



VALUES EDUCATION

# "Pautas de actuación ante el acoso escolar"

Guía elaborada por Araceli Oñate. Especialista en Acoso Escolar.  
Coautora con Iñaki Piñuel del Informe Cisneros VII "Violencia y Acoso Escolar".  
Directora General del Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo  
([www.acosoescolar.com](http://www.acosoescolar.com))



# PAUTAS DE ACTUACIÓN ANTE EL ACOSO ESCOLAR

## ¿Qué es el acoso escolar?:

El Acoso Escolar es un proceso de maltrato continuado en el tiempo que atenta contra la dignidad y los derechos fundamentales del niño en el ámbito escolar. Se podría definir como un "deliberado y continuado maltrato verbal y modal que recibe un menor por parte de otro u otros, que se comportan con él cruelmente con el objeto de someterle, intimidarle, asustarle, amenazarle u obtener algo mediante chantaje y que atenta contra la dignidad del niño y sus derechos fundamentales".

En el acoso escolar generalmente intervienen tres figuras:

1. El acosador o instigador (o grupo de acosadores)
2. La víctima
3. Los espectadores o testigos

El papel que cada uno juega en el proceso de acoso es muy importante y puede marcar diferentes consecuencias en el tiempo. Uno de cada cuatro escolares sale de su situación de maltrato gracias al apoyo de otros compañeros y compañeras (verdaderos héroes de nuestras aulas) que se ponen al lado de la víctima asumiendo el riesgo de correr su misma suerte de exclusión y aislamiento. El grupo aparece entonces dotado de un factor de protección que hace difícil la selección de nuevas víctimas y desencadena una reacción capaz de detener las conductas de maltrato cortándolas de raíz y privándolas del reconocimiento social que convierte la violencia en rentable.

## ¿Cómo puedo saber si me encuentro ante un caso de acoso escolar?

Si se producen estas tres situaciones:

- Existencia de una o más **conductas de maltrato** y hostigamiento en el ámbito escolar.
- **Maltrato repetido** que el niño espera sufrir sistemáticamente dentro del entorno escolar, más allá de una conducta meramente incidental o esporádica.
- **Proceso continuado en el tiempo** que puede incluir una amplia gama de comportamientos ofensivos y da lugar a un proceso de indefensión capaz de afectar a la resistencia de cualquier niño que lo padezca incidiendo significativamente, con el paso del tiempo, en todos los órdenes de su vida (académico, afectivo-emocional, social, familiar...)



La concurrencia de estas 3 situaciones acredita que existe un cuadro de acoso escolar. Es importante saber que NO debemos esperar a ver daños psicológicos o físicos en los niños para establecer un diagnóstico de acoso escolar. El acoso escolar existe desde el momento en que se dan conductas repetitivas de maltrato, independientemente de que hayan o no generado daño físico o psicológico en la víctima, ya que estos suelen aparecer posteriormente.

## Algunas consideraciones a tener en cuenta:

### 1) Evitar señalar a la víctima como causa del acoso

No existe un perfil de víctima. Cualquiera puede ser víctima de acoso escolar. La víctima no es débil física ni psicológicamente. Son las conductas de maltrato las que deben ser señaladas como inaceptables para evitar el aprendizaje social de la rentabilidad de la violencia y la respuesta que transforma el 'todos contra todos' en 'todos contra uno', inicio del proceso de acoso escolar.

En el origen, el 'efecto señal', los celos o la envidia por alguna característica de la víctima (llega tarde un día, es popular, obtiene buenas notas, es guapo/a...) pueden ser motivo suficiente para comenzar el proceso de acoso contra ella. En otras ocasiones, la víctima es percibida como amenazante por el acosador (por su personalidad, por su independencia, por sus dotes de liderazgo, etc.). Los niños no confrontativos, los nuevos o simplemente, aquellos que cometen un error trivial, convertido en significativo y relevante por algunos (ej. tropezar, haber sacado una mala nota, etc.) también son susceptibles de sufrir acoso siendo marginados, agredidos y excluidos.

Los acosadores buscan el reconocimiento social mediante la burla, la ridiculización y el menosprecio y "aprenden" por ensayo-error que la violencia es rentable. La víctima nunca es culpable de la situación de acoso, es elegida aleatoriamente por el acosador y no hay nada en ella que explique ni justifique el maltrato.

Desgraciadamente, existe la tendencia errónea a centrarse en la víctima en lugar de cortar de raíz las conductas de hostigamiento, de manera que se atribuye al niño víctima del acoso, la causa de la violencia y el maltrato que sufre. Se le suele etiquetar de "débil", con una personalidad difícil, o bien diciendo que es introvertido, que no sabe relacionarse con los demás, que interpreta mal la realidad, que es "el rarito", el diferente... o que tiene características o déficits que le hacen merecedor, responsable o culpable de la situación que sufre. Error básico de atribución que trata de encontrar en la víctima la causa del maltrato que padece.

Sin embargo, **nada justifica el acoso**. Ningún rasgo físico, actitud, habilidad o característica de personalidad puede ser motivo o justificación para recibir conductas de violencia o maltrato. En cuanto se detecta violencia sistemática y recurrente contra un niño se le debe



proteger inmediatamente, sin valorar si la causa estuviera en su personalidad, en sus actitudes, en su situación familiar, en sus déficits, en sus carencias, o en sus virtudes.

Tampoco se han de buscar soluciones que pongan el foco en entrenar o mejorar características psicológicas o físicas de las víctimas: habilidades sociales, asertividad, autoestima, resiliencia o defensa personal. Esto puede generarles la falsa creencia de que son ellos o su falta de habilidad la causa de recibir el maltrato y que deben defenderse de sus acosadores.

Los centros escolares deben de garantizar una protección efectiva contra las conductas violentas para evitar el proceso que supone el acoso escolar.

## 2) No permitir que las conductas de acoso queden impunes

Las conductas de violencia y de acoso que se dan cuando un alumno/a maltrata de manera continuada a otro alumno se han de vigilar y detener desde la primera vez que se producen y no se han banalizar o trivializar argumentando que “son cosas de niños”.

Son conductas intencionadas y repetidas que se producen con el objetivo de intimidar, someter, apocar, amedrentar y consumir emocional e intelectualmente a la víctima, con la finalidad de conseguir algún resultado favorable para el acosador, o bien, para satisfacer su necesidad de someter, agredir o destruir a los demás. En muchas ocasiones, el niño que acosa a otro busca encontrar el reconocimiento y la atención de los que carece. Sus relaciones se basan en el menosprecio y la exclusión de los otros.

Aquellos niños o niñas que acosan a un compañero sin ver señalada su conducta como inaceptable, pronto se encuentran acompañados por un grupo de “acosadores” que, de manera unánime, se suman al proceso de acoso y persecución contra la víctima. Si la mayoría está en este grupo, se hace más difícil defender al niño acosado.

El fenómeno de “todos contra uno” acredita que existe una reacción violenta colectiva y es preciso evitar que se desencadene el proceso de acoso escolar cortando de raíz desde el inicio cualquier manifestación de violencia física o psicológica que se de en el aula o en el centro escolar.

## 3) La importancia del papel de los espectadores

Los espectadores o testigos en los casos de violencia escolar juegan un papel crucial a la hora de prevenir, frenar o mantener estas situaciones de acoso.

Las diferentes posturas de los testigos ante una situación de acoso son:

1. Algunos testigos refuerzan al acosador, ayudan al líder activamente en las situaciones de acoso, o bien, aunque no actúen activamente, observan las agresiones, se ríen y refuerzan las conductas de acoso o maltrato.



2. Otros testigos, optan por mantenerse pasivos ante las situaciones de acoso y violencia, sin intermediar a favor de la víctima o sin detener los comportamientos violentos de sus compañeros. Se muestran indiferentes. No actúan por miedo, porque piensan que no es su problema, o porque no quieren ser los “chivatos”. En muchas ocasiones temen la exclusión y el asilamiento o las represalias por parte de los acosadores y ante ello prefieren mantenerse al margen.
3. Una pequeña parte de los testigos optan por defender a la víctima, ya sea interviniendo directamente en el momento de la agresión, acudiendo a un adulto o consolando y dando apoyo al compañero que está siendo acosado. Su actuación puede ayudar a que el acosador no se sienta reforzado en su comportamiento y por tanto éste cese en sus conductas de acoso.

Si en el centro escolar las conductas de acoso no se castigan, los testigos pueden interiorizar que es mejor estar del lado de los más fuertes, de los acosadores, ya que no estarlo podría ponerles en el punto de mira como próximas víctimas. Por este motivo muchos testigos acaban participando activamente en situaciones de violencia y aprendiendo que solo tienen dos opciones o ser cómplices o víctimas de la violencia.

El centro escolar debe evitarlo sancionando tajantemente las conductas de violencia, y educando a los alumnos en conductas de ayuda y apoyo. Haciéndoles sentir que se encuentran en un entorno seguro donde existe tolerancia cero hacia el acoso escolar y no se admiten conductas de violencia, física ni psicológica.

Sólo en un ambiente de protección y máximo respeto hacia los demás, los testigos frenarán con contundencia este tipo de conductas de acoso.

## La actuación de los centros escolares

- Favorecer una cultura de tolerancia cero frente al acoso y la violencia escolar. Cortar de raíz las conductas de maltrato señalándolas como inaceptables, evitando que se llegue a consolidar el proceso de acoso escolar.
- No señalar a la víctima como causa del acoso.
- No esperar a que el niño presente daños psicológicos para evaluar el caso como acoso escolar. Actuar desde el minuto uno.
- Ofrecer la protección inmediata de la víctima de acoso escolar. El centro educativo es responsable de garantizar esa protección.
- La víctima SIEMPRE es inocente: No permitir que se busque en ella las causas del maltrato que recibe.
- No menospreciar la violencia psicológica y social. Es la más importante y la que hace más daño.
- Sancionar de forma inmediata cualquier conducta de maltrato inhumano o degradante hacia otro, ya provenga de un alumno o profesor. La comunidad educativa ha de aunar esfuerzos para concienciar a todos los implicados en conseguir tolerancia cero hacia el maltrato y tolerancia cero a la indiferencia ante



dichas conductas.

- No entender el acoso escolar solo a partir del momento en que la situación es límite, y que la víctima presenta daños psicológicos o físicos graves. Entender que existe un proceso previo de maltrato que puede durar meses o años y en el que la víctima ha estado sufriendo, en muchos casos, en silencio.
- Evaluar periódicamente la violencia en las aulas, mediante sistemas de eficacia contrastadas como el TEBAE o el AVE.
- Desarrollar en los centros Planes Integrales de Prevención contra el Acoso Escolar en los que intervenga toda la comunidad educativa, desde el equipo directivo a los alumnos de Educación Infantil.
- Mantener una actitud vigilante y alerta, así como conductas activas que impidan o detengan la agresión o el maltrato
- No banalizar ni enviar mensajes tóxicos como: "no es para tanto", "a mí también me pasó", "sería una broma", "aguanta", "esto te prepara para la vida"...

## Claves para detectar un/a niño/a acosado/a

Puedes sospechar que tu hijo/a es acosado/a:

- Si presenta ropa deteriorada, falta de material, heridas...
- Si busca excusas para no ir a clase
- Si evita la relación con sus compañeros
- Si no quiere ir a fiestas de cumpleaños, excursiones, salidas escolares...
- Si se aísla en el recreo
- Si llora con facilidad sin motivo aparente
- Si tiene vómitos y náuseas por la mañana
- Si nos dice que "no valemos para nada"
- Si se muerde las uñas
- Si tiene miedo a ir al colegio
- Si está nervioso e intranquilo
- Si relata situaciones de acoso sucedidas a "otro niño"
- Si se preocupa en exceso por su seguridad o por la de los miembros de su familia
- Si no quiere ir a clase de gimnasia
- Si tiene ataques de rabia desproporcionados
- Si no puede contar lo que le pasa ni nombrar a su agresor
- Si tiene una sensación de peligro inminente
- Si tiene ansiedad o angustia y no puede concentrarse
- Si habla de "quitarse del medio" para resolverlo todo
- Si le preocupa ser acusado falsamente



## ¿Qué hacer si tu hijo o hija te confiesa que en el colegio, alguien le hace la vida imposible?

- En primer lugar, hacerle sentir que no está solo, que él es lo más importante para nosotros y que juntos encontraremos el camino a seguir para detener el proceso de acoso.
- Validar emocionalmente su experiencia. No impedir la expresión de emociones dolorosas o rechazar que el niño llore o se muestre vulnerable.
- El niño debe entender que sus necesidades y preocupaciones son tenidas en cuenta y puede compartirlas.
- Recordarle que no es responsable de lo que le sucede, que es inocente y que son sus compañeros los que están llevando a cabo comportamientos socialmente inaceptables.
- Acudir al centro escolar con el fin de informar al profesor o tutor y recabar información relevante.
- Exigir la actuación preventiva necesaria sobre la seguridad de nuestro hijo o hija así como la contundencia del sistema escolar.
- No permitir que se busque en la víctima "la causa" del maltrato que recibe. El maltrato nunca tiene justificación.
- Evitar la sensación de indefensión en nuestro hijo o hija. Transmitirle seguridad y confianza en la elaboración de un plan de actuación para cambiar la situación. Evitar que sienta que no hay nada que se pueda hacer.
- Actuar haciendo informes por escrito al centro educativo.

## ¿Qué hacer si eres víctima de acoso escolar?

Si eres víctima de acoso escolar, eres inocente. No hay ninguna razón que justifique el tipo de maltrato que estás padeciendo.

Tú no necesitas pasar pruebas psicológicas, sino que se detenga inmediatamente la situación de hostigamiento que padeces, que se te proteja, que se señalen como inaceptables las acciones de tus agresores y se garantice un entorno escolar seguro, libre de violencia.

Busca aliados dentro y fuera del entorno escolar, tanto adultos como personas de tu edad. No busques en ti la causa del maltrato que recibes, NUNCA.

## Ciberbullying ó acoso escolar en la red

Se incluyen algunas conductas como:

- Difundir imágenes grabadas con móvil



- Diseñar o publicar en páginas web dónde despreciar impunemente a la víctima
- Extender falsos rumores
- Activar cámaras web para grabar a los compañeros en situaciones comprometidas.

Son conductas que incluyen las características propias del Acoso Escolar: el chantaje, la exclusión y la amenaza.

El indicador central sigue siendo el MIEDO pero la utilización de herramientas y aplicaciones como Instagram, WhatsApp, Twitter, Messenger, SMS, o el uso de otras redes sociales agudizan los fenómenos que rodean al Acoso o Mobbing Escolar:

- Impunidad del agresor
- Indefensión de la víctima
- Unanimidad persecutoria o Todos contra uno

La tecnología permite al adolescente:

- Estar conectado sin salir de la habitación
- Mantenerse oculto
- Inventar identidades falsas para vivir emociones virtuales
- Crear una vida alejada de la realidad donde es posible prescindir de la tolerancia a la frustración y de la aceptación de la debilidad propia.

Como educadores, no debemos bajar la guardia con las nuevas tecnologías, y hemos de transmitir la misma tolerancia cero frente a estas conductas de acoso, que también pueden darse a través de los medios digitales.