piensen sobre distintas formas en las que se puede hacer amigos y mantener amistades.
- Pueden alentar al niño a invitar amigos a su casa, quizá uno a la vez al principio, así puede practicar destrezas sociales en un entorno familiar y seguro.
- Pueden alentar al niño a empezar algún hobby, a través del cual pueda conocer y hacer amigos nuevos.
- Vale la pena contactar al equipo KiVa de la escuela. Los integrantes del equipo han sido capacitados para abordar casos de acoso. Cuéntenles a los integrantes del equipo lo sucedido y lo que han hecho en el hogar para apoyar a la víctima.

Se puede practicar juntos cómo manejar situaciones de acoso

El manejar situaciones de acoso puede ser practicado en el hogar. Detener el acoso no es la responsabilidad del estudiante/víctima; la responsabilidad siempre recae sobre los adultos, y en la escuela, sobre los maestros. Las palabras NO o BASTA pueden funcionar como un primer paso en la situación. Pueden detener la conducta ofensiva dirigida al estudiante en esa situación determinada.

¿Eres capaz de decirle NO o BASTA al acosador en forma convincente?

En muchas situaciones de acoso es posible decirle NO al acosador. Primero puedes practicar con tus padres. En tu casa, busca un lugar tranquilo donde tengas privacidad y nadie te moleste. Lee en voz alta los pensamientos de la sección YO SÉ que aparece a continuación. Conversa sobre ellos. Luego pasa a la sección YO PUEDO, donde practicas usando la palabra NO. Finaliza con la sección YO HAGO, en la cual usas la palabra en una situación real. Juntos pueden pensar en situaciones donde puedes y debes usar la palabra NO.

Yo sé. NO es una palabra breve pero poderosa. Transmite a otros que no te gusta lo que están haciendo. Si te sientes amenazado o si alguien te está maltratando, puedes usar esta palabra. Si te resulta difícil decir NO, puedes practicar decirla.

Yo puedo. Con la práctica puedes aprender muy bien a decir NO. Puedes comenzar practicando, por ejemplo, parándote frente al espejo. Observa tu reflejo en el espejo. Párate derecho con la frente en alto. Respira profundamente y di clara y firmemente NO. Dilo otra vez en voz alta con un tono más fuerte y profundo. NO.

También puedes practicar con un miembro de tu familia. Míralo a los ojos y di con voz firme y clara NO. No tienes que estar enojado o molesto, solo sé firme y decidido al decir NO.

Yo hago. Después de practicar, comienza a usar la palabra en situaciones de la vida real. Piensa en lo bien que dijiste NO cuando estabas practicando y dilo ahora en situaciones de la vida real cuando seas acosado o tratado irrespetuosamente. Salir de la situación amplifica el efecto de la palabra. No tiene sentido quedarse y discutir. Si estas situaciones continúan sucediendo, asegúrate de contárselo a un maestro o adulto.

¿Cómo pueden los observadores ayudar a la víctima?

Además del acosador y sus ayudantes generalmente hay observadores presentes en las situaciones de acoso. No son responsables del acoso, pero pueden hacer mucho para reducirlo y prevenirlo.

- Alíentelo a su hijo a adoptar una postura para detener el acoso. El acoso puede detenerse más rápido si interviene alguien de afuera.
- Pregúntele a su hijo qué se siente al observar el acoso desde afuera. ¿Qué sentimientos evoca? Conversen sobre estos sentimientos.
- Sugíerale a su hijo que hable sobre el acoso con sus amigos. ¿Qué podrían hacer juntos para terminar con el acoso? Un grupo de personas que considere el acoso como algo negativo puede tener una gran influencia en detenerlo. ¡El acoso terminará cuando no haya audiencia para observarlo!
- También pueden hablar sobre distintos tipos de acoso. El acoso no es solo pegar e insultar, también puede haber acoso indirecto o cibernético. ¡Ninguno es aceptable!
- Alíentelo a su hijo a contarle a un adulto sobre el acoso. No es chismear ni andar contando cosas por contar. El contarle a los adultos es una forma aceptable y efectiva de ayudar a la víctima. El silencio solo prolongará el sufrimiento de la víctima.
- Háblele a su hijo sobre el equipo KiVa (el equipo de la escuela contra el acoso) que es responsable de abordar los casos de acoso. Contacten a los integrantes del equipo para contarles sobre el acoso.

Si su hijo es acosado por celular u online

¿Qué hacer ante mensajes insultantes?

- Aconséjenle a su hijo que no tiene que abrir los mensajes enviados por acosadores o por desconocidos.
- Aconséjenle a su hijo que conteste mensajes de acoso una vez, generalmente no tiene sentido responder más que eso y la respuesta debe ser breve y sobre el punto, asegurándose de indicar que desea que termine el acoso.
- Si el emisor del mensaje asiste a la misma escuela que su hijo, comunicarse con el personal escolar.
- Si el acoso continúa, vale la pena pensar en cambiar la dirección de email o el número de teléfono.
- Si es necesario, los mensajes de acoso pueden ser guardados o documentados en caso que sea necesario tomar otras medidas para abordar el acoso.
- También pueden programar el programa de email para filtrar mensajes de ciertos emisores y enviarlos a una carpeta específica así su hijo no los tiene que leer.

NUESTRO HIJO ESTÁ ACOSANDO A OTROS - ¿QUÉ DEBEMOS HACER?

¿Qué debemos hacer si somos informado que nuestro hijo está acusado de acosar a otros o se sospecha que lo está haciendo? Este tipo de información puede resultar una sorpresa, y su primera reacción puede ser de enojo, duda y culpa. Tales sentimientos son justificados y comprensibles, pero es mejor detenerse y pensar antes de abordar el asunto.

No nos gusta pensar que nuestros niños puedan acosar a otros. Generalmente vemos a los acosadores como estudiantes agresivos y trastornados de alguna manera. Lo cierto es que la mayoría de los estudiantes que acosan son niños y adolescentes comunes que provienen de hogares y familias ordinarios.

Si textos o fotografías insultantes sobre su hijo son subidos a Internet

- Comunicarse con el administrador del sitio Web. El administrador puede remover el texto y posiblemente averiguar quién es el perpetrador.
- Guardar todas las páginas donde ocurre el acoso en caso que sea necesario tomar otras medidas.
- Si el acoso es particularmente grave, hacer la denuncia legal correspondiente.

El deber más importante de los padres es amar a su hijo incondicionalmente y apoyarlo. El mensaje principal que se debe transmitir a la víctima es: ¹⁾ el acoso no es tu culpa; ²⁾ no te preocupes, te está permitido sentirte mal, vamos a superar esto juntos; y ³⁾ vas a tener ayuda y apoyo y el acoso va a terminar. En muchas situaciones de acoso el primer paso puede ser un uso contundente de la palabra NO. Si es necesario, el niño puede practicar cómo usarla junto con sus padres antes de usarla en la situación real de acoso. Si su hijo ha sido acosado online o por celular, enséñenle cómo manejarse frente a mensajes insultantes o inapropiados. Vale la pena contactar al equipo KiVa para hablar sobre lo sucedido. Los integrantes del equipo pueden hablar sobre lo que ha sido o será hecho en la escuela para abordar el caso y finalizar con el acoso. Si el acoso es particularmente grave, vale la pena considerar la posibilidad de hacer la denuncia legal correspondiente.

¿Qué hacer?

- Averigüen exactamente qué sucedió. ¿Es realmente acoso o un desacuerdo o discusión entre estudiantes? También puede ser necesario abordar los desacuerdos o discusiones. Cuando le pregunten a su hijo sobre la situación no critiquen, acusen ni juzguen.
- Averigüen cómo y por qué el niño está participando en el acoso. ¿Cuál es su rol en las situaciones de acoso? ¿Es el perpetrador principal, un ayudante o alguien que alienta al acosador? Recuerden que los niños a menudo niegan haber participado en lo ocurrido o minimizan su parte.
- No acepten explicaciones tales como: "Estábamos solo jugando, no era en serio." Sean claros para expresar que no aprueban el acoso escolar y ayuden a su hijo a comprender la diferencia entre jugar y acosar.
- Hablen sobre lo atemorizante e injusto que es el acoso para la víctima. Enfatizan que nada justifica el acoso.
- Expliquen que el acoso debe terminar porque la situación puede empeorar tanto para la víctima como para los acosadores.
- Condenen el acoso, no a su hijo. Aclaren bien que no apoyan el acoso, pero que apoyan a su hijo. Asegúrenle que están listos para ayudarlo y apoyarlo para que termine con el acoso.
- Piensen si su hijo necesita más supervisión y guía adulta. Establezcan reglas claras para los hobbies y las salidas. Manténganse informados sobre dónde está su hijo y con quién en todo momento.
- Enséñenle a su hijo a respetar a otros y a aceptar las diferencias que tienen las personas. La diferencia es riqueza y no una amenaza ni un motivo para ridiculizar.
- Díganle a su hijo que saben que él puede cambiar su conducta. Díganle que están seguros que no desea realmente lastimar a otros o herir sus sentimientos. Fortalezcan su confianza en que puede realmente cambiar su conducta.
- El cambio es posible, por ejemplo, desarrollando destrezas sociales, rodeándose de amigos que no aprueban el acoso y comenzando hobbies nuevos. Piensen juntos sobre medidas que su hijo puede tomar para llevarse bien con los amigos y recibir atención positiva dentro de un grupo.
- Hagan comentarios positivos por no participar en acoso y por tomar pasos pequeños para terminar con el acoso.
- Aclaren que si el acoso persiste, habrá consecuencias negativas tanto en la escuela como en el hogar.
- Si tienen que recurrir a castigos, usen métodos justos. Los castigos no deben ser corporales. Tales castigos pueden de hecho aumentar la conducta de acoso. Lo esencial es decirle a su hijo que lo aceptan y aman pero que no aceptan el hecho de que acose a otros.
- Los integrantes del equipo KiVa han sido capacitados para abordar casos de acoso. ¡Confíen en ellos! Si lo desean hablen con ellos sobre lo que se está haciendo en la escuela para terminar con el acoso escolar.

Hay muchas formas en que pueden ayudar a su hijo si ha estado acosando a otros. Mantenerse calmos y decididos al discutir el tema con él. Aclararle bien que no aprueban el acoso escolar. Intenten lograr empatía por la víctima. Hablen sobre lo asustada que debe estar la víctima y lo mal que se debe sentir. Enfatizan que nada justifica el acoso. Díganle a su hijo que lo apoyarán para que termine con el acoso. Piensen juntos distintos métodos para que su hijo controle el enojo y para lidiar con la desilusión. También pueden pensar en qué puede hacer su hijo para apoyar a la víctima. Por ejemplo, podría decir "hola" y sonreírle para transmitirle su apoyo. Como mínimo debe acordar no participar más en el acoso de forma alguna.

RESUMEN DE LA GUÍA PARA PADRES

Capítulo	Resumen
Una Escuela KiVa es una escuela que lucha contra el acoso escolar (pág. 3)	La guía para padres es parte del programa KiVa; una herramienta para combatir el acoso escolar desarrollada para los padres o tutores. El objetivo de esta guía es ofrecer información sobre el acoso escolar; lo que se sabe sobre el mismo y qué se puede hacer para abordarlo en el hogar y en la escuela.
¿Qué es el acoso escolar? (pág. 4-7)	El acoso ocurre cuando el mismo estudiante es herido repetida y deliberadamente. El perpetrador es alguien contra el cual a la víctima le resulta difícil defenderse. El acoso escolar no es un juego inocente, uno no sobrevive al mismo vengándose y no fortalece el carácter. El acoso escolar es siempre una violación grave de los derechos de otra persona y degrada su valor y dignidad como ser humano.
Formas de acoso escolar (pág. 8-9)	El acoso puede ser visible u oculto por naturaleza. Las formas visibles son el abuso físico y emocional. El acoso indirecto es un tipo de acoso menos visible. Daña las relaciones sociales de la víctima. Las formas de acoso descritas anteriormente están limitadas a la escuela, excepto el acoso cibernético que alcanza a la víctima en cualquier momento y lugar.
El acoso escolar concierne a toda la clase (pág. 10-12)	El acosador casi nunca trabaja solo. Generalmente tiene sus ayudantes y compañeros que lo alientan. La víctima puede tener defensores, pero la mayoría de los estudiantes se retira a un costado en situaciones de acoso y termina aprobando silenciosamente. El acoso puede gradualmente convertirse en una parte normal de la jornada escolar.
¿Qué causa el acoso escolar? (pág. 13-15)	Los niños que acosan a otros, a menudo tienen la necesidad de ser vistos y escuchados, recibir admiración y obtener poder dentro del grupo. A menudo el blanco escogido para el acoso es un niño o adolescente inseguro, tímido, que ya tiene un estatus bajo dentro del grupo o que tiene pocos amigos o ninguno. Nadie termina siendo un acosador o una víctima solo en base a características individuales. Estos roles también son influidos por las expectativas de otros estudiantes y las normas de la clase.
¿Cómo reconozco a un estudiante acosado? (pág. 16-19)	No hay un signo único que indique que el estudiante está siendo acosado. Cada padre conoce a su hijo y las formas en que expresa angustia. Generalmente la clave es la aparición de un cambio comparado con la conducta previa del estudiante, por ej. un estudiante a quien antes le gustaba ir a la escuela, ahora se niega a ir.
Medidas contra el acoso escolar en la escuela y en el hogar (pág. 20-21)	A nivel de la escuela el objetivo del programa KiVa es ofrecer información básica sobre el acoso escolar y las formas de abordarlo. A nivel de la clase, el objetivo es influir sobre los estudiantes para que en vez de aceptar silenciosamente o alentar a los acosadores, apoyen a la víctima, transmitiendo de ese modo que no aprueban el acoso. A nivel de los estudiantes, las medidas clave son las discusiones para abordar la situación. Siempre hay una discusión de seguimiento para asegurarse de que el acoso haya terminado.
Medidas en el hogar (pág. 22-29)	El objetivo de abordar el tema es apoyar a la víctima, aumentar su autoestima y asegurarse de que el acoso se detenga. Vale la pena contactar al equipo KiVa de la escuela para hablar sobre lo sucedido. En su capacitación los integrantes del equipo han aprendido medidas para abordar casos individuales de acoso.
Nuestro hijo está acosando a otros, ¿qué debemos hacer? (pág. 30-32)	Mantenerse calmos y decididos al hablar sobre el acoso con su hijo. Aclararle bien que no aprueban el acoso escolar. Díganle a su hijo que lo apoyarán para que termine con el acoso. Piensen juntos distintos métodos para que su hijo controle el enojo y para lidiar con la desilusión. También pueden pensar en qué puede hacer su hijo para apoyar a la víctima. Por ejemplo, podría decir "hola" y sonreírle para transmitirle su apoyo. Como mínimo debe acordar no participar más en el acoso de forma alguna.

Font: <http://www.educatolerancia.com/pdf/Programa%20Kiva%20contra%20el%20Acoso%20Escolar.pdf>.