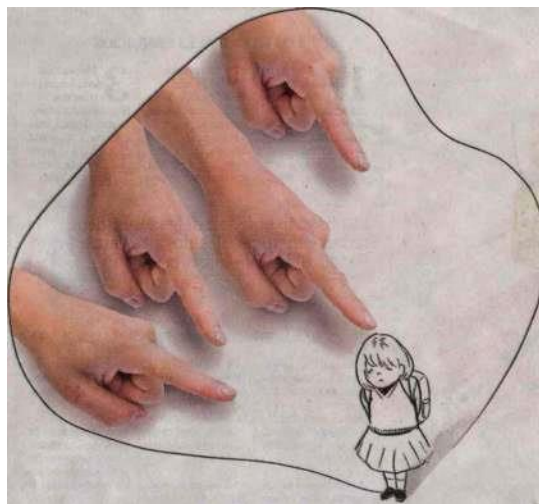


## BULLYING



### “La obligaban a limpiar las sillas del aula

Después de un año de hostigamiento en la escuela, Zoé pudo contarle a su mamá qué le pasaba y encontraron una solución

Zoé cursaba 1-grado en una escuela bilingüe de la ciudad de Buenos Aires cuando comenzó a decirle a su mamá que le tenía miedo al patio del colegio. Al preguntarle acerca de los motivos, la pequeña respondía con un desconcertante “porque sí”. “A esta primera señal de alarma, le siguieron muchas otras con el correr del tiempo”, relata hoy Verónica, quien tardó años en reconocer que su hija estaba siendo víctima de bullying.

Ya en 2<sup>o</sup> grado, Zoé le contó a su madre que una compañera, la “líder del grupo”, le había dicho que “nunca más nadie de su clase le hablaría ni estaría con ella”. La razón: ese día, durante el recreo, la pequeña se había negado a ser “su esclava”, rechazando la orden de limpiar las sillas. Como represalia, “la reina” le había ordenado al resto de sus “esclavas” que le pegaran. Una maestra pudo frenar a tiempo la violencia. A partir de ese día, Zoé quedó excluida del grupo y se convirtió en blanco constante de burlas y agresiones.

Al principio, Verónica lo tomó como “una cosa de niños” y le aseguró a su hija que “pronto todo se solucionaría”. Pero con el tiempo las cosas fueron empeorando y Zoé comenzó a apagarse cada día más.

“¿Qué problema tengo para que nadie quiera estar conmigo?”, le decía sollozando a su mamá. A su vez, sus padres se preguntaban cómo ayudarla: fueron al colegio, hablaron con los otros padres, la llevaron a la psicóloga. Nada funcionó. Desde la institución decían que estaban trabajando, pero no había cambios.

## Dejar de padecer

Buscando respuestas llegaron a la organización Libres de Bullying. Al recordar el primer encuentro con María Zysman, su fundadora, Verónica se emociona: “Fue la primera vez que alguien empatizó con lo que estábamos viviendo. El primer alivio fue saber que lo que estaba pasando no estaba bien”.

Zysman le dijo a Verónica que quería conocer y escuchar a Zoé y antes de despedirse le adelantó que una de las posibilidades que veía era cambiarla de colegio. Si bien no es la solución frente a todos los casos de bullying, en este, parecía ser el mejor camino. Al día siguiente de su primer encuentro con María, Zoé salió de su habitación y le dijo a su mamá: “No dormí en toda la noche y me quedé pensando que me gustaría que me busques un colegio, uno que me guste”.

Empezó 3- grado en una escuela nueva. El primer día de clases, cuando su mamá la fue a buscar, la vio llegar saltando de alegría. Desde ese momento en adelante (ya pasaron dos años) Zoé hizo un cambio radical. “Está llena de amigas, super-integrada y feliz”, cuenta Verónica emocionada.

“Si hay alguien pasando por una situación así, lo que aconsejo es hablar con los chicos y conseguir apoyo”, recomienda la madre. Y concluye: “No hay que dejarse paralizar por el miedo o la vergüenza. Nada justifica el maltrato”. •

## ¿CUÁNDO HABLAMOS DE BULLYING?

Se trata de un comportamiento prolongado de insulto verbal, rechazo social, intimidación psicológica o agresión física de un niño o varios hacia otro, que se convierte en blanco de reiterados ataques. Pelearse con amigos, no pertenecer al grupo deseado o no ser invitado a un pijama party no es sinónimo de bullying. "Para diferenciar una cosa de otra, hay que indagar acerca de la intencionalidad de las conductas de los chicos y observar, por ejemplo, si hay un líder intentando aislar a un compañero", explica

María Zysman, psicopedagoga y fundadora de Libres de Bullying.

## ¿Cómo puede detectarse?

I Según Lucrecia Morgan, psicóloga clínica y directora del Equipo Anti Bullying Argentina (ABA), hay algunas señales físicas y emocionales que permiten identificar si un chico sufre bullying. "No necesariamente se presentan todas al mismo tiempo y aquellas que sí lo hacen, pueden surgir con mayor o menor intensidad", aclara la especialista.

## Datos útiles LOS TRES PARTICIPANTES

### 1 Agresor

Suele disfrutar riéndose de sus compañeros cada vez que puede; busca el éxito y el estatus en un grupo a través de la manipulación; asume el rol de líder.

### 2 Víctima

Al convertirse en blanco de reiterados ataques, empieza a manifestar un descenso de autoestima y más inseguridad; suelen tener un perfil bajo.

### 3 Espectadores

Si bien no participan directamente, juegan un papel fundamental, porque si la violencia no tiene repercusión en el grupo, deja de tener sentido. Reforzar la autoestima de quienes sufren bullying es una de las claves a la hora de abordar el problema.

## SEÑALES DE ALERTA

I Evidencia de golpes, rasguños, moretones y ropa rota.

I Cambios llamativos en su humor o comportamiento y mostrarse más irritables, ansiosos o sensibles.

I Baja autoestima.

I Durante la noche tienen trastornos del sueño (insomnio, pesadillas o quieren dormir todo el día para aislarse).

I Padecen el 'síndrome del domingo a la tarde' que consiste en un rechazo contundente ante la idea de volver al colegio al día siguiente.

I Dejan de asistir de forma regular a clases, a actividades relacionadas con la escuela que antes disfrutaban, como cumpleaños o salidas extraescolares.

I Sus compañeros no los invitan a los programas que organizan después del horario escolar y ellos no quieren invitar a nadie a casa.

I Cambio abrupto en el rendimiento escolar.

I Empiezan a tener problemas para con<sup>1</sup> centrarse que antes no tenían. La capacidad para prestar atención disminuye a causa del nivel de ansiedad sufrido.

I Se quejan con frecuencia de que los cargan, de que son el blanco de burlas.

I Piden dinero extra o empiezan a robarlo (para pagarle al hostigador).

## **CÓMO HABLAR DEL TEMA CUANDO SON VÍCTIMAS**

*1. La intervención de los adultos (padres, escuela) es fundamental. Dejarles en claro que entendemos lo mal que se sienten.*

*2, No minimizar ni naturalizar los hechos. En este sentido, evitar frases como: "Son cosas que pasan" o "en todos los colegios pasa".*

*3 Decirles que no es su culpa lo que les está pasando.*

*4. No depositar en los hijos la responsabilidad de tener que defenderse.*

*5 Felicitarlos por haberse animado a hablar del tema.*

*6. Hablarlo en la escuela. Demostrarles que la intención es trabajar con ellos para encontrar una solución Lo importante es exigir que el maltrato se detenga.*

*7. Si los episodios agresivos no disminuyen o la escuela no ofrece respuestas eficaces, es necesario evaluar otras alternativas, como un cambio de colegio.*

## **DÓNDE PEDIR AYUDA Y ASESORAMIENTO**

**Línea Convivencia Escolar del Ministerio de Educación**

Recepción, derivación y atención de situaciones conflictivas de convivencia y violencia en las escuelas (tel.:0800-222- 1197, de 8 a 20).

**Equipo Anti Bullying Argentina (ABA)**

Brinda un abordaje integral para reducir los índices de violencia y fomentar la sana convivencia escolar ([www.equipoaba.com.ar](http://www.equipoaba.com.ar)).

**Libres de Bullying**

Asociación que ofrece herramientas para prevenir, detectar e intervenir en situaciones de bullying en el ámbito escolar ([info@libresde-bullying.com.ar](mailto:info@libresde-bullying.com.ar)); tel.: (011)4185-6533).

## **CIBERBULLYING: EL ACOSO POR REDES**

El acoso y la exclusión muchas veces traspasan el cara a cara de la escuela o el club y llegan de manera virtual por las redes sociales. Pueden volverse constantes, porque no hay límites de tiempo para agredir. Si son compañeros de clase, es muy probable que esa situación de bullying también se dé en el colegio. Lo que ocurre en el mundo digital tiene efectos reales. No hay que ignorar su importancia.

**Cecilia Zolezzi**

**LA NACION, 4 DE DICIEMBRE DE 2020**