

INFORME «BULLYING» (II)

Qué hacer si nuestro hijo sufre **ACOSO ESCOLAR**

PRONTO ha consultado con víctimas que lo han superado y con expertos en la materia los pasos a seguir



A menudo, a padres y docentes les cuesta creer que un niño abuse sistemáticamente de otro. No dan el «perfil», no cuentan nada, no hay un motivo aparente...

La razón por la que Yaiza sufrió «bullying» durante siete años fue porque era «la nueva». Ahora tiene 19 y ha dejado atrás aquella etapa tan difícil, «*aunque, cuando tengo días bajos, me da ansiedad. Es como una herida que aún está cicatrizando y duele un poco al tocarla*», dice y nos cuenta su historia: «*Tenía 7 años. Me cambié de escuela y como era “la nueva”, un grupo de niñas empezó a meterse conmigo. Me insultaban, me arrinconaban,*

me pegaban, me decían que olía mal, que era fea... Un día, aprovechando que el profesor había salido de clase, me tiraron encima una mesa. Casi me quedo en silla de ruedas y nadie reaccionó».

PRONTO: Algo tan grave, tendría consecuencias...

YAIZA AYORO: No, porque yo no lo conté. Tenía miedo. Decían que, si me chivaba, sería peor. Otro día, me lanzaron papel higiénico mojado. Ante esas cosas, me paralizaba, no podía reaccionar.

PRONTO: ¿Y tus compañeros?

YAIZA AYORO: Era como si tuvieran una venda en los ojos y un esparadrapo en la boca.

La madre de Yaiza empezó a sospechar algo porque la ni-

ña intentaba evitar cada semana la clase de gimnasia. «*Siempre me ponía mala para no ir. Hasta una vez, me desmayé por el pánico que sentía –recuerda–. Mi madre me vino a buscar y, en casa, vio que tenía el cuerpo lleno de morados. Ni siquiera entonces se lo dije*».

«Nunca sentí que el centro me apoyara»

Sergi Hidalgo tiene 20 años y sufrió acoso durante cinco por ser gay. «*Desde pequeño, se reían de mí por mi estrabismo. Se metían conmigo, me gritaban, me insultaban... Y, en 2º de la ESO, con 14 años, empezaron a agredirme físicamente. Me estampaban contra la pared, me amenazaban con darme una paliza, me seguían hasta casa... Colgué los estudios. Quería suicidarme. No veía otra escapatoria*», recuerda Sergi, que logró salir adelante tras ir a terapia en el Casal Lambda, entidad que trabaja por los derechos y libertades del colectivo LGTBIQ+.

P.: ¿Y el centro escolar qué hizo?

SERGI HIDALGO: Mis padres fueron a hablar varias veces, pero nada. Lo escondían. Incluso un profesor me llegó a decir que yo era una “maruja de peluquería”. Nunca sentí que me apoyaran. Jamás.

Uno de los efectos del «bullying» es que acaba con la autoestima de las víctimas y las lleva a sentirse culpables de lo que les sucede. «*Me costó mucho convencerme de que yo no era nada de eso de lo que me decían. ¡Yo era una niña normal!*», afirma Yaiza.

«*Yo pensaba que, si se metían conmigo, era por algo que yo hacía o porque ser homosexual era malo –nos cuenta Sergi–, y ni siquiera me planteaba pedir ayuda, ¿Quién era yo para hacerlo? No valía nada. Empecé a tener ansiedad. Sólo quería huir del colegio. Al llegar a casa, me encerraba en mi cuarto y no paraba de darle vueltas a la cabeza*».

Sin autoestima y aterrorizados, los niños y niñas que padecen acoso escolar soportan ataques físicos (empujones, patadas, golpes...), verbales (motes, sarcasmo, rumores...) y emocionales (exclusión, humillación...), y entran en un túnel del que no es fácil salir solos. Sergi colgó los estudios. «*Me di de baja en el centro –nos cuenta– y, en dirección, se pusieron en plan dramático diciéndome que sentían que me habían fallado, cuando jamás habían movido un dedo por mí. Por suerte, fui a terapia, es lo mejor que he hecho nunca, y así pude volver*



Yaiza Ayoro:

«NO TENGAS MIEDO DE HABLAR, DE CONTARSELO A TUS PADRES, A UN AMIGO, A TU TUTOR... A QUIEN SEA, ¡PERO DILO!»

ASOCIACIONES DONDE ASESORARTE Y PEDIR AYUDA

Si tu hijo o tu hija sufre acoso escolar, toma nota de los siguientes recursos y asociaciones que tienes para buscar una salida, solicitar información, saber qué puedes hacer y recurrir a profesionales especializados que saben muy bien cómo se sienten las personas que sufren «bullying» y qué es lo que necesitan. Todas trabajan en la prevención, detección y asesoramiento contra el acoso escolar.

► **900 018 018.** Este teléfono, gestionado por la Fundación ANAR, es gratuito, confidencial, anónimo, está operativo las 24 horas y es atendido por psicólogos, trabajadores sociales y abogados. Su objetivo es ayudar a alumnos, padres y madres, profesores, equipos directivos y personal de los centros docentes y, en general, atender a cualquiera que tenga conocimiento de casos de acoso escolar o de «ciberbullying».

► **NACE.** No al Acoso Escolar.

Web: www.noalacoso.org

Correo electrónico: info@noalacoso.org

Teléfono: 622 326 237

► **AEPAE.** Asociación Española para la Prevención del Acoso Escolar.

Web: aepae.es

Correo electrónico: contacto@aepae.es

► **ASOCIACIONES DE CADA COMUNIDAD.**

En cada territorio hay grupos de ayuda, podrás encontrar el de tu zona en la web

<https://www.wefort.es/2017/03/29/asociaciones-contra-acoso-escolar-bullying-espana>.

► **BULLYING SOS.** Es un sitio de referencia para jóvenes que buscan apoyo, padres preocupados y educadores que pretenden dar un paso más allá en prevención y detección del «bullying» en sus colegios.

Web: bullingsos.com

Correo electrónico: info@bullingsos.com

Teléfono: 670 30 68 47

► **INTERNET SEGURA FOR KIDS.** Si eres niño o adolescente y te preocupa algo relacionado con Internet (te están molestando por las redes sociales, se ha difundido una



imagen o video íntimo tuyo o te han secuestrado la cuenta...) **entra en esta web:** www.is4k.es/ayuda. Es una página con mucha información y consejos donde se puede rellenar un formulario con consultas sobre cómo actuar ante casos de ciberacoso y una **línea de teléfono gratuita y confidencial:** 900 116 117.

► **PANTALLAS AMIGAS.** Esta iniciativa tiene una web donde se pueden hacer consultas en casos de ciberacoso y recomienda un formulario en el que no es necesario poner el nombre, pero sí dar un correo electrónico. **Web:** www.pantallasamigas.net

a estudiar, pero al cabo de un tiempo, porque al principio sufría ataques de ansiedad».

Después de que la prima de Yaiza, que iba a la misma escuela, revelara la verdad, la cambiaron de colegio, demostrando que quien padece «bullying», a menudo, sufre una doble victimización, la de ser acosado y la de tener que irse ante la falta de amparo del centro, que es juez y parte en el proceso. «Mi madre me cambió, pero no fue mejor. Como era la nueva y arrastraba todo lo que había vivido, volví a sufrir acoso dos años más. Pero un día, me rebelé», dice Yaiza.

P.: ¿Qué hiciste?

Y.A.: Un niño dijo cosas muy fuertes de mi madre y le pegué una bofetada. Él me la devolvió y, entonces, le di un puñetazo que lo tumbó. En aquel golpe, iban acumulados todos los años de sufrimiento y toda la rabia que sentía. Me expulsaron dos días, y me lo merecía, pero me quedé a gusto. Y a partir de entonces, nadie se volvió a meter conmigo.

P.: ¿Has recurrido a terapia?

Y.A.: Tuve la ayuda de mi tutora en 1º de la ESO, que era Carmen Cabestany, y también el apoyo de la Asociación No al Acoso Escolar (NACE), que preside. Además, me sirvió de inspiración el actor y rapero el Langui, que está

muy implicado contra el «bullying». Hace dos años, repetí curso. Coincidió con él en unas charlas y me dijo: «Yaiza, te lo tienes que sacar. Confío en ti. Tú puedes». Ahora tengo mi graduado escolar.

«Me prometí a mí mismo ser fuerte»

También logró salir adelante Sergio Medialdea, quien, en los años 90, encarnó en un anuncio al «primo de Zumosol», un joven «cachas» que defendía a un chaval de sus acosadores. Aquel «spot» le abrió las puertas del mundo de la publicidad (ha sido imagen de Armani, Police...) y de la televisión y hoy, es escritor—tiene tres libros— y «coach». El año pasado confesó que él, a pesar de haber sido «el primo de Zumosol», sufrió «bullying». «Ahora tengo una mujer maravillosa y soy padre de un bebé, y siempre pienso que esto por culpa del acoso que sufrí de los 14 hasta casi los 18 años. Llevaba un peinado tipo casco, gafas de cristal grueso a causa del estrabismo y medía 1,46 metros. En el instituto me llamaban «óxido de hierro», cuya fórmula química es FEO y «muerto de hambre», porque era el hijo de la limpiadora», explica.

P.: ¿Cómo empezó todo?

SERGIO MEDIALDEA: El día en que me matriculé en el instituto, tres chicos comenzaron a meterse conmigo y a darme collejas. Yo reaccioné mirando al suelo. Me quitaron el dinero y me dijeron que cada día tendría que llevarles más. Me pegaban y me humillaban a diario. Eran cuatro años mayores que yo y más fuertes y altos.

Sergio pasó por un infierno y tocó fondo. «Cuando empiezas a creer que te mereces las vejaciones a las que te someten, aparece la sombra del suicidio. Un día, antes de cumplir los 15 años, estuve andando por las vías del tren pensando en quitarme la vida porque me sentía la perso-

na más horrible del mundo. Pero cuando estaba a punto de lanzarme, pensé en mis padres, las únicas personas que me querían tal cual yo era. Eso me frenó».

P.: ¿Y qué hiciste después?

S.M.: Me prometí a mí mismo ser fuerte. Me apunté a gimnasia, crecí 35 centímetros en tres años y empecé a destacar en el deporte, lo que me hizo ser aceptado y, además, mis acosadores dejaron la escuela.

Sergio aconseja a los niños y niñas que sufren «bullying» «que se lo expliquen a sus padres y a sus profesores. Yo no lo hice y fue un error». Yaiza es de la misma opinión y dice: «No tengas miedo de hablar, de contárselo a tus padres, a





Noelia Rebón, abogada especialista en acoso:

«DE LA RESPONSABILIDAD CIVIL DEBEN RESPONDER EL COLEGIO Y LOS PADRES»

«Cuando se llega al juzgado, es que todo lo demás ha fallado», reconoce Noelia Rebón, abogada, especialista en acoso escolar y laboral, que colabora con SOS Bullying y NACE, y a quien no deja de sorprenderle que «en la mayoría de los casos que llevas a juicio, atacan a la familia de la víctima, tachándoles de sobreprotectores, y al menor agredido, de inadecuado o de tener pocas habilidades sociales. Intentan darle la vuelta. Es una barbaridad», nos cuenta.

PRONTO: ¿Qué se puede hacer legalmente ante el «bullying»?

NOELIA REBÓN: Las víctimas pueden reclamar una indemnización por las secuelas. Ahora bien, si los acosadores tienen menos de 14 años, no se les podrá imputar ningún delito porque no tiene responsabilidad penal. Sí existirá una responsabilidad civil por los daños y perjuicios ocasionados de la que responderán el centro escolar y los padres del acosador.

P.: ¿Y si el hostigador tiene más de 14 años? ¿Hay una ley contra el acoso escolar?

N. R.: No, pero los casos más graves pueden encuadrarse como un delito contra la integridad moral. Además, existen otros artículos penales que condenan las lesiones, amenazas, coacciones, injurias, abusos sexuales a menores de 16 y la persecución obsesiva.

P.: ¿Existe algún artículo penal contra el ciberacoso escolar?

N. R.: Sí. Desde el 2015, los menores que amenacen a otro por Internet o difundan imágenes comprometidas suyas, aunque inicialmente hubieran sido obtenidas con su consentimiento, podrán ser condenados a trabajos sociales, a permanecer en casa los fines de semana y a pagar multas.

P.: ¿Existe algún artículo penal contra el ciberacoso escolar?

N. R.: Sí. Desde el 2015, los menores que amenacen a otro por Internet o difundan imágenes comprometidas suyas, aunque inicialmente hubieran sido obtenidas con su consentimiento, podrán ser condenados a trabajos sociales, a permanecer en casa los fines de semana y a pagar multas.



Sergio Medialdea:

«ESTABA A PUNTO DE LANZARME A LAS VIAS DEL TREN Y PENSE EN MIS PADRES, LAS ÚNICAS PERSONAS QUE ME QUERÍAN TAL CUAL YO ERA, ESO ME FRENO»

un amigo, a tu tutor... A quien sea, ¡pero dilo!». Y Sergi Hidalgo añade: «Busca el modo más cómodo de pedir ayuda, protegiéndote, pero hazlo».

Y en ese momento, cuando el niño o la niña habla, el adulto que tiene delante debe escucharle y saber qué hacer. «Yo les diría a los profesores que no es una tontería y que hagan caso a los alumnos que les piden ayuda», asegura Sergi Hidalgo, y Yaiza insiste: «Cuando un chaval tiene el valor de dar ese paso es que lleva demasiado tiempo aguantando. Si no lo ha hecho antes, es por miedo».

mo hacerlo. Es gravísimo».

P.: ¿Y qué deben hacer?

CARMEN CABESTANY: No es fácil. Piensa que la víctima está sometida y, muchas veces, no habla. El acosador te jura y perjura que él no ha hecho nada, es muy listo y puedes acabar creyéndole, y hay profesores que tienen miedo a los alumnos. Si llamas a los padres del presunto agresor te responden: «Quién ha dicho eso y dónde están las pruebas».

P.: Entonces, ¿no hay solución?

C. C.: Sí que la hay, realizando campañas de sensibilización, formando a los profesores y consiguiendo que los centros reconozcan que hay acoso escolar, porque lo hay, se da en casi todos. Pero si tú no reconoces que tienes un problema, ¿cómo lo vas a solucionar? Estamos hablando de nuestros hijos, nuestros alumnos, nuestro futuro. ¿O es que queremos adultos dañados emocionalmente? El «bullying» nos atañe a todos, a toda la sociedad. No son cosas de niños.

El papel de los profes

Carmen Cabestany, profesora de secundaria y presidenta de NACE, reconoce que «los docentes, normalmente relativizan las cosas y piensan que son peleas ocasionales. Uno de los problemas es que no tenemos formación. Ni en Magisterio, ni en Psicología y ni en Pedagogía hay nada sobre acoso escolar. La mayoría de las veces, el profesor no actúa porque no tiene ni idea de cómo

TEXTO: THAIS MORALES

FOTOS: LLUIS PALOMINO E ISTOCK

PASOS A SEGUIR SI ACOSAN A TU HIJO

1. INFORMA AL COLEGIO POR ESCRITO Y CON CUANTA MÁS INFORMACIÓN MEJOR:

Haz una descripción detallada, clara y cronológica de todas las situaciones de abuso que tu hijo recuerde. Nombres y apellidos o mote de los acosadores. Nombres y apellidos de profesores que sean conocedores del conflicto y explicación de cuál está siendo su papel. Nombres y apellidos de testigos. En caso de que los tengas, informes médicos o psicológicos del menor. Pruebas de agresiones, como mensajes de WhatsApp, publicaciones en redes sociales, posibles grabaciones de las situaciones de acoso.

2. SOLICITA UNA CITA CON EL TUTOR Y DIRECTOR DEL CENTRO para comentar la situación y valorar la intervención a realizar. Es muy importante que te quedes con una copia sellada por el centro de este escrito con la fecha en la que lo has presentado.

3. COMUNÍCALO AL DEFENSOR DEL PUEBLO, enviando una copia de la documentación remitida al centro escolar.

Si el acoso continúa, Noelia Rebón te recomienda:

4. COMUNICA POR ESCRITO LOS HECHOS A LA CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN CORRESPONDIENTE para que revise las medidas que ha tomado el colegio, si es que lo ha hecho. «En realidad nos explica la abogada, son pocos centros los que reconocen abiertamente que ha tenido lugar una situación de acoso escolar».

5. AVISA A LOS PADRES O TUTORES por burofax acerca de la conducta de sus hijos y adviérteles de que, si continúa el acoso, el siguiente paso es la denuncia. «Ellos son responsables directos de los comportamientos de sus hijos menores y, si no toman medidas, también serán responsables del acoso escolar», dice.

6. CAMBIA DE ESCUELA A TU HIJO/A. «Es así nos explica Rebón, aunque quien debería irse es el acosador».



Los expertos coinciden en que es esencial que los docentes reciban formación específica sobre cómo detectar y combatir el «bullying».