

QUÉ SE SABE DE BULLYING

WHAT IS KNOWN ABOUT BULLYING

PS. RICARDO MUSALEM B. (1), DRA. PAULINA CASTRO O. (2)

1. Psicólogo, Terapeuta Familiar. Centro Adolescentes y Jóvenes. Clínica Las Condes.
2. Psiquiatra de Niños y Adolescentes. Terapeuta Familiar. Departamento Psiquiatría de Niños y Adolescentes. Centro de Adolescentes y Jóvenes. Clínica Las Condes.

Email: rmusalemb@mi.cl

RESUMEN

Se define bullying como una dinámica de maltrato sistemática que ocurre entre iguales de manera persistente. Es considerado un problema de salud pública debido a su prevalencia y las consecuencias que tiene en todos sus participantes: en los agresores, en las víctimas, en los espectadores, en los padres y familias, en la comunidad escolar y en la sociedad en general. Las investigaciones muestran efectos a corto, mediano y largo plazo en el desarrollo emocional y social de niños y adolescentes. Se ha constatado una relación del acoso escolar con las patologías físicas, psicósomática y de salud mental en niños, adolescentes y en la vida adulta. En este artículo se describen las características individuales, las relacionales, los factores conocidos como de riesgo y factores protectores, la prevalencia y los programas de abordaje integral del fenómeno. Son múltiples los estudios que muestran la efectividad de la aplicación de estos programas de intervención, diseñados en función de los conocimientos acumulados.

Palabras clave: Bullying escolar, intimidación, hostigamiento, factores de riesgo, factores de protección, intervenciones.

SUMMARY

We define School Bullying as a systematic and persistent dynamic of peer abuse. It is considered a public health problem because of its prevalence and consequences in all participants: bullies, victims, bystanders, parents and families, the school community and society in general. Research shows short-, medium- and long-term negative effects in social and emotional development of children and adolescents. There has been a relationship of bullying with physical, psychosomatic and mental health in children, adolescents and adulthood diseases. In this paper we describe the individual characteristics, relational, factors known as risk and protective factors, prevalence and comprehensive programs addressing the phenomenon. There are multiple studies showing the effectiveness of the implementation of these intervention programs, designed on the basis of accumulated knowledge.

Key words: School bullying, intimidation, harassment, risk factors, protective factors, interventions.

INTRODUCCIÓN

Se entiende por *bullying* a una dinámica "víctima-ofendido", intencional de maltrato ejercida sobre un escolar por parte de uno o más ofensores, generalmente pares o alumnos mayores. Mediante comunicaciones verbales y no verbales, actitudes, mensajes y otras maneras de intercambios relacionales, se ejerce poder en perjuicio de una tercera persona que está en calidad de víctima ofendido.

Según la Organización Mundial de la Salud la violencia se define como "el uso intencional de la fuerza física o el poder, la amenaza o el hecho, contra uno mismo, contra otra persona o contra un grupo o una comunidad, que puede producir o tiene una alta probabilidad de provocar una lesión, muerte, daño psicológico, afectar el desarrollo o generar privaciones". La inclusión de la palabra "poder" en adición a la frase "uso de la fuerza física" amplía el ámbito y la naturaleza de la violencia para incluir actos como las amenazas e intimidación como consecuencia de las relaciones de poder. "El uso de la fuerza física o el poder" comprende e incluye la negligencia y cualquier tipo de abuso físico, sexual o psicológico, el suicidio y otros actos auto-abusivos. Esta definición cubre una amplia gama de consecuencias, incluyendo el daño psicológico, carencias e inadecuado desarrollo (OMS, Salud y Violencia en el Mundo, 2002) (1).

Bullying es una palabra de la lengua inglesa ampliamente utilizada para referirse al acoso entre iguales (compañeros) se traduce también como intimidación, acoso, maltrato, matonaje, hostigamiento o victimización entre iguales.

Uno de los estudiosos del tema, Dan Olweus (1983) lo definió como una conducta de persecución física o y/o psicológica que realiza un/a alumno/a contra otro/a, al que escoge como víctima de repetidos ataques. Esta acción, negativa e intencionada, sitúa a la víctima en una posición de la que difícilmente puede escapar por sus propios medios. La continuidad de estas relaciones provoca en las víctimas efectos claramente negativos: descenso de la autoestima, estados de ansiedad e incluso cuadros depresivos, lo que le dificulta su integración al medio escolar y la adquisición de aprendizajes. Son importantes la:

- 1) Repetición de las acciones
- 2) Intencionalidad del agresor
- 3) Indefensión de la víctima en unas relaciones determinadas por el abuso de poder
- 4) Las graves consecuencias que vivir en un entorno que tolera el maltrato puede acarrear para todos los implicados (2). No es asimilable a otras situaciones conflictivas, agresivas o no que se dan en los colegios.

Como dijo Collell en 2006, se trata de un proceso más complejo que lleva a la ruptura de la simetría que debería presidir las relaciones entre iguales y la reestructuración de estas relaciones bajo un esquema de dominio-sumisión que se mantiene estable en el tiempo.

Se trata de un acto consciente y deliberado de maltratar a una persona y colocarla en tensión. Puede manifestarse de forma verbal, física, psicológica, relacional, material, sexual y actualmente, a través del *cyberbullying*.

El maltrato entre iguales se clasifica según la forma, en directo o indirecto. El **maltrato directo** puede ser:

- a) Físico (dar empujones, pegar, amenazar con armas)
- b) Verbal (insultos, burlas, poner sobrenombres)
- c) Relacional o de exclusión social (excluir del grupo, no dejar participar)

En el **maltrato indirecto** el agresor no da la cara, no se identifica y puede ser:

- a) Físico (robar, esconder objetos, romper)
- b) Verbal (hablar mal de, falsos rumores)
- c) Exclusión social o relacional (ignorar, ningunear)

El maltrato verbal y la exclusión social pueden pasar desapercibidos por compañeros y profesores y tienen, a largo plazo, un peor pronóstico que la agresión directa. La víctima duda de su percepción, introyecta sentimientos de culpabilidad al no identificar al agresor. Los adultos parecen esperar que el *bullying* sea un problema transitorio, pero no es así: es persistente por definición y está relacionado con problemas a corto y largo plazo en la vida de los niños (2,3,6,7,22).

CARACTERÍSTICAS DE LOS PARTICIPANTES Y DEL CONTEXTO SOCIAL. DINÁMICAS INDIVIDUALES Y GRUPALES

En 2001 Olweus describió distintos roles en la dinámica del *bullying*, existiendo agresores, cómplices de la agresión que la apoyan de manera activa o pasiva, espectadores, defensores, víctimas y una categoría que podría denominarse agresores-víctimas. Estos últimos hostigan a otros, pero a la vez son víctima de hostigamiento o *bullying* de parte de sus pares. Tienden a ser impulsivos y responden agresivamente cuando son maltratados, a diferencia de quienes son propiamente víctimas de *bullying*, niños y jóvenes más bien pasivos y sometidos frente a la agresión, se muestran inseguros, inhibidos, ansiosos y vulnerables (2).

El *bullying* se instala y se sustenta en el contexto de relaciones competitivas e individualistas (35). En ese sentido el *bullying* es un hecho social, que implica dinámicas de estatus y posicionamiento en términos de poder de un individuo frente al grupo. El estatus se relaciona con la posición que tiene una persona dentro de un grupo en términos de una jerarquía de valoración, preferencias o importancia. Generalmente los ofensores, mediante la acción de hostigamiento, fortalecen su estatus o posición dominante frente a la persona ofendida, pero también frente al grupo. Mediante acciones de hostigamiento, humillación, burla o desprestigio, el ofensor expone debilidades o asigna falta de valor social al ofendido. Al destacar sus defectos, hacerlo quedar en ridículo frente a los demás o mostrar su dificultad para defenderse (3) el ofensor busca disminuir el estatus del agredido, al tiempo que aumenta su propio estatus al hacer ejercicio de su poder de intimidación.

Los alumnos con menos estatus son los principales receptores de hostigamiento. Por su parte, los ofensores suelen tener cierto estatus o popularidad dentro del grupo. Su popularidad es de tipo competitiva, intentando destacar sobre el resto y ser vistos como superiores a los demás. Generalmente estos jóvenes de alguna manera interpretan valores ideales del grupo, ya sea la valentía, la fuerza, la dominancia, el poco

temor a la autoridad. Estos pares dominantes competitivos tienen bajos niveles de empatía (2,5) son predominantemente egocéntricos y tienen una identidad cuya seguridad y valoración está basada en sentirse por sobre los demás (2,4). En otras ocasiones han tenido algún funcionamiento destacado en alguna actividad que es muy valorada para el resto, como por ejemplo, logros deportivos o poner límites frente a la agresión de otros grupos. De esta manera el grupo le da mérito o reconocimiento que empodera al joven ofensor, generando un cierto crédito o tolerancia del grupo frente a sus trasgresiones. Esta tolerancia también se produce ya que con sus actitudes intimidatorias, los *bullies* u ofensores despiertan temor en los pares de ser ellos objeto de la agresión que sufren las víctimas, en caso llegaran a involucrarse en su defensa (37). Ocurre en ocasiones que incluso los adultos tienden a someterse y ser condescendientes con jóvenes ofensores que tienen desempeños destacados en algunos ámbitos ya sea en lo deportivo, académico o que muestran mantener una personalidad fuerte, atractiva o con desplante. Es más, algunos adultos se identifican con el lado narcisista y dominante de estos alumnos, despreciando la debilidad que ven en aquellos que son víctimas de *bullying*.

En general los niños hostigadores se asocian entre sí estableciendo un pequeño grupo que controla la popularidad propia y la de otros, seleccionando o rechazando pares que pueden ser considerados como dignos de juntarse con ellos o no (37). En algunas ocasiones los jóvenes que son objeto de maltrato son aquellos que intentan ser aceptados dentro de esos grupos de mayor estatus o de niños populares. Estos jóvenes, que podrían denominarse aspirantes a populares, (37) no tienen bien resuelto su propio sentido de valor, necesitando recibir valoración y reconocimiento asociado a la admiración de los demás o mediante la identificación y pertenencia a grupos de jóvenes considerados como populares. Estos jóvenes "candidatos" están siempre en una posición secundaria en término de estatus, con una dependencia psicológica o bien en una disposición al sometimiento frente a las decisiones, actitudes o deseos de los jóvenes populares competitivos con mayor dominancia social. Esta dinámica los hace especialmente vulnerables al *bullying*, aceptando maltrato con tal de no dejar de pertenecer al grupo de populares o ser aceptado en éste. Algunos de estos jóvenes con mayor popularidad reconocida por los pares y que tienen junto a ellos un pequeño grupo de candidatos o seguidores que están asociados al grupo de populares, recurren al hostigamiento y maltrato de alguno de los pares "candidatos" de su grupo de populares, como manera de mostrar al resto su capacidad de dominio y dar una señal de lo que son capaces de hacer frente a cualquiera que se les oponga, pretenda competir con ellos o agredirlos (37). El ofendido suele estar ubicado socialmente en espacios de identidad subvalorados que se le han impuesto. Los ofensores y el resto del grupo han asignado al ofendido o víctima, un espacio o identidad dentro del grupo con una serie de limitantes o restricciones que impiden al sujeto mostrar capacidades o destacar por valores propios, quedando consignado socialmente como alguien que merece menos respeto, menos valoración o tiene menos estatus dentro del grupo, por lo cual tendrá mayores posibilidades de ser excluido, ignorado o rechazado por los demás. Un grupo de niños que rechaza, suele estar muy atento a las conductas poco adecuadas o las fallas en las habilidades sociales

de alguno de los compañeros, ejerciendo una acción normalizadora en términos de castigar aquellos individuos que no cumplen con el estándar o expectativa grupal de comportamiento social. Muchas veces los niños o jóvenes que son objeto de *bullying* tienen déficit de habilidades sociales y eventualmente algunas conductas peculiares, que dificultan el hacer amigos y lograr aceptación (38) o bien no se identifican con el ideal grupal en términos de imagen social asociadas a poder, competitividad o despliegue narcisista de atributos personales (4,38). Estos niños quedan en la categoría de rechazados, que los lleva a un repliegue social o a actitudes socialmente inhibidas, torpes o inadecuadas que contribuyen a justificar y activar mayor hostilidad de parte de sus compañeros (38) al verlos distanciados, disminuidos y "raros" debido a su inadecuación social. Esta dinámica les impide tener nuevas experiencias de aprendizaje y práctica de destrezas sociales, además de poder generar sentimientos estables de malestar emocional, soledad, ansiedad y depresión (2-5,7).

Algunos de los niños o jóvenes objeto de *bullying* se descontrolan o reaccionan violentamente frente a éste (corresponden a la categoría agresores-víctimas) (21). Ellos tampoco son vistos socialmente como competentes en cuanto habilidades sociales, más bien son percibidos como inadecuados o "descontrolados", recibiendo burlas o siendo objeto de poco respeto o desprestigio a nivel social. Sin embargo, los jóvenes que con sus reacciones, son capaces de detener nuevas conductas de hostigamiento reciben reconocimiento de parte de los pares. El hostigamiento y maltrato no podría existir sin un complementario apoyo de parte del resto de los integrantes del grupo. Se ha visto que los observadores del *bullying* juegan un papel muy importante como cómplices o espectadores que ayudan a mantener la dinámica ya sea con su mera presencia, con su pasividad o actitud de sumarse a las agresiones (23,24). Muchas de las interacciones y dinámicas asociadas al *bullying* son difícilmente abordables por los adultos, debido a que se desarrollan en instancias donde no hay presencia de figuras adultas y son situaciones que se dan o procesos que se van armando poco a poco en la configuración de las representaciones sociales y la construcción de las identidades al interior del grupo.

FACTORES PROTECTORES Y DE RIESGO INDIVIDUALES Y FAMILIARES

a.- Factores de riesgo de ser perpetrador de *bullying*:

Características personales como la sociabilidad o la impulsividad pueden explicar la forma de reaccionar ante determinadas situaciones (Farrington, 2005). Estudios han encontrado una relación entre el comportamiento violento y la impulsividad y temperamento del niño (Brier, 1995) (3). Un niño con un alto nivel de actividad o ansiedad, inflexibilidad, dificultad para adaptarse a los cambios, fácilmente frustrable y con distracción, puede tender a ser menos comprensivo, puede tener déficit en el procesamiento de la información social, menor control de sí mismo y ser impulsivo, tener conflictos de oposición y, fácilmente, participar en estas dinámicas como agresor, víctima o agresor/víctima. El trastorno de déficit atencional con hiperactividad es un trastorno común entre los agresores. También se ven los trastornos de conducta y la personalidad antisocial (2,4,5,7,21,22,29).

Entre las características observadas con frecuencia en los adolescentes que inician y dirigen el acoso escolar, se han encontrado ocho problemas que deberían ser erradicados desde la escuela y desde la familia, según Díaz-Aguado (tabla 1).

Rashmi Shetgiri revisó en 2013 los estudios que muestran los factores de riesgo y protectores de ser agresor, víctima y agresor-víctima. Destaca entre los factores de riesgo de ser agresor los especificados en la tabla 2.

TABLA 1. CARACTERÍSTICAS OBSERVADAS CON FRECUENCIA EN LOS ADOLESCENTES QUE INICIAN Y DIRIGEN EL ACOSO ESCOLAR

Acentuada tendencia a abusar de su fuerza y una mayor identificación con el modelo social basado en el dominio y la sumisión
Dificultad para ponerse en el lugar de los demás y falta de empatía
Se identifican fuertemente una serie de conceptos estrechamente relacionados con el acoso escolar, como los de soplón y cobarde
Impulsividad, baja tolerancia a la frustración e insuficientes habilidades alternativas a la violencia
Dificultad para cumplir normas y malas relaciones con el profesorado y otras figuras de autoridad
Escasa capacidad de autocrítica y ausencia de sentimiento de culpabilidad por el acoso
Al parecer, utilizan el acoso como una forma destructiva de obtener protagonismo y compensar exclusiones o fracasos anteriores
Dificultad en el aprendizaje de alternativas a la violencia en la familia

Ref. Díaz-Aguado M. 2006 (3).

TABLA 2. FACTORES DE RIESGO QUE PUEDEN INDUCIR A UN ADOLESCENTE A SER AGRESOR

Menor edad del niño
Género masculino
Presencia de depresión, problemas de salud mental, problemas del desarrollo/emocionales o conductuales
Bajo rendimiento académico
Uso de sustancias
Exposición a violencia doméstica o abuso infantil
Raza afroamericana o latina
Altos niveles de agresividad en la niñez

Traducido de Shetgiri 2013.

Factores de riesgo asociados a los padres. La depresión, tanto en la madre como en el padre, puede influir en que el niño haga *bullying*. La depresión materna está asociada a acoso escolar dado que la madre depresiva y sus hijos pueden ser más irritables, críticos y hostiles. La depresión crónica también está asociada con conductas parentales pobres (27,32). La relación entre padres y *bullying* es menos clara; algunos estudios apoyan que la depresión del padre está asociada con fallas en el desarrollo socioemocional y mayores conductas internalizadas y externalizadas (4). Un estudio encontró que los hijos de padres que sufrieron acoso escolar en la niñez, tenían más riesgo de tenerlo (12,30,32). Respecto a la relaciones de apego de padre-hijo y acoso físico, relacional y victimización se encontró que las niñas con mayor agresividad física tenían más apego evitativo a sus madres y niveles más altos de apego ansioso a sus padres. Las niñas presentaron mayor agresividad relacional a mayor apego ansioso a las madres y además; a mayor ansiedad en la relación con la madre, mayor probabilidad de ser víctima de agresión en la infancia. Los niños sufren más agresiones físicas a niveles más altos de apego ansioso a sus padres. La agresión relacional en los varones se asoció a mayor apego ansioso a sus padres (12). También se han encontrado otras relaciones, mencionadas en la tabla 3.

A nivel escolar y en la comunidad, Shetgiri encontró en 2013 una asociación entre las características detalladas en la tabla 4 .

TABLA 3. FACTORES DE RIESGO ASOCIADOS A LOS PADRES Y LA FAMILIA

Uso parental del castigo corporal
Pobre comunicación padre-niño
Salud mental materna deficitaria
Padres rabiosos con sus niños
Reporte de los padres que el niño se molesta demasiado
Falta de monitoreo parental
Familia de altos conflictos

Traducido de Shetgiri 2013.

TABLA 4. FACTORES DE RIESGO A NIVEL ESCOLAR Y EN LA COMUNIDAD

Pobres relaciones con sus compañeros
Influencia negativa de pares
Vivir en un barrio inseguro

Traducido de Shetgiri 2013.

Factores protectores contra la perpetración de *bullying*.

Pueden proteger a los niños de las experiencias adversas. Entre estos factores destaca una buena comunicación de los padres con el niño; padres que estimulan a sus hijos académicamente; vivir en una familia biparental; la calidez materna; el compromiso parental con sus hijos; modelos adultos positivos y; un alto apoyo parental (13,22,31). Además el apego al colegio, sentido de pertenencia y mayor apoyo escolar se relaciona con más salud de los estudiantes (3,4). Cooperar, pertenecer a grupos cooperativos en los que se dan vínculos de interdependencia positiva y conocimiento mutuo, contiene la agresividad relacional de los jóvenes.

b.- Factores de riesgo que aumentan la victimización por *bullying*:

Niños con pocos amigos, sin un mejor amigo recíproco o con amigos poco apoyadores y protectores, es más probable que experimenten rechazo o aislamiento de los pares y sean una víctima fácil de los agresores. Estos niños pueden ser fácilmente marginados y ser objeto de *bullying*. Hay evidencia de que niños con trastornos psiquiátricos (TDA, trastornos depresivos, trastornos del espectro autista, discapacidades) sufren mayor hostigamiento (26,28,29,34,35), además niños con obesidad y sobrepeso, especialmente mujeres, son víctimas de acoso verbal y aislamiento social; los varones obesos también de exclusión social (33) (tabla 5).

TABLA 5. FACTORES DE RIESGO QUE AUMENTAN LA VICTIMIZACIÓN POR *BULLYING*

Ser físicamente más débil
Baja autoestima
Autopercepción negativa
Bajas competencias sociales
Conductas internalizadoras (depresión, ansiedad)
Apego inseguro madre-hijo
Madres sobreprotectoras
Parentalidad intrusiva o coercitiva
Abuso infantil

Traducido de Shetgiri 2013.

Factores protectores asociados a victimización. Aquellos niños con características personales de riesgo de victimización, tales como la internalización de problemas, tener más amigos y relaciones con pares protectores, los puede proteger contra la victimización. Profesores cálidos y cuidadosos con los alumnos en clases también pueden proteger contra la victimización (4).

c.- Varios factores están asociados con alto riesgo para ser agresor-víctima (tabla 6)**TABLA 6. FACTORES ASOCIADOS A UN ALTO RIESGO PARA SER AGRESOR-VÍCTIMA**

Desregulación emocional
Hiperactividad
Bajas competencias sociales
Pobres destrezas para resolver problemas
Baja autoestima
Percepciones negativas sobre otros
Bajo rendimiento académico
Rechazo de compañeros y aislamiento
Influencias negativa de pares con quienes el niño interactúa
Desconexión de la escuela

Traducido de Shetgiri 2013.

***BULLYING* EN CIFRAS**

El rango de prevalencia de *bullying* y victimización fluctúa entre el 15 y 50% en investigaciones de diversos países. Un estudio de prevalencia en la década de los 80 en Noruega, mostró que el 15% de los estudiantes de Enseñanza Básica y Media estaban involucrados en acoso escolar. De estos, los agresores eran entre 6-7%, víctimas 9% y ambos agresores-víctimas, un 1,5% (4,21). En un estudio entre 2005 y 2006 realizado en 40 países, un 26% de los niños de 6^{to} a 9^{no} grado estaba involucrado en *bullying*, un 10,7% como agresores; un 12,6% como víctimas; y un 3,7% como agresores-víctimas (4).

En Estados Unidos, un estudio entre 2005-2006 examinó distintos tipos de acoso escolar y mostró que un 21% de estudiantes de 6^{to} a 12^{avo} grado estaban involucrados en *bullying* físico ocasional, un 53% en verbal, un 51% en relacional y un 14% en *ciberbullying*. La victimización física en estudio, entre 2003 a 2008, disminuyó, pero la relacional no había cambiado (4). Una investigación en México reporta que un 17,3% se reconoce como víctima de acoso escolar, siendo más frecuente en las adolescentes (20,2%) que en los adolescentes varones (15,1%) (12). Respecto al *ciberbullying* se ha reportado que casi la mitad de los niños ha sido testigos de este tipo de abuso, identificándose como agresor 4-20%; como víctima 9-35% y como víctima-agresor un 7%. Reportan acoso vía varios métodos: 60% ha sido ignorado por otros *online*; 50% les faltaron el respeto; 30% fueron llamados con sobrenombres; 21,4% recibieron amenazas; 19,8% fueron molestados; 19,3% recibieron burlas y; 18,8% fueron víctimas de rumores (4,9).

En Chile también existen investigaciones respecto al acoso escolar. La Encuesta Nacional de Violencia Escolar, que realizó el Ministerio del Interior de Chile en 2007, indicó que el 10,7% de los estudiantes reportaron *bullying* de parte de sus compañeros, presentándose un 7,6% en colegios particulares; un 9,8% en subvencionados y un 12% en municipales (10). Las estadísticas de los estudios nacionales sugieren que la violencia escolar en nuestro país ha disminuido, excepto en actos de agresión más grave como agresiones sexuales, robo y porte de armas (14,16).

En una encuesta realizada en agosto de 2010 a 1365 estudiantes de 7^{mo} a 4^{to} de Enseñanza Media, un 8% de los adolescentes manifestó haberse sentido víctima de agresión por internet. En situación de *bullying* un 43% fueron testigos, ajenos 41%, victimarios 5% y víctimas 9% (17).

Una encuesta mundial que realizó la OMS sobre violencia y salud de estudiantes entre 13 y 15 años, en la cual participó Chile, indicó que un 42% de las mujeres y un 50% de los varones reportaron haber sufrido acoso escolar en los últimos 30 días, en un contexto en que el reporte de los demás países fluctuaba entre el 20 y el 65% (10).

IMPACTO DEL BULLYING EN EL DESARROLLO Y SALUD MENTAL, A CORTO Y A LARGO PLAZO

Las investigaciones muestran que el *bullying* puede afectar a todos los involucrados, no sólo a los participantes, sino también al entorno más amplio: a los padres, a las familias, a la escuela y a la comunidad en general (Sullivan, 2004) (5). Afecta la formación de la identidad personal y social de los alumnos o jóvenes que sufren de maltrato por parte de pares. Estos efectos interfieren el desarrollo social, emocional y caracterológico, pudiendo perdurar a lo largo de toda la vida, afectando la estabilidad emocional, la seguridad o confianza en sí mismo, el sentido del propio valor y la confianza en los vínculos (4). Las víctimas son las que más sufren: se describe que les produce miedo, baja de autoestima, pérdida de la autoconfianza, el aislamiento o el rechazo social, ausentismo escolar, disminución del rendimiento académico. Los estudios muestran además que ellos presentan diversos problemas psicosomáticos como cefaleas, dolores abdominales, espalda, cuello, problemas para dormir, enuresis, problemas respiratorios, baja del apetito. A nivel de la salud mental presentan ansiedad, fobia social, depresión, tendencias suicidas, entre otros, que dejan huella a corto, mediano y largo plazo (2,3,5,6,7,22).

Los escolares victimizados tendrían dos veces más probabilidades de tener problemas psicosomáticos, lo cual fue mostrado en un metaanálisis de una gran muestra de estudios (6). Se estudió la relación del *bullying* con enfermedades psiquiátricas y se observó mayor riesgo de ser víctima de acoso, especialmente en los pacientes con Trastornos del Ánimo (3,26).

Un estudio de estudiantes chilenos en Enseñanza Media (15), concluyó que la intimidación es común en estudiantes chilenos; el acoso y los

síntomas depresivos están estrechamente vinculados igual que en otros países del mundo (13).

Los agresores no se salvan de los efectos del problema, dado que los patrones de conducta agresivos y disruptivos que muestran, pueden mantenerse y generalizarse. Disminuye su capacidad de comprensión moral y empatía, se acostumbran a vivir abusando de los demás, lo que les impide que se integren de forma adecuada en la vida social. Se identifican con un estilo violento de interacción. Se describen en ellos problemas académicos, de salud mental, uso de sustancias y criminalidad (6-8, 3).

El fenómeno *bullying* tiene consecuencias adversas además en los espectadores (23-25) en quienes puede producir problemas semejantes a los que se dan en la víctima o en el agresor, pero en menor grado (miedo a poder ser la víctima de un agresor similar, reducción de la empatía). También contribuye a que aumente la falta de sensibilidad, la apatía y la falta de solidaridad respecto a los problemas de los demás, características que incrementan el riesgo de que sean en el futuro protagonistas directos de la violencia (3). En el **contexto institucional** en el que se produce la violencia, reduce la calidad de vida de las personas, dificulta el logro de la mayoría de sus objetivos (transmisión de valores, aprendizaje, calidad del trabajo) y hace que aumenten los problemas y tensiones que la provocaron, pudiendo activar una escalada de graves consecuencias. En el **resto de la sociedad**, la violencia escolar reproduce un modelo de organización social caracterizado por el dominio y la sumisión, que representa la antítesis de los valores de igualdad, tolerancia y paz con los que se identifica nuestra comunidad (3).

MODELOS DE ABORDAJE

Existe una variedad de estrategias utilizadas con mayor o menor éxito para combatir el *bullying* al interior de los establecimientos educacionales. Es importante mencionar que cualquier método o programa de prevención y reparación de *bullying* debe considerar elementos contextuales escolares relevantes sobre los que este fenómeno crece y se desarrolla. Se trata de un fenómeno de carácter sistémico, cuyos procesos son activados por múltiples actores a diferentes niveles, desde el macro sistema de una sociedad al micro sistema de una relación entre un *bully* y su víctima. Dentro del contexto escolar se debe considerar a los alumnos involucrados, a los observadores, a los profesores y a los padres, en la evaluación de las situaciones en las que se expresa el acoso escolar.

El desarrollo emocional y social se fundamenta en relaciones sanas y positivas que fomenten un sentido de reconocimiento, respeto y valoración en todos los integrantes de la comunidad escolar, pero especialmente en la relación entre profesores y alumnos.

Este tipo de vinculación supone que los colegios cuenten con docentes seleccionados, no sólo en base a sus competencias académicas sino

en especial teniendo en consideración su madurez socioemocional y la capacidad de establecer y mantener vinculaciones sanas, constructivas y contenedoras. Esto supone capacidad de empatía, compromiso e involucramiento con el alumno y el grupo curso.

Uno de los grandes problemas que sostiene el *bullying* es la dificultad, temor o falta de voluntad de los propios docentes y formadores con respecto a sus capacidades para gestionar conflictos e involucrarse en los procesos interpersonales que ocurren entre los alumnos. El interés de los docentes por atender y responder a lo que están viviendo los alumnos más allá de lo evidente, la disposición a acoger, a interesarse por escuchar e intentar ayudarlos a encontrar soluciones a sus problemas interpersonales, marca una enorme diferencia en las dinámicas de los cursos.

Es necesario que el docente comprenda que es parte de su rol involucrarse en mejorar y conducir constructivamente las interrelaciones entre los alumnos. Esto supone acciones intencionales a nivel metodológico que promuevan la colaboración entre los estudiantes, el conocimiento y respeto mutuo, la aceptación de las diferencias y la identificación de unos con otros. Junto con lo anterior, es muy importante crear una cultura de resolución constructiva de conflictos. Para apoyar a los niños objeto de acoso escolar, que son rechazados por los pares, es necesario que los adultos se involucren activamente en las dinámicas interpersonales de los jóvenes, organizando actividades y favoreciendo experiencias de logro, conexión con otros, desempeño de habilidades al servicio del grupo y trabajo cooperativo, para reducir la imagen estereotipada que se ha levantado sobre ellos.

Se ha visto que modelos centrados en la competitividad y el individualismo contribuyen a generar interacciones hostiles y desvinculadas entre los estudiantes, en una dinámica en la que el logro personal se instala como una meta cuyo logro pasa por superar a otros, o más aún, conseguir que los demás no logren alcanzar sus propias metas, mediante actitudes de descalificación, intimidación o comparación. Los modelos competitivos e individualistas crean inseguridad (39).

Intervenciones escolares

Las intervenciones escolares deben ser de carácter multidisciplinario, incluyen la participación de profesores, directivos, psicólogos y eventualmente trabajadores sociales. Se actúa a nivel de políticas educativas, reglamentos, formación, orientación escolar, acompañamiento, trabajo con los padres, modelos curriculares y campañas comunicacionales orientadas al desarrollo de actitudes, en especial para garantizar que el colegio sea un espacio seguro y libre de acoso escolar.

Como problemática sistémica que es, para abordar situaciones de acoso escolar se debe actuar en diferentes niveles con distintos actores: estudiantes, profesores, padres, autoridades escolares. Uno de los programas más conocidos y famosos es el Programa de Prevención de *Bullying* de Olweus, que es un ejemplo de esta estrategia multidisciplinaria y sistémica. Se trata de una intervención que involucra

todo el sistema escolar. Supone entrenamiento para los profesores, registro audiovisual de clases y otros espacios, unidades de enseñanza para padres y alumnos. La evaluación de este programa mostró que era efectivo para manejar el acoso escolar, logrando un decrecimiento de la victimización. El Programa de Olweus aborda cuatro dimensiones:

- La cultura escolar acerca del *bullying*
- Estrategias y medidas dentro del colegio
- Estrategias y medidas dentro de la sala de clases
- Estrategias y medidas individuales

La evaluación sobre la efectividad del Programa de Prevención del *Bullying* de Olweus, mostró una reducción del acoso escolar, victimización del 10 al 3,6%, la perpetración del 7,6 al 3,6%, efectividad que permanecía a los cinco años de seguimiento entre 2001 y 2006. Otros programas en Noruega y Estados Unidos han mostrado algo similar (4).

Un metaanálisis de programas de intervención para manejar el *bullying* realizado en 2009 por Farrington DP y Ttofi MM en 44 colegios de Estados Unidos, concluyó una serie de elementos que se asocian con una disminución de la victimización (4). Entre los factores que mostraban contribuir a la efectividad se cuentan la intervención mediante programas basados en el modelo de intervención de Olweus; actividades que involucren a los padres; programas de intervención prolongados y; la inclusión de múltiples componentes dentro de la intervención. Entre estos componentes se encuentran el trabajo con los padres; métodos disciplinarios firmes; utilización de registros audiovisuales; entrenamiento de profesores en manejo de clases y de situaciones de hostigamiento; desarrollo de reglas de curso; tratar el tema del *bullying* por medio de charlas y; como contenido formativo (derechos del niño), una política *antibullying* dentro del colegio (40).

En el trabajo directo con el alumno intimidado es importante tener algunas premisas y prioridades:

- Para lograr aplicar estas premisas se debe escuchar muy bien al joven, con una actitud no enjuiciadora y sin entregar consejos apresurados. Se debe intentar entender lo más objetivamente posible la situación, buscando que se sienta escuchado, contenido y reasegurado, reflexionando en conjunto sobre las situaciones que ha experimentado, sus sentimientos, sus creencias acerca de ella, temores y consecuencias
- El alumno tiene derecho a estudiar en un contexto seguro y debe tomar consciencia de ello. De esta manera entiende que el problema no está en él y que el hostigamiento no es su culpa
- El siguiente paso es desarrollar una estrategia efectiva para garantizar la seguridad del alumno, es decir, evitar que la intimidación ocurra otra vez
- Es importante involucrar a los alumnos en la búsqueda de alternativas de afrontamiento y estrategias para detener el hostigamiento y devolverle la seguridad al joven afectado

Según Stan Davis (40) es importante manejar variables del contexto en la agresión relacional. Para ello es necesario:

1. Identificar y regular los comportamientos sutiles asociados a agresión y *bullying* a nivel de actitudes, elementos no verbales e implícitos
2. Promover en los jóvenes relaciones sanas y que se vinculen con aquellos que los respetan, evitando así amistades abusivas o maltratadoras
3. Comprometer a los observadores para que no se mantengan pasivos frente al abuso o maltrato entre pares, buscando persuadir a los jóvenes que sean actores activos en el cuidado de la convivencia y el respeto
4. Contemplar sanciones para chismes y rumores, exclusión arbitraria y otras actitudes que lastimen la imagen social o autoestima de los alumnos

En términos de estrategias formativas generales para construir un contexto de convivencia sana se debe promover el respeto y la inclusión, el desarrollo de una cultura de aceptación y resolución constructiva de conflictos, campañas y mensajes que promuevan relaciones de respeto y permitan tomar consciencia sobre la gravedad del acoso escolar, formación directa acerca de dinámicas sociales asociadas al *bullying*, derechos y deberes en la convivencia, entrenar en empatía, aceptación de la diversidad, desarrollo de habilidades de resolución constructiva de conflictos y promoción de la cooperación.

La cooperación tiene un enorme efecto como factor protector de dinámicas de *bullying*, al unir las voluntades de los jóvenes en torno a una meta común, involucrando sus destinos, sus recursos, necesidades y fortalezas, de manera de producir un circuito beneficioso en el cual los jóvenes interactúan necesitando unos de otros para lograr avanzar y salir adelante. Estas dinámicas promueven la solidaridad, la gratitud, el respeto, la valoración y el reconocimiento mutuo.

Entre otras estrategias que se sugieren para las escuelas destacan:

1. Conformar comités de convivencia y prevención de la intimidación
2. Establecer reglas claras tanto en el colegio como en el grupo curso, las cuales promuevan la inclusión, el respeto y el derecho de estudiar en un lugar seguro. Estas reglas deben ser construidas en conjunto, de manera que interpreten las creencias y principios de toda la comunidad
3. Capacitar a todo el personal del colegio buscando crear una cultura de seguridad y respeto, descartando mitos que mantienen la intimidación
4. Involucrar a los padres
5. Generar estrategias de abordaje de contingencias, manejo de argumentos de los hostigadores, administración de consecuencias

LEGISLACIÓN VIGENTE Y SU IMPLEMENTACIÓN

En Chile existe la Ley de Violencia Escolar N° 20.536, promulgada el 8 de septiembre de 2011 y que entró en vigencia el 17 de septiembre

de ese mismo año. En esta se entiende por acoso *"toda acción u omisión constitutiva de agresión u hostigamiento reiterado, realizada fuera o dentro del establecimiento educacional por estudiantes que, en forma individual o colectiva, atenten en contra de otro estudiante, valiéndose para ello de una situación de superioridad o de indefensión del estudiante afectado, que provoque en este último, maltrato, humillación o fundado temor de verse expuesto a un mal de carácter grave, ya sea por medios tecnológicos o cualquier otro medio, tomando en cuenta su edad y condición"* (19).

Este cuerpo legal obliga a los miembros de la comunidad escolar a evitar toda acción de violencia física o psicológica cometidos por cualquier medio. Busca promover la seguridad al interior de los colegios del país, enfatizando la convivencia escolar. La ley exige a los colegios y escuelas contar con un encargado de convivencia y un comité de convivencia escolar, responsables de manejar y resolver situaciones de hostigamiento o matonaje. La ley desafía a lograr políticas públicas que desarrollen planes, programas y proyectos en todas las comunidades del país para influir en este fenómeno (3,16,18).

CONCLUSIONES

El acoso escolar es un fenómeno social que se produce en grupos, es relativamente estable, se instala en contextos y dinámicas de las que la víctima tiene pocas posibilidades de salir. Se relaciona con la búsqueda y conservación de equilibrios de estatus al interior de los grupos, existiendo roles definidos de los actores, perpetradores, víctimas, espectadores, cómplices y otras situaciones en que se combinan roles.

Las múltiples investigaciones existentes muestran que el *bullying* es un problema real y grave en las escuelas, independiente de los países, del tamaño de los establecimientos, de la diversidad cultural, del nivel socioeconómico de los estudiantes o de la dependencia educacional de los colegios. Es un problema transversal en los colegios y escuelas de nuestros tiempos (10).

El acoso escolar puede tener efectos severos en la salud mental y el desarrollo socioemocional de los jóvenes, generando patologías de la personalidad o del ánimo que pueden perdurar hasta la vida adulta. Ser victimizado por períodos prolongados está fuertemente asociado a conductas de riesgo en la adolescencia como consumo de alcohol, fumar cigarrillos y relaciones sexuales a los 15 años (2,20).

Los adultos tienen frecuentemente dificultades para pesquisar dinámicas de *bullying* más sutiles, asociadas a agresión relacional.

Los pediatras pueden jugar un papel muy importante ayudando a identificar a niños que están en riesgo o experimentan acoso escolar, con consecuencias negativas para la salud física, psicológica y educacional (6). Los programas ayudan a la salud de los adolescentes, al reducir las conductas de riesgo (20). El tratamiento no es sólo para la víctima sino también para agresor(es) y espectadores (3,18,23-25). Desenvolverse en ambientes cálidos y positivos disminuye el efecto del *bullying* (13,30).

Existen programas efectivos para el tratamiento del *bullying* a nivel escolar. Estas intervenciones son de carácter sistémico, abordando no sólo a los involucrados, sino también a padres y profesores. Las intervenciones incluyen crear una cultura de seguridad, respeto y cooperación, comprometiendo a toda la comunidad escolar.

En Chile existe una legislación que obliga a los colegios y escuelas a aplicar procedimientos reglamentados frente a situaciones de acoso escolar, debiendo existir un equipo de convivencia al interior de cada establecimiento que canalice denuncias y aplique procedimientos de intervención (18,19).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OMS Salud y Violencia en el Mundo, 2002, Informe mundial sobre la violencia y la salud: resumen, Publicado en español por la Organización Panamericana de la Salud para la Organización Mundial de la Salud. Washington, D.C.
2. Collell i Caralt J, Escudé C. El acoso escolar: Un enfoque Psicopatológico. Anuario de psicología clínica y de la salud, 2(2006)9-14
3. Díaz Ozuna YG. Bullying, identifying elements, psychological profile and consequences, students in elementary and secondary education. *Psicologia.com*. 2012;16:10. [Http://hdl.handle.net/10401/5468](http://hdl.handle.net/10401/5468)
4. Shetgiri R. Bullying and victimization among children. *Adv. Pediatr.* 2013; 60(1):33-51 *Adv. Pediatr.* Author manuscript; available in PMC 2014 July 12.
5. Horton P. School Bullying and Social and Moral Orders. *Children & Society*, Vol 25,(2011)p 268-277
6. Gini Gianluca, Pozzoli, Tiziano. Bullied Children and Psychosomatic Problems: A Meta-analysis. *Pediatrics* 2013;132;720; originally published online September 6, 2013; [Http://Pediatrics.aappublications.org/content/132/4/720.full.html](http://Pediatrics.aappublications.org/content/132/4/720.full.html)
7. Leiner M, Dwivedi A, Villanos MT, Namrata Singh, Blunk D, Peinado J. Psychosocial profile of bullies, victims, and bully-victims: a cross-sectional study published: 14 January 2014 doi: 10.3389/fped.2014.00001
8. Juvonen, Jaana, Graham, Sandra. Bullying in Schools: The Power of Bullies and the Plight of Victims. *Annual Review of Psychology*. 2014, Vol. 65 Issue 1, p159-185. 20p
9. Wong D, Chan H, Chen C. Cyberbullying perpetration and victimization among adolescents in Hong-Kong. *Children & Youth Service Review*. Jan 2014, vol 36, p 133-140
10. Madgenzo A, Legue P, Madriaza P. Bullying en la Escuela. www.educarchile.com.
11. Tippet Neil and Wolke Dieter. Socioeconomic Status and Bullying: A Meta-Analysis. *American Journal of Public Health* | June 2014, Vol 104, No. 6 e48-e59. (*Am J Public Health*. 2014;104:e48-e59. Doi:10.2105/AJPH.2014.301960
12. Williams, K & Janice H. Kennedy, J.H. Bullying Behaviors and Attachment Styles. *North American Journal of Psychology*, 2012, Vol. 14, No. 2, 321-338.
13. Bowes L, Maughan B, Caspi A, Moffitt T, Arseneault L. Trends in Risk and Protective Factors for Child Bullying Perpetration in the United States Families promote emotional and behavioural resilience to bullying: evidence of an environmental effect. *Journal of Child Psychology & Psychiatry*. Jul 2010, Vol. 51 Issue 7, p809-817. 9p.
14. Vega López MG, González Pérez GJ, Valle Barbosa MA, Flores Villavicencio ME, Vega López A. Acoso escolar en la zona metropolitana de Guadalajara, México: prevalencia y factores asociados. *Salud Colectiva* vol.9nº2 Lanús ago 2013 Versión On -Line ISSN 1851-8265
15. Fleming L, Jacobsen, KH. Bullying and Symptoms of Depression in Chilean Middle School Students. *Journal of School Health*. Mar 2009, Vol. 79 Issue 3, p130-137. 8p.
16. Varela J. Estrategias de Prevención de Violencia Escolar: La Experiencia del Programa Recoleta en Buena. *Psyche* 2011 Vol 20, nº2 p 65-78
17. [VTR.com/empresa/pdf/ Estudio 2010](http://VTR.com/empresa/pdf/Estudio2010)
18. Varela J. La violencia escolar y los proyectos de ley en Chile. www.eldinamo.cl marzo 2011.
19. Biblioteca Nacional del congreso www.bnc.cl
20. Crookston B, Merrill R, Hedges S, Lister C, Well J, Hall C. Victimization of Peruvian adolescents and health risk behaviors: young lives cohort. *BMC Public Health* 2014, 14:85. [Http://www.biomedcentral.com/1471-2458/14/85](http://www.biomedcentral.com/1471-2458/14/85)
21. Analitis F, Velderman MK, Ravens-Sieberer U, Detmar S, Erhart M, Herdman M et al. Being Bullied: Associated Factors in Children and Adolescents 8 to 18 Years Old in 11 European Countries. *Pediatrics* 2009;123;569 DOI:10.1542/peds.2008-032 <http://pediatrics.aappublications.org/content/123/2/569.full.html>
22. Smokowski P, Holland Kopasz K. Bullying in School: An Overview of Types, Effects, Family Characteristics, and Intervention Strategies, *Children & Schools* Volume 27, Number 2 April 2005
23. Joshua R Polanin, Dorothy L, Therese D Pigott. A Meta-Analysis of School-Based Bullying Prevention Programs' Effects on Bystander Intervention Behavior *School Psychology Review*, 2012, Volume 41, No. 1, pp. 47-65
24. Matthew Hutchinson. Exploring the impact of bullying on young bystanders *Educational Psychology in Practice* Vol. 28, No. 4, December 2012, 425-442
25. Rivers I, Noret N, Poteat V, & Ashurst N (2009) Observing Bullying at School: The Mental Health Implications of Witness Status. *School Psychology Quarterly*, 24(4), 211-223. Doi:10.1037/a0018164
26. Hansen HH, Hasselgård C, Undheim A, Indredavik MS. Bullying behaviour among Norwegian adolescents: Psychiatric diagnoses and school well-being in a clinical sample. *Nordic Journal of Psychiatry*. Jul 2014, Vol. 68 Issue 5, p355-361. 7p.
27. Suzet T, Lereya S, Wolke D. Prenatal family adversity and maternal mental health and vulnerability to peer victimization at school. *J Child Psychol Psychiatry* 2013; 54(6): 644-52

- 28.** Schroeder J, Cappadocia M, Bebko J, Pepler D, Weiss J. Shedding Light on a Pervasive Problem: A Review of Research on Bullying Experiences Among Children with Autism Spectrum Disorders. *Journal of Autism & Developmental Disorders*. Jul2014, Vol. 44 Issue 7, p1520-1534. 15p.
- 29.** Bacchini D, Affuso G, Trotta T. Temperament, ADHD and peer relations among schoolchildren: the mediating role of school bullying. *Aggressive Behavior*. Sep/Oct2008, Vol. 34 Issue 5, p447-459. 13p.
- 30.** Allison S, Roeger L, Smith B, Isherwood L. Family histories of school bullying: implications for parent-child psychotherapy. *Australasian Psychiatry*. Apr2014, Vol. 22 Issue 2, p149-153. 5p.
- 31.** Shakoor S, Jaffee S, Bowes L, Ouellet-Morin I, Andreou P, Happé F, et al. Prospective longitudinal study of children's theory of mind and adolescent involvement in bullying. *Journal of Child Psychology & Psychiatry*. Mar2012, Vol. 53 Issue 3, p254-261.
- 32.** Shetgiri R, Lin H, Avila R, Flores G. Parental Characteristics Associated With Bullying Perpetration in US Children Aged 10 to 17 Years. *American Journal of Public Health*. Dec2012, Vol. 102 Issue 12, p2280-2286. 7p
- 33.** Janssen I, Craig MG, Boyce WF, Pickett W. Associations between overweight and obesity with bullying behaviors in school-aged children. *Pediatrics* 2004; 113;1187-1194
- 34.** Lindsay S, Mcpherson A. Experiences of social exclusion and bullying at school among children and youth with cerebral palsy. *Disability & Rehabilitation*. Jan2012, Vol. 34 Issue 2, p101-109. 9p.
- 35.** Yau G, Schluchter M, Taylor HG, Margevicius S, Forrest C, Andreias L, et al. And Hack, M., Bullying of extremely low birth weight children: associated risk factors during adolescence. *Early Hum Dev*. 2013 May;89(5):333-338. OI:10.1016/j.earlhumdev.2012.11.004.
- 36.** Pellegrini A, Roseth C, Van Ryzin M, Solberg D. Popularity as a form of social dominance. An evolutionary perspective. In "Popularity in the peer System" Cillessen A, Schwartz D, Mayeux L. 2004. The Guilford Press. P. 125-132.
- 37.** Merten, D. Been There Awhile. In "Popularity in the peer System" Cillessen A, Schwartz D, Mayeux L. 2004. The Guilford Press. Pages 64-74.
- 38.** Bierman K. Peer Rejection. 2004. The Guilford Press. Chapter 1-3.
- 39.** Johnson D, Johnson R, Johnson E. 2008. Cooperation in the classroom. The interaction Book Company. Eighth Edition. Chapter one.
- 40.** Davis S. Crecer sin miedo. 2008 Grupo editorial Norma. Capítulos 14 y 19.

Los autores declaran no tener conflictos de interés, en relación a este artículo.