

¿Cómo prevenir el bullying?

Escrito por Trixia Valle Herrera
Miércoles, 13 de Abril de 2011 22:52

Actualmente hemos sido bombardeados con información sobre el bullying o acoso escolar. Los medios de comunicación lanzan -casi a diario- imágenes de niños y jóvenes peleando violentamente, colocando a este fenómeno en el número uno de la lista de prioridades de padres de familia, profesores y autoridades escolares. Pero, en concreto, ¿qué es el bullying? Bullying es una palabra de origen inglés que significa intimidación. El bullying o acoso escolar se refiere a todas las actitudes agresivas, intencionadas y repetidas, adoptadas por uno o más en contra de otro u otros estudiantes. La constancia en los ataques aumenta la gravedad del acoso, que se ha convertido en un problema de salud mental a nivel mundial.

Este fenómeno afecta hoy, en mayor o menor grado, a 7 de cada 10 niños en nuestro país de acuerdo al Estudio del Secretario General de la ONU sobre la violencia en México en contra de los niños.

Este fenómeno no distingue raza, religión, posición social, ni estructura física; ataca cada vez a más temprana edad y ningún sector de la sociedad está libre de él.

Siendo así, es importante conocer desde las más tempranas edades cómo prevenir este fenómeno. De acuerdo a los estudios realizados por Enrique Alducin en el libro “Los valores de los mexicanos”, FCE, una persona en los años 50’s formaba sus valores en base a las siguientes influencias:



Actualmente hemos sido bombardeados con información sobre el bullying o acoso escolar. Los medios de comunicación lanzan -casi a diario- imágenes de niños y jóvenes peleando violentamente, colocando a este fenómeno en el número uno de la lista de prioridades de padres de familia, profesores y autoridades escolares.

Pero, en concreto, ¿qué es el bullying? Bullying es una palabra de origen inglés que significa intimidación. El bullying o acoso escolar se refiere a todas las actitudes agresivas, intencionadas y repetidas, adoptadas por uno o más en contra de otro u otros estudiantes. La

¿Cómo prevenir el bullying?

Escrito por Trixia Valle Herrera
Miércoles, 13 de Abril de 2011 22:52

constancia en los ataques aumenta la gravedad del acoso, que se ha convertido en un problema de salud mental a nivel mundial.

Este fenómeno afecta hoy, en mayor o menor grado, a 7 de cada 10 niños en nuestro país de acuerdo al Estudio del Secretario General de la ONU sobre la violencia en México en contra de los niños.

Este fenómeno no distingue raza, religión, posición social, ni estructura física; ataca cada vez a más temprana edad y ningún sector de la sociedad está libre de él.

Siendo así, es importante conocer desde las más tempranas edades cómo prevenir este fenómeno. De acuerdo a los estudios realizados por Enrique Alducin en el libro "Los valores de los mexicanos", FCE, una persona en los años 50's formaba sus valores en base a las siguientes influencias:

- 45% Familia
- 23% Escuela
- 5% Medios de Comunicación
- 15% Religión
- 12% Medio Ambiente

En los 80's esto cambió radicalmente:

- 27% Familia
- 24% Escuela
- 23% Medios de Comunicación
- 8% Religión
- 18% Medio Ambiente

Y en el 2010 -dadas la condiciones socio económicas que obligan en muchos casos a ambos

¿Cómo prevenir el bullying?

Escrito por Trixia Valle Herrera
Miércoles, 13 de Abril de 2011 22:52

padres a trabajar largas jornadas y en las grandes ciudades a pasar mucho tiempo transportándose, los núcleos de influencia cambian de nuevo:

- 18% Familia
- 20% Escuela
- 43% Medios de Comunicación
- 5% Religión
- 14% Medio Ambiente

Así, el comportamiento de un niño es dramáticamente influenciado por los medios de comunicación. Lamentablemente muchos de estos han eliminado su compromiso social- y cada vez encontramos más violencia y pornografía o porno light en los contenidos de los programas, de los anuncios comerciales e institucionales en cualquier horario incluyendo el infantil, de los espectaculares y de las revistas expuestas en las calles. Para un niño en formación, recibir contenidos no adecuados, modifica radicalmente sus acuerdos de vida, pues TODOS los acuerdos que tenemos, los creamos antes de los doce años. Asumir un mundo violento, donde el mayor interés de las personas es el sexual, es el mensaje que recibe el inconsciente de la mayoría de los niños y jóvenes. Este mensaje lo pueden traducir en actitudes violentas y agresivas que crean ambientes escolares de bullying.

El resultado, pasado un tiempo, es el fenómeno NINI que en nuestro país suma 7.5 millones de jóvenes que ni estudian, ni trabajan. Son la primera generación expuesta en mayor grado a la nota roja en los noticieros, caricaturas sangrientas y escenas eróticas por doquier. No puede ser un producto de la casualidad que tantos jóvenes hayan perdido la fe y la esperanza en un futuro mejor al mismo tiempo. Esto responde en mayor grado a la influencia a la que todos ellos estuvieron expuestos, los medios de comunicación.

Uno de los puntos más importantes a cuidar por los padres de familia es precisamente lo que ven sus hijos a través de los medios de comunicación y ayudarlos a formar un criterio al ver escenas no adecuadas para su edad. El mundo no lo podemos cambiar de un día para otro, sin embargo, sí podemos hacer que nuestros hijos tengan desde muy pequeños un juicio crítico ante lo que ven. De esta manera ayudamos a reducir la mala influencia que puedan recibir.

Algunas medidas en concreto para hacerlo son:

- Evitar que los niños vean noticieros.

¿Cómo prevenir el bullying?

Escrito por Trixia Valle Herrera
Miércoles, 13 de Abril de 2011 22:52

- No dejar a la mano revistas con escenas eróticas (ej. TV Notas y TV y Novelas consideradas porno light).
- Vigilar las caricaturas que ven. Pokemon, Rama ½, Pucca, Padre de Familia, Los Simpson y muchas de las que presenta concretamente MTV, deben ser vigiladas *Las caricaturas filtran los mensajes directo al subconsciente, pues el juicio crítico se bloquea cuando se trata de dibujos, todo parece ser un juego inocente.
- Cuando un niño ve anuncios espectaculares con escenas eróticas, indicarle lo inapropiado y ridículo que resulta.
- Evitar comprar diarios de nota roja. Casi siempre contienen imágenes violentas que pueden grabarse fijamente por años en la memoria.
- Seguir las clasificaciones de video juegos:
 1. E = everyone = todo público
 2. T = teenagers = adolescentes, mayores de 13 años
 3. A = adult = adultos, mayores de 18 años
 4. M = mature = audiencia madura. Su exceso de violencia en realidad no lo hace recomendable para ninguna edad
- Seguir las clasificaciones de las películas. Aunque algunas de ellas parecen ser aptas para niños, por el tipo de personajes tradicionalmente hechos para ellos, muchas de ellas han cambiado su contenido a extrema violencia y mensajes negativos. Ej: Batman, el caballero de la noche; Spiderman; etc. Si la clasificación es B, en realidad es B (para adolescentes y adultos, no para niños).
- Poner clave a los canales de televisión abierta y a todos los canales de televisión de paga que no sean para niños. A cualquier hora pueden aparecer imágenes sexuales y/o violentas. Ej. en muchas telenovelas.
- [Reportar aquí](#) todos los contenidos inapropiados que se detecten en horario anterior de las 9 p.m. todo es horario infantil.

Estas medidas representan un paso importante para cuidar a nuestros hijos de las influencias que crean los patrones negativos. Cabe recordar que nuestra influencia como padres es **LO MAS IMPORTANTE**

, ya que los niños copian lo que ven... Si en la casa ven violencia serán violentos; si ven prepotencia, aprenderán prepotencia; si se sienten humillados, humillarán. El hecho de que los medios de comunicación hoy sean protagonistas muy importantes en la formación de valores, no significa que los padres puedan conducirse sin ellos.

Los valores se viven, no se estudian, no se enseñan en discurso, se aprenden al observar y copiar.

¿Cómo prevenir el bullying?

Escrito por Trixia Valle Herrera
Miércoles, 13 de Abril de 2011 22:52

Cinco sencillas recomendaciones para los padres de familia que son parte de nuestra campaña de **Fundación en Movimiento** ["Ser buena onda SIEMPRE está de moda"](#):

1.

Haz de tu influencia una positiva –trata a los demás como esperas ser tratado-.

2.

Dedica a tus hijos 10 minutos al día sin tecnología (TV, celular, internet,| etc...).

3.

Apoya a los profesores de tus hijos. Confía en ellos y si aparece alguna diferencia trátala en privado y no demerites su autoridad frente a tus hijos.

4.

Firmeza sin violencia. No es necesario gritar y golpear para corregir. Ser firme y mostrar autoridad, es mucho más efectivo que las amenazas de golpes.

5.

Pregunta ¿qué pasó? Antes de juzgar... A veces, lo obvio, no es lo verdadero; a veces el hijo pequeño comienza los pleitos; a veces tus hijos se equivocan y eso no los convierte en errores permanentes... sólo son aprendizajes.

Estas acciones, sumadas a la profunda observación de nuestros hijos, logrará proteger al ambiente del fenómeno bullying. Si cuidamos que nuestros hijos no sean agresivos, que respeten a los demás, que sean amables, estaremos apoyando a que su ambiente sea mejor.

De cualquier manera es importante estar pendiente de las señales que indican si nuestro hijo sufre bullying.

¿Cómo prevenir el bullying?

Escrito por Trixia Valle Herrera
Miércoles, 13 de Abril de 2011 22:52

Algunas de ellas son:

- Constantemente le cuesta trabajo dormir.
- Dolores en el estómago.
- Dolores en el pecho.
- Dolores de cabeza.
- Ganas de vomitar y vómitos.
- Llanto constante.
- Constante rechazo por ir a la escuela. Pone mil excusas para no ir.
- Falta de atención en el arreglo personal.
- Encorvamiento. Se joroba todo el tiempo y mira al piso frecuentemente.
- Aislamiento. No quiere salir, ni jugar con nadie.
- Extrema hambre al llegar de la escuela o no querer comer. Esto sucede porque hay dos opciones, o se burlan de su lunch y le da pena comerlo o se lo quitan.
- Mal humor en casa.
- Maltrato a hermanos / primos.
- Se queja de dolores en la espalda.
- Llega con la ropa rasgada o pintada.
- Tiene golpes o cortadas en la cara o el cuerpo sin explicación.
- Está distraído y con la mirada perdida.
- Sale muy cansado del colegio.
- Se queja de ver todo negro y/o no poder ver.
- Puede decir: "No me importaría morir o algo similar".
- Quiere cambiar de colegio.

No hay reglas, pero si alguno de estos síntomas dura más de dos semanas y se presentan más de tres de ellos en forma conjunta, se debe considerar que algo grave está pasando.

Todos tenemos un radar para detectar a quienes sufren y esta es la mejor manera de descubrirlo. Si te late, probablemente esté pasando. Sin embargo, esto no quiere decir que todos los niños que presenten estos síntomas están sufriendo por un acoso escolar. Antes de llegar a una conclusión, es necesario investigar más.

Y en el caso de que tu hijo sea reportado como el bully o agresor, evita negar el hecho. El que tu hijo se porte mal en ocasiones, no tiene NADA que ver con tu buena intención para educar... puede tratarse de algo que le sucedió, de la influencia de los medios o de alguna dinámica que no le funciona. **Detrás de todo niño agresivo, hay un dolor no expresado.** Lo más

¿Cómo prevenir el bullying?

Escrito por Trixia Valle Herrera
Miércoles, 13 de Abril de 2011 22:52

importante es descubrir que siente tu hijo y que lo lleva a actuar de esa manera para corregir su conducta y evitar promover la impunidad ante sus actos.

Para promover ambientes positivos y ayudar a evitar el bullying ha sido creada **Fundación en Movimiento**, que a través de campañas masivas de comunicación, eventos para padres de familia y vinculación con víctimas e instituciones, busca servir a nuestra sociedad.

Trixia Valle, Directora de Fundación en Movimiento, A.C.