

## **Un problema complejo: ¿Qué es el bullying o el acoso entre pares?**

La cercanía y el diálogo con nuestros hijos es clave para preguntar y explorar elementos de sospecha. Se requiere nuestra especial atención para encontrar los espacios y tiempos. Hay que tener presente que pueden estar participando del problema desde diferentes roles: acosado, acosador o testigo.

El bullying es una forma de violencia interpersonal que se da cuando un niño o adolescente más fuerte o más popular realiza acciones con intención de dañar a otro que se siente más indefenso y débil. La víctima no quiere participar de esta relación en la cual se siente humillado, pero no sabe cómo librarse de ser agredido. Suele presentarse sobre todo en el ámbito escolar o liceal, pero también en otras actividades como los traslados a la escuela, en el barrio, en grupos deportivos, campamentos, clubes, etcétera. Una característica importante del bullying es la reiteración del comportamiento agresivo o la alta probabilidad o expectativa de que se repita (por ejemplo, a través de amenazas de realizar futuras agresiones).

### Las formas del bullying

Los niños pueden ser acosados de un modo directo, por ejemplo con agresiones físicas, o de modo indirecto, a través de comportamientos agresivos verbales o escritos que no son comunicados directamente a la víctima (por ejemplo: falsos rumores). Se producen diferentes tipos de bullying: físico (pegar, empujar, salivar), verbal (amenazas, burlas a través de sobrenombres denigrantes respecto a su raza, apariencia, procedencia social, minusvalías, etcétera) y el bullying relacional: comportamientos que dañan la reputación y afectan amistades (aislamiento social al ser ignorado por el resto del grupo, exclusión de actividades grupales) o también el acoso sexual.

### Creciente aumento: cyberbullying

Pero estos comportamientos también pueden darse a través de correos electrónicos, redes sociales o mensajes por vía de los celulares, un fenómeno en creciente aumento conocido como ciber-bullying. Las encuestas realizadas en otros países indican que aproximadamente entre el 20% y el 25% de los jóvenes está directamente involucrado en bullying como perpetradores, víctimas o ambos.

### Las consecuencias

Esta situación vulnera los derechos de los niños trayendo consecuencias negativas para su salud física, emocional y social, para las familias y para el grupo. La víctima de bullying es más probable que tenga una baja autoestima, aislamiento social, pocos amigos, mal rendimiento y ausentismo escolar. Pueden experimentar problemas sicosomáticos (dolor abdominal, cefalea, trastornos del sueño) y de salud mental (depresión, ideas suicidas y ansiedad).

### Los niños agresores

Los agresores suelen ser niños que muchas veces sufren agresiones en el ámbito del hogar y también necesitan ayuda. Hay evidencia de que cada vez son más frecuentes quienes son a la vez acosadores y acosados (“bully/victims”), y en ellos los problemas arriba mencionados se ven en mayor medida. Los testigos son un grupo no menos importante que participa del problema.

### ¿Cómo podemos sospecharlo?

La cercanía y el diálogo con nuestros hijos es fundamental para preguntar y explorar elementos de sospecha. Se requiere nuestra especial atención para encontrar los espacios y tiempos. Hay que tener presente que pueden estar participando del problema desde diferentes roles: acosado, acosador o testigo.

Preguntarle si él o sus compañeros reciben sobrenombres despectivos o si sus compañeros lo ven distinto. Estar atento a si tiene amigos y qué características tienen, si lo invitan a cumpleaños, si va a casa de amigos o participa en grupos de estudios. Si presenta golpes que no se explican por sus actividades habituales, si pierde muy frecuentemente útiles escolares o prendas. También pueden existir cambios en el estado de ánimo, pueden mostrar su negativa a participar en juegos con sus pares, un aislamiento progresivo y referir dolor abdominal o cefaleas.

Es muy importante tener en cuenta que algunos niños pueden ser más vulnerables que otros (sobreprotegidos, con minusvalías, etcétera)

### ¿Qué hacer frente al problema?

Nadie duda de que estamos frente a un fenómeno sociocultural complejo que involucra al entorno del hogar, la escuela, acosado, acosadores y testigos. Es, además, un problema de salud por las consecuencias físicas, psicológicas y sociales que determina. Es importante hablar con el pediatra del tema:

-Lo primero es tratar de evitar que ocurra: tenemos que repensar y dialogar en familia y como sociedad sobre nuestros propios estereotipos, reconociendo también nuestra responsabilidad como padres y ciudadanos.

-Como pediatras que acompañamos a la familia en el desarrollo de sus hijos debemos promover que se eduque al niño en una cultura de aceptación de las diferencias, de respeto y solidaridad de unos con otros.

-Fomentar el diálogo familiar y desalentar en los hogares conductas de menosprecio verbal. Educar en formas de relacionamiento y manejo de conflictos.

-Muchos niños experimentan la violencia en sus hogares, o son menospreciados desde edades muy tempranas y estas experiencias pueden ser un terreno muy fértil para el bullying. Si el problema ya está instalado, debemos ofrecer desde nuestro rol de padres, educadores o integrantes del equipo de salud, herramientas para romper con los mecanismos que la determinan.

-Si sospechamos que nuestros hijos participan de una situación de acoso debemos plantearlo en el ámbito que ocurre. Debemos hablar con el pediatra del tema. Los maestros deberán estar atentos a estas situaciones pues la tendencia al ocultamiento de las mismas a veces dificulta reconocerlas.

-Al niño agredido se le deben ofrecer las herramientas para que termine con el problema, que no se muestre indefenso ni llore. Que enfrente al agresor. Lo que quiere el agresor es que él se muestre débil. Es importante tener en cuenta que la víctima NUNCA es la culpable del acoso.

-Si sospecha de ciber-bullying, entonces busque conocer sus contenidos.

Este tipo de acoso tiene en particular la velocidad con que los mensajes agresivos pueden ser difundidos, el gran número de individuos a los que pueden llegar, el escaso control social y que la identidad del perpetrador puede ser fácilmente ocultada.

Dra. Alejandra Tourreilles