

# Acoso escolar.

## Bullying.

Jorge Castro-Morales<sup>1</sup>

### RESUMEN

Se aborda el problema del *bullying* o acoso escolar, como una forma peculiar de violencia social, desde un punto de vista psicopedagógico, pero tomando en consideración las variables clínicas involucradas y sus posibles correlatos psicopatológicos. Luego de intentar definir el asunto tratado y sus alcances epidemiológicos en el Perú, en ausencia de una causalidad unidimensional, se exponen los contextos explicativos de esta forma de violencia, en los planos individuales (tipología de agresores y agredidos), de funcionalidad familiar, ambiente escolar y factores sociales - incluyendo los medios de comunicación masiva- y las nuevas tecnologías que facilitan, entre otros fenómenos, el llamado *cyberbullying*. Finalmente se proporcionan algunos consejos para los niños y adolescentes involucrados en esta dinámica, los profesores y padres de familia; así como se plantean propuestas para prevenir y resolver los conflictos enunciados y los problemas derivados de la eclosión del acoso escolar en nuestro medio.

PALABRAS CLAVE: Acoso escolar, violencia, psicopatología, familia, escuela.

### SUMMARY

Bullying as a particular form of social violence is studied, taking into account a psycho-pedagogic point of view, but including its psychopathological correlates as well. After an explorative approach to the issues involved is established, some epidemiological figures from the current Peruvian research on the subject are summarized. Not having a single explanatory cause for these phenomena, various levels of contextualized conflicts are explored, including a typology of aggressors and victims, family functionality, school atmosphere and the way the media and internet facilitate such a thing as the so called cyberbullying. Counseling for children and adolescents, parents and teachers is provided as means either to prevention or conflict resolution, considering the myriad of problems derived from this kind of violence in Perú.

KEY WORDS: Bullying, cyberbullying, violence, psychopathology, family, school.

### INTRODUCCIÓN

La violencia escolar es cualquier tipo de violencia que se da en contextos escolares. Puede ir dirigida hacia alumnos, profesores o propiedades. Estos actos tienen

lugar en instalaciones escolares (aula, patio, canchas deportivas, baños, etc.), en los alrededores del centro y en las actividades extraescolares.

El término acoso (*bullying*) hace referencia a un

---

<sup>1</sup> Psiquiatra. Profesor Principal, Sección de Psiquiatría y Salud mental. Facultad de Medicina Alberto Hurtado. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima, Perú.

comportamiento repetitivo de hostigamiento e intimidación, cuyas consecuencias suelen ser el aislamiento y la exclusión social de la víctima.

Hablamos de acoso escolar o bullying cuando se cumplen, al menos, tres de los criterios siguientes: 1) La víctima se siente intimidada; 2) La víctima se siente excluida; 3) La víctima percibe al victimario como más fuerte; 4) Las agresiones son cada vez de mayor intensidad; y 5) Las agresiones suelen ocurrir en privado.

El acoso escolar o bullying es un problema extendido en los colegios, escuelas e institutos, y tiene como principal aliado al *silencio de la víctima*, que calla por vergüenza o por miedo a que se repitan las agresiones.

### **Aspectos Epidemiológicos**

El bullying es una amenaza para el sistema escolar que necesita de la sensibilidad social. Según la encuesta nacional realizada por el Ministerio de Educación peruano existe un aumento preocupante en la aparición de problemas de acoso (1), el cual se puede resumir en las cifras que siguen: 1) El 54% de escolares entrevistados a escala nacional, entre el 2007 y el 2010, declara haber sufrido agresiones diversas; 2) El 91% señaló que los apodosos constituían el tipo de agresión más frecuente; 3) El 36,5% se acogió a la denominada ley o código de silencio en clase; 4) El 64% de los compañeros de clase fueron testigos de estas agresiones, pero optó por no defender a los agredidos; 5) Por su parte, los maestros se abstuvieron de intervenir en el 34,2% de los actos violentos que presenciaban; y 6) Para redondear este esquema de impunidad, solo el 13,6% de las víctimas comunicaron a sus padres lo que sucedía, y un 30% de estos padres no le dieron la debida importancia a estos actos de violencia escolar, no obstante que el 10,6% de los casos podía calificarse como bullying severo.

Todo ello teniendo en cuenta que suele ser una forma de violencia que no se suele divulgar, ni siquiera entre la familia.

Ya en el 2007 se estudió el bullying o agresión en 185 estudiantes comprendidos entre cuarto de primaria y quinto de secundaria pertenecientes al CEP Jorge Polar del distrito de Pueblo Libre, Lima (2). El 54,7% de los encuestados mencionaron haber sufrido agresiones. El 91% señaló que el tipo más frecuente de agresión fue poner apodosos. Se hicieron análisis univariados y bivariados y el único factor de riesgo que mostró asociación con bullying fue la falta de comunicación

de las agresiones. La seguridad en el colegio apareció como un factor protector. Se enfatizó el trabajo conjunto de padres y maestros en la construcción y fortalecimiento de valores para promover una cultura de paz.

Al año siguiente, los mismos autores se unieron a otras especialistas, entre los cuales cabe destacar la presencia del Dr. Bernardo Cano, psiquiatra de niños que ha trabajado este problema en la zona de emergencia de Ayacucho, produciendo el que, quizás, sea el más completo estudio en profundidad logrado en el Perú sobre el tema, el cual se realizó *en colegios nacionales de primaria en Ayacucho, Cusco, Junín y Lima Este con una muestra de 916 escolares, encontrando una incidencia de bullying de 47%, y además que el 34% de los agredidos no comunica a nadie la agresión, que a un 65% de compañeros no les interesa defender a las víctimas y que alrededor del 25% de maestros y padres de familia no reaccionan ni protegen a las víctimas permitiendo que este proceso continúe* (3).

No obstante lo abarcativo del propósito de este estudio, cabe señalar la ausencia de una exposición detallada de los métodos de validación del instrumento, la parquedad en cuanto a una indagación sobre las causas del problema y la aceptación -velada- de que se requieren mejores estudios *in deep* que registren adecuadamente las múltiples variables del problema tratado.

A pesar de estos antecedentes, de por sí frustrantes, Oliveros y Barrientos se unieron a Amemiya el 2009 (4) para tratar de indagar acerca de los factores asociados con la violencia escolar severa. Para ello utilizaron una encuesta validada en los estudios previos mencionados para identificar violencia escolar (bullying). En este caso, la encuesta fue aplicada a 736 alumnos, entre quinto de primaria y quinto de secundaria, de colegios privados de Ayacucho, Huancavelica y Cusco (Sicuaní).

Se consideró bullying severo cuando contestaron positivamente 5 ó más de las 9 opciones posibles de la pregunta que indagaba sobre los tipos de violencia. Se comparó 37 alumnos con bullying severo con 74 alumnos tomados al azar del grupo que no tuvo violencia. Con análisis bivariados y multivariados de regresión logística se identificaron factores asociados significativamente con la violencia escolar severa.

La violencia escolar severa se asoció significativamente con el tipo de reacción de los padres

al conocer el hecho, la repetición de la amenaza a pesar de comunicar las agresiones, presencia de pandilleros en el colegio, tener amigos pandilleros y padecer defecto físico. La regresión logística encontró asociación significativa con la reacción de los padres, presencia de pandilleros y poseer un defecto físico. Consecuentemente, se concluyó que la violencia escolar severa se asocia con múltiples factores de riesgo, como los ya enunciados, que nos hablan de variables protectoras/no protectoras (actitud de los padres, grupos amenazantes/de refugio) o de sentimientos de vulnerabilidad personal (física, en este caso), que pueden y deben ser detectados precozmente, debido al daño psicológico que produce en los estudiantes.

La concienciación social es importante sobre todo para descubrir que determinadas reacciones violentas y agresivas en los niños/as suelen estar enmascarando situaciones de acoso escolar que no revelan a su entorno familiar y que son una forma de canalizar la rabia que sufren y que aflora sin que exista una causa aparente.

### ***Causas del Bullying***

Las causas de este fenómeno de *bullying* o acoso escolar son múltiples y complejas. Existen, en nuestra sociedad, ciertos factores de riesgo de violencia, como la exclusión social (5) o la exposición a la violencia doméstica, que se hace patente a través de los fenómenos de violencia hacia la mujer y el maltrato infantil (6,7) o por la vía de los medios de comunicación masiva.

Sin embargo, carecemos de ciertas condiciones protectoras que podrían mitigar los efectos de dichos factores, como modelos sociales positivos y solidarios, contextos de ocio y grupos de pertenencia constructivos o adultos disponibles y atentos para ayudar.

### ***Contextos Explicativos***

#### **La familia**

A través de la familia se adquieren los primeros modelos de comportamiento, que tienen una gran influencia en el resto de relaciones que se establecen con el entorno.

Cuando los niños están expuestos a la violencia intrafamiliar, la violencia puede ser vivenciada como

algo percibido, algo sufrido o algo perpetrado. En consecuencia, los niños pueden aprender a ver el mundo como si sólo existieran dos papeles: agresor y agredido. Por ello, pueden ver la violencia perpetrada como la única alternativa a verse convertido en víctima.

Una situación de maltrato del niño por parte de los padres contribuye a deteriorar la interacción familiar y el comportamiento del niño en otros entornos: 1) Disminuye la posibilidad de establecer relaciones positivas; 2) Se repite crónicamente, haciéndose más grave; y 3) Se extiende a las diversas relaciones que los miembros de la familia mantienen.

Un importante factor de riesgo de violencia familiar son las condiciones de pobreza y dificultades que de ella se derivan (hacinamiento, promiscuidad, abuso sexual, etc.), ya que esto aumenta el estrés entre los padres y los hijos, tensión que muchas veces es superior a su capacidad para afrontarlo. Por eso, son necesarias acciones encaminadas a mejorar las condiciones de vida de familias en graves dificultades económicas (8).

#### **Entorno escolar**

Muchas veces escuchamos a los escolares quejarse de que “el profesor me tiene manía” y tendemos a pensar que es una excusa para justificar una mala nota o una reprimenda. Sin embargo, conviene prestar atención porque estas protestas pueden tener múltiples causas: insatisfacción con la asignatura, con la personalidad del profesor o con la manera en que está planteado el sistema educativo; pero también pueden ser una señal de una necesidad de mayor atención por parte de profesores y padres.

Varios estudios muestran que, a menudo, los profesores se crean expectativas, positivas o negativas, respecto a sus alumnos e interactúan en público más frecuentemente con los estudiantes de expectativas positivas (9). Esto da como resultado que haya un grupo pequeño de alumnos “brillantes” que intervienen casi siempre y otro pequeño grupo de alumnos más “lentos” que no participa casi nunca (esto es lo que se ha denominado la profecía autocumplida por parte del profesor, esto es, que el mismo puede saber desde el primer día de clase quienes serán buenos alumnos y quienes no).

Además, los estudiantes de altas expectativas suelen recibir muchos elogios y, los de bajas expectativas, muchas críticas. Así, la *motivación* de estos últimos

disminuye y se sienten discriminados respecto al resto de la clase. Algunos docentes reconocen que es inevitable que se establezcan *mejores relaciones con unos alumnos* que con otros porque, al fin y al cabo, los profesores son personas y pueden sentir más afinidad hacia ciertos estudiantes.

Pero esto puede ser peligroso, ya que una *mala relación entre profesor y alumno* puede ser causa de ansiedad y depresión en los chicos y chicas, así como de un descenso de su rendimiento escolar.

Una de las posibles formas de mejorar las relaciones entre profesores y alumnos y, por tanto, la convivencia en el entorno escolar, es reforzar las tutorías como medio para solucionar las tensiones (10). También es necesario preparar bien a los profesores en cuestiones de psicología y pedagogía.

Además, sería positivo implicar a los alumnos a la hora de fijar los objetivos de su formación para que se sientan motivados por aprender y mejoren sus relaciones con los profesores.

### **Medios de comunicación masiva**

Los medios de comunicación, sobre todo la televisión, nos exponen continuamente a la violencia, tanto real (los noticieros de las 10 p.m. en el Perú son paradigmáticos al respecto) como ficticia (películas o series), y por eso son considerados como una de las principales causas que originan la violencia en los niños y jóvenes.

Los comportamientos que los niños observan en televisión influyen en el comportamiento que manifiestan inmediatamente después, por lo que es necesario proteger a los niños de la violencia a la que les expone la televisión e incluso debería plantearse la posibilidad de utilizar la televisión de forma educativa para prevenir la violencia.

La influencia de la televisión a largo plazo depende del resto de relaciones que el niño establece, ya que interpreta todo lo que le rodea a partir de dichas relaciones. Por eso la violencia no se desarrolla en todos los niños, aunque estén expuestos por igual a la violencia televisiva.

Otro medio de comunicación habitual entre los niños y adolescentes modernos es el Internet. El riesgo que plantean es que puede tornarse en facilitador de comportamientos adictivos o en propiciador del acoso

cibernético mediante las llamadas redes sociales (Twitter, Facebook). En el cyberbullying se echa mano de la intimidación utilizando las TICs (Internet: correo electrónico, weblogs, páginas personales, etc.; telefonía móvil). El agresor se mantiene generalmente en el anonimato, las agresiones llegan a un número ilimitado de personas y utilizan tanto textos como imágenes. La repetida exposición a la violencia puede producir cierta habituación, con el riesgo de considerarla como algo normal, inevitable y de reducirse la empatía con las víctimas. Es importante promover en los niños la reflexión respecto a la violencia que nos rodea.

Como contrapartida y desde una perspectiva esperanzadora, la incorporación de la tecnología audiovisual al aula podría ser de gran utilidad como elemento educativo en la prevención de la violencia (11).

### **Agresores y Víctimas**

Los estudios realizados acerca de la violencia en la escuela señalan que tener amigos y ser aceptado son factores protectores frente dicho fenómeno. Estos estudios han sido reseñados de forma didáctica en el portal de *Universia* y su decantación desagregada se expone en alguno de los acápites que siguen, con las referencias pertinentes.

A continuación presentamos los antecedentes y características que presentan, en general, los niños que ejercen o sufren la violencia:

#### **Víctima pasiva**

Se caracteriza por: 1) Una situación social de aislamiento; con frecuencia no tiene un solo amigo entre sus compañeros. Presenta dificultad de comunicación y baja popularidad; 2) Conducta muy pasiva, miedo ante la violencia y manifestación de vulnerabilidad, alta ansiedad, inseguridad y baja autoestima. Existe una tendencia a culpabilizarse de su situación y a negarla por considerarla vergonzosa; y 3) Cierta orientación a los adultos, relacionada con una posible sobreprotección por parte de la familia.

#### **Víctima activa**

Se caracteriza por: 1) Una situación social de aislamiento e impopularidad; 2) Una tendencia impulsiva a actuar sin elegir la conducta más adecuada a cada situación. Disponibilidad a emplear conductas agresivas, irritantes y provocadoras. A veces, las víctimas activas mezclan este papel con el de agresores; 3) Un

rendimiento peor que el de las víctimas pasivas; 4) Parecen haber tenido, en su primera infancia, un trato familiar más hostil, abusivo y coercitivo que los otros escolares (12); y 5) *Es una* situación más frecuente entre los chicos. Pueden encontrarse en ella, con frecuencia, los escolares con trastorno por déficit de la atención con hiperactividad o trastornos de conducta de tipo disruptivo (13,14).

### **Agresores**

Sus características son las siguientes: 1) Situación social negativa, siendo incluso rechazados por una parte importante de sus compañeros, aunque están menos aislados que las víctimas y tienen algunos amigos que les siguen en su conducta violenta; 2) Tendencia a la violencia y al abuso de fuerza. Impulsivos, con escasas habilidades sociales, baja tolerancia a la frustración, dificultad para cumplir normas, relaciones negativas con los adultos y bajo rendimiento; 3) Carecen de capacidad de autocritica, lo que se traduce en una autoestima media o incluso alta; 4) Ausencia de una relación afectiva cálida y segura por parte de los padres, sobre todo de la madre; quienes tienen dificultad para enseñarle a respetar límites y combinan la permisividad ante conductas antisociales con el empleo de métodos coercitivos (incluido, en ocasiones, el castigo físico); y 5) Podría establecerse una división entre agresores activos, que son lo que inician y dirigen la agresión; y agresores pasivos, que son los que les siguen y animan y que presentan problemas similares, aunque en menor grado (15).

Del libro de Allan Beane sobre el tema (16), se pueden inferir algunas señales de peligro tanto para lo que concierne al agresor como para el agredido: 1) Sentirse con poder y control de los demás; 2) Buscar dominar y manipular a los compañeros; 3) Tornarse muy popular y envidiado por sus compañeros; 4) Ser más grande o físicamente más fuerte que sus compañeros; 5) Ser impulsivo, que le encante siempre ganar y no sepa perder; 6) Manifiesta placer intimidando a los demás, generando miedo o provocando dolor; 7) Transgrede las normas de respeto y consideración por los demás y 8) Se hace respetar mediante el miedo. Como se puede apreciar, muchos de estos rasgos corresponden a los trastornos de conducta disruptivos (eje I) o la personalidad antisocial (eje II) del DSM IV de la APA. Por el lado del agredido, la situación se torna insostenible cuando empieza a aislarse, se deprime y emergen ideas suicidas, tal como apuntan algunos estudios reportados en la literatura médica internacional (17).

### ***Consejos respecto al Bullying***

Muchas veces, los padres y profesores de la *víctima* son los últimos en enterarse de que está sufriendo el acoso escolar de sus compañeros. La vergüenza o el miedo a las represalias son los principales motivos. Aquí damos consejos para detectar el bullying y saber qué podemos hacer si nos encontramos en esta situación (12).

### ***Consejos para los padres de niños que sufren Bullying***

Los padres deben estar atentos a los siguientes aspectos, que pueden ser indicios de que su hijo está siendo víctima del acoso escolar: 1) Cambios en el comportamiento del niño. Cambios de humor; 2) Tristeza, llantos o irritabilidad; 3) Pesadillas, cambios en el sueño y/o apetito; 4) Dolores somáticos, dolores de cabeza, de estómago, vómitos, etc.; 5) Pierde o se deterioran de forma frecuente sus pertenencias escolares o personales, como chompas, casacas, anteojos, mochilas, etc.; 6) Aparece con golpes, hematomas o rasguños y dice que se ha caído; 7) No quiere salir ni se relaciona con sus compañeros; 8) No acude a excursiones, visitas, etc. del colegio; 9) Quiere ir acompañado a la entrada y la salida; y 10) Se niega o protesta a la hora de ir al colegio.

### ***Consejos para educadores de niños que sufren Bullying***

Los profesores deben estar atentos a: 1) La relación de los alumnos/as en los pasillos y en el patio. Los peores momentos se sufren cuando los profesores no están presentes; 2) Las “pintadas” en las puertas de baños y paredes (qué nombres aparecen habitualmente); 3) La no participación habitual en salidas de grupo; 4) Las risas o abucheos repetidos en clase contra determinados alumnos o alumnas; 5) Las faltas continuadas a clase, ya que pueden indicar que no quieren acudir a clase por miedo; 6) Estar atentos a los alumnos que sean diferentes, por su forma de ser o aspecto físico; 7) Se queja de forma insistente de ser insultado, agredido, burlado, etc.; 8) Si comenta que le roban sus cosas en el colegio o si cada día explica que pierde su material escolar; 9) Investigar los cambios inexplicables de estados de ánimo: tristeza, aislamiento personal del alumno o alumna, aparición de comportamientos no habituales, cambios en su actitud, poco comunicativo, lágrimas o depresión sin motivo aparente...; 10) Escasas o nulas relaciones con los compañeros y compañeras; 11) Evidencias físicas de violencia y de difícil explicación: moratones, cortaduras o rasguños cuyo

origen el niño no alcanza a explicar; ropa rasgada o estropeada, objetos dañados o que no aparecen.; 12) Quejas somáticas constantes del alumno: dolores de cabeza, de estómago o de otro tipo cuya causa no está clara; 13) Accesos de rabia extraños; 14) Variaciones del rendimiento escolar, con pérdida de concentración y aumento del fracaso; y 15) Quejas de los padres, que dicen que no quiere ir al colegio.

### ***Consejos para chicos/chicas testigos del Bullying***

Si se está siendo testigo de las agresiones de algunos compañeros hacia otro, se deben tener en cuenta los siguientes consejos: 1) Si alguno de los presentes dice algo como “¡Basta ya!”, en la mitad de los casos, las acciones violentas cesan. Es difícil de hacer, pero estar ahí y no hacer nada es igual que aprobar la agresividad; 2) Si uno siente que no puede decir nada, es mejor salir del lugar y acercarse a un adulto cercano. Es importante lograr que vaya a ayudar; 3) Si se es testigo de que alguien sufre una y otra vez agresiones, hay que intentar hacer algo para terminar esa situación; 4) Es conveniente que el colegio tenga algún tipo de programa para informar de agresiones, como un teléfono o un buzón, que pueda utilizarse de forma anónima; 5) Hay que intentar conseguir que la víctima se lo cuente a sus padres o a los profesores. Una buena estrategia es ofrecerse a ir con él o ella si se cree que eso puede ayudarle; 6) Si el acosado no quiere hablar con nadie, se le podría pedir su autorización para hablar con alguien en su nombre; 7) Es conveniente involucrar a tanta gente como se pueda, incluso a otros amigos y compañeros de clase; 8) No se debe usar la violencia contra los agresores ni tratar de tomar venganza por cuenta propia.

### ***Consejos para las víctimas del Bullying***

Si un niño es víctima de agresiones (físicas o verbales) por parte de alguno o algunos de sus compañeros, he aquí algunos consejos sobre lo que se puede hacer para acabar con esa situación: 1) Ignorar al agresor, haciendo como si no se le oyera. Ni se le viera; 2) No llorar, ni mostrar afectación ni molestia, pues eso es lo que el agresor pretende, así que no hay que darle esa satisfacción. Más tarde el agredido podrá hablar o escribir sobre sus reacciones y lo que sintió en ese momento; 3) Responder al agresor con tranquilidad y firmeza. Decir, por ejemplo: “No, eso es sólo lo que tú piensas”; 4) Hay que intentar ironizar o tratar con humor lo que el agresor diga. Por ejemplo, si dice “¡qué camisa más fea!”, se le puede responder

“gracias, me alegro de que te hayas dado cuenta”; 5) Si hubiera peligro, el agredido debe alejarse de esa situación de inmediato y buscar la ayuda de un adulto; 6) Si alguien es una víctima constante de los agresores, lo más importante que tiene que hacer es hablar con un adulto. Empezar por sus padres. Eso no es acusar, es pedir ayuda a las personas que a uno lo quieren cuando es necesario. Se debe tratar que los padres hablen con alguien del colegio, pero no con los padres de los agresores; 7) Si el agredido siente que no se lo puede contar a sus padres o que ellos no pueden ayudarle, es conveniente tratar el tema con otro adulto de confianza, como un profesor o el director del colegio. Si el agredido no tiene la confianza suficiente como para plantear su queja por sí mismo, es recomendable que le pida a un amigo o hermano que le acompañe. Será de mucha ayuda acudir con alguien que haya visto cuando ocurría la agresión; 8) Hay que poner énfasis frente al adulto que la situación afecta profundamente al agredido, sobre todo si es víctima de agresiones verbales, ya que a veces los adultos no las consideran importantes y, sin embargo, son las que más daño pueden hacer; 9) Si el agredido siente que no puede decir nada a nadie, una buena alternativa es escribir una carta explicando lo que pasa. Esta carta debe entregarse a un adulto en quien se tenga confianza, guardando una copia para que la conserve el agredido.

### **Prevenir el Bullying**

Es muy importante intentar prevenir el *bullying* y la violencia en las aulas a través de la educación y de las relaciones entre la escuela y la familia. Muchas veces, las causas están en esos entornos y es allí mismo donde hay que intentar atajarlas.

Aquí se explican algunas de las posibles medidas de prevención contra el *bullying* y la violencia escolar en general.

### **Decálogo educativo antiviolencia**

1) Adaptar la educación a los cambios sociales, desarrollando la intervención a diferentes niveles y estableciendo nuevos esquemas de colaboración, con la participación de las familias y la administración; 2) Mejorar la calidad del vínculo entre profesores y alumnos, mediante la emisión de una imagen del educador como modelo de referencia y ayudar a los chicos a que desarrollen proyectos académicos gracias al esfuerzo; 3) Desarrollar opciones a la violencia; 4) Ayudar a romper con la tendencia a la reproducción de

la violencia; 5) Condenar, y enseñar a condenar, toda forma de violencia; 6) Prevenir ser víctimas. Ayudar a que los chicos no se sientan víctimas; 7) Desarrollar la empatía y los Derechos Humanos; 8) Prevenir la intolerancia, el sexismo y la xenofobia. Salvaguardar las minorías étnicas y a los niños que no se ajustan a los patrones de sexo preconcebidos; 9) Romper la conspiración del silencio: no mirar hacia otro lado. Hay que afrontar el problema y ayudar a víctimas y agresores; 10) Educar en la ciudadanía democrática y predicar con el ejemplo.

### **Pautas de disciplina**

1) Uno de los objetivos de la disciplina es enseñar a respetar ciertos límites. Es necesario que las normas sean claras y coherentes y ayuda el que hayan sido elaboradas por todos los miembros de la comunidad escolar; 2) La impunidad ante la violencia genera más violencia; 3) La sanción debe contribuir a diferenciar entre agresores y víctimas; 4) La disciplina debe favorecer cambios cognitivos, emocionales y conductuales en la dirección de los objetivos educativos y estimular la capacidad de adopción de perspectivas; 5) El respeto a los límites mejora cuando se aprenden habilidades no violentas de resolución de conflictos como la mediación y la negociación; 6) Es preciso que la disciplina ayude a luchar contra la exclusión en lugar de aumentar su riesgo; 7) Conviene incluir la disciplina en un contexto de democracia participativa, que todos participen en la creación de las normas.

### **Relaciones entre la escuela y la familia**

Uno de los principales factores de riesgo de violencia es el aislamiento de la familia con respecto a otros sistemas sociales en los que el niño se relaciona.

El apoyo social a las familias es muy importante y puede reducir significativamente el riesgo de violencia porque proporciona ayuda para resolver los problemas, acceso a información sobre formas alternativas de resolver dichos problemas y oportunidades de mejorar la autoestima.

Una importante condición para mejorar la educación es estimular la comunicación entre la escuela y la familia, sobre todo, cuando los niños tienen mayores dificultades de adaptación escolar y/o más riesgo de violencia (18).

### **Aprendizaje cooperativo**

Uno de los procedimientos educativos que pueden ayudar a prevenir la exclusión y, por lo tanto, la violencia en las aulas, es el aprendizaje cooperativo en equipos heterogéneos, tanto en educación primaria como en secundaria. Este método puede ayudar a: adaptar la educación a la diversidad, desarrollar la motivación de los alumnos por el aprendizaje, mejorar la cohesión del grupo y las relaciones dentro de éste y distribuir las oportunidades de protagonismo académico.

### **Resolución de conflictos**

El conflicto forma parte de la vida y es un motor de progreso, pero en determinadas condiciones puede conducir a la violencia. Para mejorar la convivencia educativa y prevenir la violencia, es preciso enseñar a resolver conflictos de forma constructiva; es decir, pensando, dialogando y negociando. Un posible método de resolución de conflictos se desarrolla en los siguientes pasos: 1) Definir adecuadamente el conflicto; 2) Establecer cuáles son los objetivos y ordenarlos según su importancia; 3) Diseñar las posibles soluciones al conflicto; 4) Elegir la solución que se considere mejor y elaborar un plan para llevarla a cabo; 5) Llevar a la práctica la solución elegida; y 6) Valorar los resultados obtenidos y, si no son los deseados, repetir todo el procedimiento para tratar de mejorarlos.

Una buena idea puede ser, ir escribiendo las distintas fases del proceso, para facilitar su realización.

En los programas de prevención de la violencia escolar que se están desarrollando en los últimos tiempos, se incluyen la mediación y la negociación como métodos de resolución de conflictos sin violencia (19).

### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. Ministerio de Educación, Encuesta nacional sobre acoso escolar 2007-2010. Lima: Ministerio de Educación. URL disponible en: [www.minedu.gob.pe](http://www.minedu.gob.pe) (Fecha de acceso 01 de junio del 2011)
2. Oliveros M, Barrientos A. Incidencia y factores de riesgo de la intimidación (bullying) en un colegio particular de Lima-Perú, 2007. *Rev Peru Pediatr.* 2007; 60(3): 150-5.
3. Barrientos A, Oliveros M, Figueroa L, Cano B, Quispe Y. Violencia escolar (bullying) en colegios estatales de primaria en el Perú. *Rev Peru Pediatr.* 2008; 61(4): 215-20.
4. Amemiya I, Oliveros M, Barrientos A. Factores de riesgo de violencia escolar (bullying) severa en colegios

- privados de tres zonas de la sierra del Perú. *An Fac Med* 2009; 70(4): 255-8.
5. Castro J. Psicopatología de la exclusión. En: Castro J. (editor). *Psiquiatría de niños y adolescentes*. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2009. p. 460-469.
  6. Castro J. Violencia intrafamiliar. En: Castro J. (editor) *Psiquiatría de niños y adolescentes*. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2009. p. 470-478.
  7. Castro J. Maltrato y abuso sexual de niños y adolescentes. En: Castro J (editor). *Psiquiatría de niños y adolescentes*. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2009. p. 479-494.
  8. Castro J. Psicopatología de la exclusión. En: Castro J (editor). *Psiquiatría de niños y adolescentes*. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2009. p. 460-469.
  9. Venegas L. Acoso escolar. URL disponible en: [www.psicologosperu.com](http://www.psicologosperu.com) (Fecha de acceso 01 de junio del 2011).
  10. Díez Aguado MJ. Convivencia escolar y prevención de la violencia. URL disponible en: [http://ntic.educacion.es/w3/recursos2/convivencia\\_escolar/index.html](http://ntic.educacion.es/w3/recursos2/convivencia_escolar/index.html) (Fecha de acceso 01 de junio del 2011).
  11. Character Education resources. Bullying & Cyberbullying. URL disponible en: [http://www.internet4classrooms.com/character\\_ed.htm](http://www.internet4classrooms.com/character_ed.htm) (Fecha de acceso 01 de junio del 2011).
  12. UNIVERSIA. Bullying. URL disponible en: <http://contenidos.universia.es/especiales/bullying/index.htm> (Fecha de acceso 01 de junio del 2011)
  13. Castro J. Trastornos de conducta. En: Castro J (editor). *Psiquiatría de niños y adolescentes*. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2009. p. 238-252.
  14. Castro J. Trastorno por déficit de la atención con hiperactividad. En: Castro J (editor). *Psiquiatría de niños y adolescentes*. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2009. p. 204-228.
  15. Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo. Informe Cisneros VIII: Violencia y acoso escolar. Madrid: Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo; 2010.
  16. Beane A. *Bully free classroom: over 100 tips and strategies for teachers K-8*. Free Spirits; 1999. URL disponible en: [www.freespirits.com](http://www.freespirits.com) (Fecha de acceso 07 de junio del 2011).
  17. Brunstein-Klomek A, Marrocco F, Kleinman M, Schonfeld IS, Gould MS. Bullying, depression, and suicidality in adolescents. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2007; 46(1): 40-9.
  18. Castro J. El niño escolarizado. En: Castro J. (editor) *Niñas, niños y adolescentes: exclusión y desarrollo psicosocial*. Lima: IFEJANT; 2001. p. 87-115.
  19. Dirección de Tutoría y Orientación Educativa. *Acoso y agresión entre estudiantes (bullying)*. Lima: DITOE. URL disponible en: <http://ditoe.minedu.gob.pe>. (Fecha de acceso 01 de junio del 2011)