

## EDUCACIÓN

# Día Mundial contra el Acoso Escolar: falsas creencias sobre el bullying que debes desterrar ya

Uno de cada cuatro niños admite haber humillado a otro compañero  
Así vencieron al bullying algunos famosos

**VER IMÁGENES**



Día Mundial contra el Acoso Escolar (LSOphoto / Getty)

## REDACCIÓN

02/05/2019 07:00 | Actualizado a 02/05/2019 09:41

Hoy, **Día Mundial contra el acoso escolar**, vale la pena recordar que los de **bullying** no son casos aislados ni un problema **educativo** residual. Más de la **mitad de los niños** españoles ha sufrido algún tipo de **violencia o humillación** en el colegio, la mayoría **burlas, rumores o golpes**. Y casi **uno de cada cuatro** admite haber **participado** en algún acto de violencia o humillación hacia otros compañeros. Estos son algunos de los datos del

estudio *Percepciones y vivencias del acoso escolar y el ciberacoso entre la población española de 10 a 17 años*, publicado el pasado año por Save the Children.

El acoso escolar es un problema global que **afecta a todos (familias, profesores y alumnos)**, pero que en muchas ocasiones no se percibe como tal, a pesar de que sus **consecuencias** pueden ser **graves y permanentes**. Según **Irene Montiel**, doctora en Psicología y profesora del grado de Criminología de la UOC, aún existen **falsas creencias** que restan importancia a sus consecuencias y que **impiden un abordamiento rápido** y eficaz del problema. A continuación se recogen algunas de estas afirmaciones que a día de hoy aún están **muy extendidas**:



El acoso a menudo es verbal o relacional, sobre todo entre las niñas  
(Highwaystarz-Photography / Getty)

AdChoice



Thank you for watching



---

## 1. Sólo es bullying si existe violencia o agresiones físicas

---

El acoso escolar también **puede ser verbal** (insultos, desprecios...) o **relacional** (“A ti no te invito a mi cumpleaños, y al resto sí”, “Tú no te sientas con nosotros”) y su **objetivo es el aislamiento social**. El acoso con **violencia** es más común en los **varones**. Según el informe de Save the Children, el **30 % de los niños** admite que le han pegado, respecto al **14 % de las niñas**. En cuanto a las edades, las agresiones se dan más en niños y niñas de 10 a 12 años (un 31 %) y van desapareciendo con la edad: un 22 % de los chicos y chicas de 13 a 15 años y un 10 % de 16 a 17 años dice haber sufrido agresiones físicas. El bullying **sin violencia** física suele ser **más difícil de detectar** porque es más sutil, apunta Irene Montiel, y sobre todo los adolescentes, llegan incluso a no considerarlo acoso, en parte por estas falsas creencias que todavía están muy extendidas en la sociedad.

---

## 2. Siempre ha existido, ¡son cosas de niños!

---

Ni son cosas de niños ni hay que aceptarlo, **restarle importancia** o pensar que desaparecerá si se deja pasar. La frase “**esto ha ocurrido toda la vida**” **no lo legitima**. Y afirmaciones como “los niños de ahora **no aguantan nada**” o “**nadie se ha muerto de esto**” no hacen sino **esconder un problema** real que debe abordarse correctamente.

Montiel advierte que opiniones de este tipo son “muy habituales entre los adultos» y se corre el riesgo de restar importancia a un problema gravísimo que puede llevar incluso al suicidio de la víctima. En España, tal y como registran los últimos datos del INE de 2017, el **suicidio** es la tercera causa de muerte juvenil.

### 3. Te hace más fuerte

**Todo lo contrario.** La mayoría de los niños, niñas y adolescentes son fuertes y **resilientes**, es decir, consiguen superar la experiencia. Pero en muchas ocasiones, la víctima acaba experimentando **estrés crónico** y se vuelve cada vez **más débil y vulnerable**, no solo en esta fase infantil o juvenil. Diversas investigaciones científicas han demostrado que los niños que sufrieron acoso escolar son **más proclives** a seguir siendo **víctimas en su etapa adulta** (violencia de pareja, agresiones, etcétera).

“De alguna forma aprenden o interiorizan que este es su papel y que la violencia es una forma natural de relacionarse”, explica Irene Montiel. Igual que ocurre con los pequeños que han sufrido abusos sexuales, que suelen verse abocados a relaciones donde se perpetúa el abuso o el desequilibrio de poder, en el caso de los niños acosados serán personas **más expuestas** y con mayor probabilidad de sufrir **otras formas de violencia**. Además, diversas investigaciones han demostrado que el **bullying deja secuelas** en la edad adulta como la **depresión** o la **ansiedad social**.



El acoso debilita a los niños, los aísla y los hace más vulnerables a otras formas de violencia (mactrunk / Getty Images/iStockphoto)



Esto no significa que haya que evitar todas las **adversidades** a los niños, ya que forman parte de la vida y han de aprender a **afrontarlas y superarlas**, pero en su justa medida. Montiel explica que existe un umbral que no debe sobrepasarse y que, una vez se cruza, no hay vuelta atrás. Así como un nivel de estrés mínimo es bueno y nos ayuda a estar alerta, un nivel de estrés crónico perjudica gravemente la salud, y lo mismo ocurre con los conflictos.

Una **exposición moderada a conflictos relacionales ayuda a aprender a gestionarlos**, pero dejar que el niño se enfrente a **situaciones de violencia** no solo es intolerable, sino que tiene también **consecuencias “gravísimas”**, y no podemos esperar a que sea capaz de manejarlas. Hay muchos casos de pequeños que han sufrido bullying que han sido capaces de enfrentarlo de manera resiliente, matiza la profesora, y han sabido convertirlo en una experiencia positiva al superarlo y al valerse de ese aprendizaje para, por ejemplo, **ayudar con su experiencia** a otros niños que lo están sufriendo. Pero eso no implica que no sufran. La capacidad de **resiliencia no implica ausencia de daño**, sino un afrontamiento positivo y exitoso de este.

---

#### 4. Si es solo por internet, no es para tanto

---

El acoso por internet puede tener las **mismas consecuencias psicológicas** o incluso más graves. Pero, al igual que el bullying sin agresiones físicas, se tiende a restarle importancia, explica la profesora de la UOC. Y esto a pesar de que, en España, **uno de cada cuatro casos** de bullying se produce **por medio de dispositivos tecnológicos**, según la OMS, y que ocupamos el **séptimo lugar** en la clasificación de **países con mayor ciberbullying** en niños de trece años.

Además, en el caso del **ciberacoso**, los testigos o los agresores pueden llegar a ser miles. Un tuit o un comentario en Facebook que se repite por cientos de usuarios **multiplica** el número de agresores y las **probabilidades de causar**



**un daño** a la víctima. Además, el ciberbullying también **incrementa “la sensación de indefensión e imposibilidad de escapar”** de la víctima, que está 24 horas al día expuesta a los ataques en línea.

---

## **El ciberacoso incrementa la sensación de indefensión y es más probable que la víctima piense en el suicidio**

---

Esto puede derivar en un “estado de **paranoia**” que atormenta a la víctima permanentemente. La profesora de Criminología de la UOC explica que el ataque en internet puede perpetuarse en el tiempo y reaparecer en cualquier momento.

Por ende, el estrés puede cronificarse y es posible que la víctima acabe viendo el suicidio como la única escapatoria. Y es que, en el caso del ciberbullying, el **impacto del suicidio es** todavía **mayor** que en el acoso escolar tradicional. Las cibervíctimas tienen tres veces más riesgo de tener ideas suicidas, según el estudio *Relación entre la victimización entre iguales, el ciberacoso y el suicidio en niños y adolescentes*, publicado en *Jama Pediatrics*, revista médica de la Asociación Médica Americana.

---

### **5. Cualquier conflicto entre menores es bullying**

---

No es cierto. Para que un conflicto entre menores sea considerado acoso escolar tienen que darse **tres condiciones**: la primera, que haya **intención de hacer daño**, de anular a la víctima; la segunda, que sea un comportamiento **reiterado** y sistemático a la misma persona, que no sea un ataque puntual; y, por último, que exista un **desequilibrio de poder** entre los agresores y su víctima.

---

### **6. Si supiera defenderse no sufriría acoso escolar**

---

Esta falsa creencia está muy extendida, según explica Montiel. Incluso los **padres llegan a culpar al niño** con frases como: “Eres tonto porque no te defiendes”. Es cierto que hay niños con ciertas **habilidades sociales** que tienen menos probabilidades de sufrir acoso. Y también es cierto que hay que ayudar y dar herramientas a los pequeños para **saber enfrentarse a las adversidades**. Pero ningún menor tiene por qué saber cómo hacer frente a una situación de violencia de este tipo, que incluso los adultos no sabríamos gestionar si la viviéramos, por ejemplo, en nuestro entorno laboral. Así que el papel del adulto ha de ser el de **vigilar, proteger, ayudar y defender**, y enseñar al niño que tiene derecho a no ser agredido nunca y a pedir ayuda y recibirla sin que se le considere por ello un “chivato”.

---

## 7. Los niños siempre avisan si sufren un acoso grave

---

Está comprobado que en muchísimos casos prima “la ley del silencio”. Las víctimas se van hundiendo, se sienten cada vez más **aisladas** y llegan a creer que ni sus familiares pueden ayudarlas, explica Irene Montiel. Además, **temen** que el acoso se recrudezca al ser **tachadas de chivatas**. Los niños más mayores también pueden callar para **no preocupar a sus padres**, advierte la profesora.

Y aún existe otro motivo más para **silenciar el abuso**: es muy habitual que los papeles se intercambien con el tiempo, y podría ser que la víctima de hoy fuera agresor en el pasado. En estos casos, muchos menores optan por no contar su problema, por miedo a no ser comprendidos o a que se les **culpabilice de su situación** y ello les arrebate el derecho a ser ayudados.

---

## 8. Es difícil que los padres y profesores se den cuenta

---

Es cierto que padres y profesores suelen tener **dificultades para advertir** el cyberbullying al no compartir redes sociales ni entornos virtuales con los menores. Pero cuando se trata de acoso tradicional, como explica la profesora de Criminología de la UOC, los profesores **pueden darse cuenta con relativa facilidad**, al menos de que algo en el grupo no funciona bien. Por su parte, los padres deben estar **atentos a síntomas** como bajada de **rendimiento escolar**,

cambios de **comportamiento, miedo de ir al cole...** y ser muy accesibles emocionalmente con sus hijos e hijas, no avasallando a preguntas, pero sí dejando muy claro que están ahí dispuestos a **escucharles**, pase lo que pase, sin juzgarlos ni castigarlos, y, en caso necesario, buscar apoyo en el centro escolar o en profesionales de la psicología.

---

## 9. Es mejor que lo solucionen entre ellos

---

No es cierto que sea mejor mantenerse al margen. Los adultos han de **intervenir y dar herramientas** tanto **al acosador** –“cuya actitud siempre esconde algún motivo”, matiza Montiel–, como **a la víctima y a los testigos**, figuras claves tanto para perpetuar el bullying como para eliminarlo.

El acoso y el aislamiento no existen si no hay espectadores que los toleran. Son ellos los que deben intervenir **afeando la conducta** o advirtiéndolo, pero para que esto ocurra los adultos primero tienen que dar ejemplo a los niños interviniendo cuando ven situaciones de insultos o vejaciones, añade la profesora. Y, además, deben **tomar las medidas** necesarias para atajar el problema cuando ya existe. No podemos exigir a los niños y niñas que actúen de forma valiente y responsable si nosotros no somos capaces de hacerlo. Además, su **seguridad y bienestar es nuestra responsabilidad**. Ellos ya tienen bastante con descubrir cómo funciona el mundo y cuál es su lugar en él. ¡Eso sí son cosas de niños!, enfatiza Montiel.



Los padres deben estar atentos a cambios de comportamiento o al miedo a ir al cole (SolStock / Getty Images)

