

PLAN DE PREVENCIÓN DO ACOSO ESCOLAR

1. QUÉ É O ACOSO ESCOLAR

O acoso escolar ou maltrato entre iguais (bullying = intimidación ~ mobbing = acoso psicolóxico) é unha situación continuada na que un/unha neno/nena é obxecto de maltrato psicolóxico ou relacional (burlas, illamento e exclusión social), verbal (insultos, ameazas) ou físico (golpes, malleiras, etc.) por parte de outros nenos/as co fin de asustalo, sometelo e humillalo, facéndolle sentir dor, angustia e medo.

Un neno/nena é, polo tanto, vítima de acoso escolar cando

- ☒ É agredido/a deliberadamente.
- ☒ Estas conductas intimidatorias son habituais e permanentes.
- ☒ A relación entre agresor/a e agredido/a é de dominio – submisión.

Non existe, polo tanto, acoso escolar cando os comportamentos agresivos ou as malas relacións entre compañeiros e compañeiras obedecen a conflitos puntuais e o/a agredido/agredida non sofre maltrato de xeito prolongado.

2. OS PROTAGONISTAS

PERFIL DA PERSOA MALTRATADA

A persoa maltratada responde normalmente o seguinte perfil:

- ☒ Características físicas:
 - ✓ Na meirande parte das ocasións é ou aparenta ser máis débil que o maltratador/a.
 - ✓ Pode chama-la atención pola súa aparencia (cor da pel, resgos físicos, vestimenta, etc.) ou por algunha particularidade (obesidade, estatura, discapacidade, etc.).
- ☒ Características da súa personalidade:
 - ✓ Con frecuencia trátase de unha persoa máis ben tímida e insegura.
 - ✓ Sole ter baixo autoconcepto.
 - ✓ Fronte a agresión manifesta ansiedade e angustia.
 - ✓ Móstrase incapaz de defenderse.
- ☒ Características relacionais:
 - ✓ Mostra dificultade para contactar cos demais.
 - ✓ Posúe pouco prestixio dentro do grupo-clase e, normalmente, é un elemento illado.

A tensión en que se atopa a persoa acosada pode desencadear nela:

- ➔ Dores de cabeza, barriga, etc.
- ➔ Insomnio.
- ➔ Baixo rendemento escolar.
- ➔ Enfermidades nerviosas resultado da situación de stress que lle produce asistir a clase.

CONSECUENCIAS

Na persoa acosada poden quedar secuelas que afecten a súas relacións sociais, como por exemplo:

- ✓ Baixa autoestima.
- ✓ Baixo rendemento escolar que pode levar ó fracaso nos estudos.
- ✓ Complexo de inferioridade.
- ✓ Excesiva timidez.
- ✓ Incapacidade para as relacións sociais.

- ✓ Desequilibrio emocional que pode desembocar nunha neurose ou psicose.
- ✓ Pode converterse ela mesma en maltratadora.

PERFIL DA PERSOA MALTRATADORA

A persoa maltratadora responde normalmente o seguinte perfil:

- ☒ Características físicas:
 - ✓ Na meirande parte das ocasiónes é ou aparenta ser máis forte que a persoa maltratada.
- ☒ Características da súa personalidade:
 - ✓ Con frecuencia trátase de unha persoa insegura que no seu fogar non encontra a atención e cariño que desexa.
 - ✓ Sole ser agresiva e con baixa tolerancia á frustración e baixo autocontrol dos seus impulsos.
 - ✓ Sole ter baixa autoestima.
 - ✓ Non manifesta sentimentos de culpa ou remordemento polas súas condutas.
- ☒ Características relacionais:
 - ✓ É sociable e extravertida.
 - ✓ A súa ansia de liderazgo, non sempre satisfeita, fai que busque impoñe-la súa vontade pola forza.
 - ✓ Nas súas relacións co grupo destaca o seu comportamento prepotente.
 - ✓ Gusta de infrinxi-las regras e de manter actitudes desafiantes buscando o recoñecemento do grupo. É un/unha inadapto/a escolar.
 - ✓ Carece de normas e está acostumado a face-lo que lle peta.
 - ✓ Busca (e moitas veces o logra) a complicidade de outras persoas.

CONSECUENCIAS

O feito de conseguir con demasiada frecuencia os seus fins e de obter rapidamente beneficios impoñendo a forza, violando as máis mínimas normas de convivencia e sendo agresivo nas súas relacións sociais, fai a esta persoa suxeito de unha aprendizaxe de tendencias antisociais que pode desembocar en:

- ✓ Fracaso escolar.
- ✓ Condutas desaxustadas na aula e no centro.
- ✓ Condutas intimidatorias e agresivas presidindo as súas relacións sociais.
- ✓ Xeneralización do seu comportamento agresivo en todo tipo de relación social.
- ✓ Basear a convivencia na relación dominio/submisión.
- ✓ Condutas deleitosas.

3. COMO PREVER O MALTRATO

Na obra publicada pola Xunta de Galicia (2005) “Maltrato entre iguais”, no apartado correspondente o material do profesorado, considérase que hai unha serie de aspectos que contribúen grandemente a prever as situacións de maltrato e sinálanse algúns deles.

O PAPEL DAS PERSOAS EDUCADORAS

O mellor antídoto contra a violencia é

- ✓ establecer canles de comunicación eficaces entre alumnado e profesorado,
- ✓ propiciar un clima de Convivencia na aula,
- ✓ estimular a resolución pacífica de conflitos,
- ✓ apoiar e dar confianza ao alumnado máis feble...
- ✓ en suma, a revisión constante da saúde socioafectiva do grupo.

En ningún caso o educador debe inhibirse diante de condutas agresivas, prepotentes e abusivas do alumnado. E neste senso, o profesorado debe mentalizarse de que a modificación deste tipo de condutas debe xogar un papel prioritario no quefacer dos centros educativos.

O persoal docente pode contribuír a prevención deste tipo de condutas:

- ✓ Fomentando unha boa relación interpersoal co alumnado: que noten o noso interese e preocupación polas cousas que lles ocorren.
- ✓ Actuando de xeito comprometido contra o maltrato:
 - falar na aula destes temas e analizalos co alumnado,
 - manter unha actitude de escoita e observación constante de detalles de condutas non desexables.
 - non permitir insultos, burlas, intimidacións...
- ✓ Intercambiando informacións co resto do profesorado.
- ✓ Formándose nesta temática de maltrato.
- ✓ Dotándose de recursos para traballar a diversidade na aula.
- ✓ Establecer protocolos conxuntos de actuación co resto do equipo educativo.

METODOLOXÍA: A APRENDIZAXE COOPERATIVA

Os procedementos cooperativos son, a xuízo das persoas expertas, os máis axeitados para a mellora da convivencia na aula, son os que ofrecen un maior grao de cambio nas condutas do alumnado agresivo.

O traballo faise en grupos heteroxéneos de aprendizaxe e discusión. Cadaquén ten a súa responsabilidade, pero tamén hai unha responsabilidade compartida, que supón unha interacción na que unhas veces se dá e outras se pide axuda para realizar unha determinada tarefa. A proximidade e o ter que compartir obxectivos fan do traballo en cooperación unha metodoloxía moi axeitada para aprender a solucionar conflitos entre iguais.

Para formar estes grupos co alumnado da clase da forma máis heteroxénea posible convén que previamente se observasen no alumnado certas características que teñen que ver coas relacións persoais, coa solidariedade, coa integración no grupo, coas habilidades de comunicación e co rendemento nas materias nas que se vaia aplicar o método.

Apúntanse como instrumentos válidos de avaliación destes niveis o sociograma, as entrevistas estruturadas ao alumnado, nas que se valora o risco de violencia ou as respostas a diversos cuestionarios.

A EDUCACIÓN EMOCIONAL

Cando falamos de maltrato, estamos a referirnos a unha disfunción das relacións persoais, de torpeza emocional, que nos leva a ter relacións mal dirixidas que poden ter consecuencias desastrosas para nós e os demais.

Na nosa cultura primáronse tradicionalmente os contidos de tipo intelectual, racional e deixáronse de lado os sentimentos e as emocións. Os diversos estudos sobre intelixencia emocional inciden na necesidade de educar na emoción e nos sentimentos, para ser capaces de manexalos no momento de enfrontarse a un problema.

A intelixencia emocional fortalece o tipo de calidades que nos axudan a converternos en auténticos seres humanos. Refírese a habilidades como:

- ✓ Autocontrol.
- ✓ Sensibilidade para ter en conta os sentimentos dos demais.
- ✓ Autoconecemento persoal.
- ✓ Establecemento de boas relacións interpersoais.

- ✓ Fomento de actitudes positivas e habilidades como saber escoitar, comunicar e interpretar os nosos sentimentos e os dos demais.

De aí a necesidade de introducir nos centros educativos valores relacionados coa vida persoal. Trátase de facer unha integración dos saberes: reorganizar a metodoloxía da ensinanza de xeito que os sentimentos e os conflitos non queden fóra dela, senón que formen parte do espello no que se mira o alumnado.

A educación emocional é necesaria para todo o alumnado e especialmente para o masculino, que, en ocasións, está condicionado polo estereotipo de xénero.

TRABALLO A PROL DA IGUALDADE

Os estereotipos latentes na nosa sociedade fan que varios colectivos sexan especialmente vulnerables ao maltrato: as rapazas, o alumnado con necesidades educativas especiais e as minorías étnicas.

O **sexismo** é a discriminación por razón de sexo. A forma sexista de construír a identidade pode obrigar aos rapaces a identificarse coa dureza, o dominio ou a utilización da violencia. De feito, os rapaces recoñecen participar en agresións cunha frecuencia significativamente superior á das rapazas.

No camiño para a construción da masculinidade, moitos rapaces, para acadar o modelo estereotipado esixible, viven unha tensión que adoitan disimular con mecanismos de protección que levan aparellados “abusos de xénero”. Son aqueles que se derivan da “inferiorización” e “cousificación” das rapazas e dos seus compañeiros “menos homes” e que se traducen en formas de violencia verbal, física e sexual, acosos, etc.

Erradicar condutas agresivas supón un traballo a favor da igualdade de dereitos e deberes de todas as rapazas e rapaces que estamos a educar. A desigualdade favorece sempre a violencia.

Menciónanse aquí os aspectos nos que temos que traballar para diminuír a desigualdade de xénero presente na educación tradicional sexista:

- ✓ Nos xogos e na utilización dos xoguetes.
- ✓ No uso dos espazos do centro.
- ✓ Nos refráns e chistes sexistas.
- ✓ No uso indebido do corpo da muller como obxecto na publicidade, na TV, no cine.
- ✓ Na linguaxe: no uso do universal masculino e na invisibilidade das mulleres.
- ✓ No comportamento. Na expresión dos sentimentos.
- ✓ Na división sexual do traballo, especialmente na desvalorización do traballo doméstico.
- ✓ Nas expectativas profesionais.
- ✓ Nos proxectos de vida.
- ✓ No uso do tempo de ocio.

Polo que respecta ao **racismo**, tamén está ligado a unha serie de estereotipos que se dan en persoas con enorme rixidez e falta de tolerancia. Correspóndense con personalidades autoritarias nas que subxace unha profunda inseguridade persoal, incapacidade para soportar a ambigüidade, sentimento de seren tratadas inxustamente e que recibiron unha educación ou moi rixida ou con total ausencia de límites. Estas persoas tenden a rexeitar todo o que é feble ou diferente e a ver a realidade como algo dicotómico (en branco ou negro).

Do mesmo xeito, temos que facer fincapé na atención que merece o colectivo das **persoas con necesidades educativas especiais**. O grande avance que supuxo a integración non evita que, ás veces, teñan que pagar a peaxe de seren vítimas do desprezo e mofa por parte de alumnado pouco sensible.

Para traballar a superación destas crenzas que conducen á intolerancia e á violencia, cómpre proporcionarlle ao alumnado esquemas que permitan tolerar a incerteza e construír axeitadamente a propia identidade sen ter que establecela contra as persoas que se perciben diferentes ou en situación de debilidade, descubrindo que todas e todos somos, ao tempo, iguais e diferentes.

HABILIDADES NA PESCUDA DE AXUDA

A reflexión conxunta do alumnado entre si, e do alumnado co profesorado sobre os problemas que se presentan acotío na aula, propiciará unha serie de habilidades de empatía, de autoafirmación, de prestar e pedir axuda, de asertividade, de control do estrés, de aprender a dicir non... que son necesarias á hora de enfrontarse ao maltrato.

Parece moi importante axudar a establecer no alumnado un nivel suficiente de autoestima, condición imprescindible do benestar psicolóxico. A seguridade que proporcionan as persoas adultas máis significativas permítelle ao alumnado desenvolver expectativas positivas dun mesmo e das demais persoas, o que facilita o achegamento ao mundo con confianza, así como ser capaz de demandar e proporcionar axuda. En caso contrario, cando o alumnado non recibe a atención que necesita, aprende unha visión negativa do mundo que fai que responda con retraemento ou violencia.

Tamén é preciso que o alumnado sexa consciente da bondade do establecemento de redes de apoio con amigos e amigas da aula que lles permitan tirar delas no momento necesario, xente á que lle poidan contar dificultades, dúbidas e problemas, con confianza.

Pode ser interesante promover a figura da "persoa mediadora", que é aquela persoa do grupo a quen se pode recorrer cando se ten un problema con alguén do centro. A elección destas persoas mediadoras é importante, xa que require certas dotes naturais e unha certa formación en técnicas de escoita activa.

Calquera programa de desenvolvemento de autoestima e de habilidades sociais dos moitos existentes (algúns aparecen nos recursos desta publicación) poden axudar na tarefa de facer máis autónomo o noso alumnado.

O ESTABLECEMENTO E O RESPECTO DAS NORMAS

En educación é necesario o establecemento claro de límites. A disciplina escolar contribúe grandemente a previr o maltrato. Está probado que a impunidade ante as agresións as reforza.

Agora ben, os modelos de disciplina condicionan enormemente os resultados que se poden acadar na prevención. Os estudos realizados sobre as condicións que inflúen con respecto ás normas reflicten que, cando se lle esixe á mocidade que se limite a obedecer as regras que outras persoas deseñaron, adoita sentirse pouco comprometida co seu cumprimento. Pola contra, está probado que o respecto dos límites mellora cando todos os membros da comunidade participaron na súa definición e se aplican a todas as persoas segundo uns principios previamente aceptados.

De aí que o compromiso do profesorado estará en definir con claridade, xunto co alumnado, que tipos de actitudes e comportamentos son intolerables, así como as conseguíntes correccións. Se se ten un papel activo na concreción de normas e estas son entendidas como un medio para a mellora do benestar de todo o mundo, o seu incumprimento xa non é unha desobediencia, senón unha deslealdade cara a a un mesmo e cara ao grupo ao que se di pertencer.

Son diversas as investigacións nas que se observa que a porcentaxe de tempo lectivo que o profesorado dedica na aula aos procesos de relacións interpersoais do grupo, así como o que se destina a cuestións de normas, orde e disciplina, está relacionado

directamente coa diminución de maltrato entre iguais.

O momento da asemblea do grupo é o idóneo para debater o cumprimento das normas, o clima de relacións existente e a resolución de calquera problema que puidese xurdir.

4. COMO DETECTAR O MALTRATO

Remitíndonos de novo a obra citada máis arriba, considérase que a observación dentro e fora da aula pode ser un medio especialmente axeitado para descubrir actitudes de rechazo entre os membros do grupo.

Así mesmo, o intercambio de información entre os membros do equipo docente pode contribuír o mesmo obxectivo.

A TÉCNICA DA OBSERVACIÓN

O profesorado é, segundo todos os estudos realizados, o último colectivo ao que o alumnado vitimizado lle comunica o maltrato, o que non axuda á hora de poñer remedios. Normalmente, o maltrato entre iguais prodúcese sen que as persoas adultas máis próximas sexan conscientes del. Por iso cómpre unha actitude atenta e vixilante por parte do profesorado cara ás relacións que establece o alumnado entre si.

Instrumentos tan doados de utilizar como o sociograma dan unha idea rápida do alumnado excluído da clase, así como dos grupos constituídos e das persoas líderes. Pero, ademais, existen unha serie de instrumentos e técnicas que axudan no diagnóstico da situación como Cuestionarios e Entrevistas persoais con diferentes alumnos e alumnas.

COMPARTIR A INFORMACIÓN

Parece fundamental a necesidade de cohesión e comunicación entre o profesorado do centro. A actuación "todos á unha" é prioritaria na prevención do maltrato.

A existencia de protocolos ou guías de actuación contra o maltrato entre iguais reflectidos nos documentos institucionais do centro parece xa unha necesidade.

As reunións do profesorado titor co departamento de orientación, a reunións de coordinación de ciclos... son momentos de intercambio de información, de unificación de estratexias e de postas en común de recursos para abordar a prevención de casos de maltrato entre iguais.

Tamén é importante ter unha relación fluída coas familias do alumnado, con contactos periódicos establecidos previamente. Isto permitirá que ante calquera sospeita de agresións dos seus fillos e filias, o profesorado sexa informado rapidamente e podan iniciarse as accións pertinentes.

5. COMO ACTUAR EN CASO DE MALTRATO

Por último, dado que os eu orixe pode obedecer a múltiples causas, é importante a actuación coordinada de todos os membros da comunidade educativa: persoal do centro, familias e institucións.

Dentro da institución escolar, o traballo o que fixemos alusión anteriormente, "Maltrato entre iguais", distingue entre a actuación no centro e na aula.

NO CENTRO

As actuacións no eido do centro deben estar recollidas nos documentos institucionais, planificadas e temporizadas dentro da actividade anual. A modo de resumo, recóllense as principais accións que cómpre desenvolver:

- ✓ A recollida no proxecto educativo de centro de todos os aspectos relacionados co tema da convivencia. Para este fin, deberiamos:
 - Clarificar como se abordan as relacións sociais no medio escolar.
 - conseguir información dos distintos estamentos da comunidade educativa acerca do coñecemento do tema.
 - Indagar que ocorre e como pode organizarse un plan de intervención.
 - Valorar a perspectiva coa que se aborda a situación, se se fai desde un punto de vista punitivo ou desde unha perspectiva rehabilitadora. Considerar as variables contextuais como condicionantes de situacións de conflito.
- ✓ Introducción de temas de prevención da violencia nas programacións didácticas.
- ✓ A formación permanente e continua do profesorado na prevención, detección e intervención en conflitos supón un paso previo a esta última. Os seminarios e grupos de traballo son fórmulas idóneas para este fin.
- ✓ Coordinación das intervencións educativas e sociais coas administracións competentes, así como as actuacións das familias no seu propio ámbito.
- ✓ Participación de todos os sectores da comunidade educativa na elaboración, aprobación e aplicación dos plans e proxectos de prevención.
- ✓ Organización de forma detallada da supervisión e vixilancia no centro docente, nos seus diferentes espazos físicos.
- ✓ Establecemento de normas claras, consensuadas por toda a comunidade educativa, que sexan eficaces para regular a convivencia.
- ✓ Potenciación da acción titorial como un labor compartido, que lle compete no só ao titor ou titora, senón a todo o profesorado.
- ✓ Elaboración dun protocolo de intervención que permita que todo o persoal do centro coñeza o procedemento. Os pasos fundamentais que se deberían seguir ante un problema serían:
 - Saber, ante certos indicios, onde dirixir a información da que se dispón.
 - Que recursos e estratexias se empregarán para completar información, garantindo a confidencialidade.
 - Pautar a actuación segundo a gravidade dos casos, de maneira diferenciada.
 - Seguimento e avaliación das medidas tomadas, reflexión sobre estas e propostas de cambio.

NA AULA

O tratamento curricular destes temas na aula debe facerse con toda a súa complexidade, incluíndo contidos conceptuais, de procedemento e de actitudes. Non debe abordarse só a aprendizaxe de contido informativo, senón que debe darse grande importancia á aprendizaxe de técnicas e procedementos que melloren as relacións entre o alumnado e a adopción de actitudes positivas cara aos demais.

Estratexias metodolóxicas e didácticas para abordar o tratamento desta problemática:

- ✓ Fomentar unha boa relación interpersoal co alumnado. Que note o noso interese e preocupación polas cousas que lle ocorren.
- ✓ Actitude belixerante contra o maltrato: falar destes temas na aula, analízalos co alumnado, manter unha actitude de escoita e observación constante de condutas non desexables (non permitir insultos, burlas, intimidacións...).
- ✓ Intercambiar informacións co resto do profesorado.

- ✓ Formarse nesta temática.
- ✓ Dotarse de recursos para traballar a diversidade na aula.
- ✓ Dar un tratamento transversal dentro dos contidos curriculares de as áreas aos temas de prevención da violencia e do maltrato entre iguais.
- ✓ Potenciar o desenvolvemento de habilidades individuais e sociais estratexias que melloran as relacións.
- ✓ Axudar ao alumnado para que:
 - Atope solucións propias.
 - Analice cada unha das solucións, anticipe consecuencias e vexa é a máis axeitada.
 - Saiba relacionar as causas coas posibles solucións.
 - Se dea de conta de que un mesmo conflito pode ter máis dunha solución, segundo as circunstancias e as persoas implicadas.
 - Valore as solucións adoptadas como xustas.
 - Colabore no establecemento de normas e regras eficaces e mecanismos que sirvan para que as normas acordadas se cumpran.
- ✓ Adoptar, preferentemente, unha metodoloxía didáctica cooperativa e participativa.
- ✓ Potenciar a ensinanza de valores como a tolerancia, o respecto á diversidade, á diferenza de xénero e á dignidade humana.
- ✓ Procurar que o alumnado, sen excepcións, participe na resolución de cada conflito, animándoo a intervir e favorecendo a intervención de "mediadores".
- ✓ Ter como obxectivo non só a resolución dun conflito concreto, senón a aprendizaxe da súa resolución, o que require implicación cognitiva e afectiva.
- ✓ Propiciar momentos no horario para realización de actividades que dean continuidade ao traballo de prevención.
- ✓ Non esperar que todos os conflitos se solucionen ben desde o principio. Hai que aprender dos erros, ter paciencia e analizar por que se producen.
- ✓ Manter unha actitude de escoita atenta e de compromiso coas situacións que se produzan.