

Desarrollar la inteligencia emocional para prevenir el acoso escolar

M^a DEL MAR MUÑOZ-PRIETO,
Escuela Universitaria CEU de Magisterio de Vigo

RESUMEN

La educación emocional se presenta como una alternativa de actuación para hacer frente al acoso escolar. Son muchos los alumnos que sufren acoso escolar. La problemática es compleja y en muchas ocasiones difícil de resolver, pues el resto de los compañeros conocen lo que está pasando, pero prefieren no decir nada. Una forma que se plantea para poder hacer frente a este tipo de situaciones es a través de la educación emocional. Fomentar en los alumnos la empatía, las habilidades sociales y el conocimiento de uno mismo se convierte en algo esencial si queremos prevenir situaciones de acoso escolar.

ABSTRACT

The emotional education appears as an alternative of action to face to the school harassment. There are great the pupils who suffer school harassment. The problematics is complex and in many occasions difficultly to resolve, since the rest of the companions know what is happening, but preferring not saying anything. One forms that appears to be able to face to this type of situations is across the emotional education. To promote in the pupils the empathy, the social skills and the knowledge of one itself turns into something essential if we want to anticipate situations of school harassment.

Recibido: : 14/12/2016

Aceptado: 31/07/2017

PALABRAS CLAVES

Educación emocional, acoso escolar, clima escolar, emociones.

KEYWORDS

Emotional education, bullying, school climate, emotions.



Para citar este artículo: Muñoz-Prieto, M. M. (2017). Desarrollar la inteligencia emocional para prevenir el acoso escolar. *EA, Escuela Abierta*, 20, 35-46. doi:10.29257/EA20.2017.04

1. INTRODUCCIÓN

Son muchos los estudios e investigaciones que se han publicado acerca del acoso escolar, sus orígenes, su prevención, intervención o tratamiento.

En la actualidad, encontramos múltiples aportaciones que relacionan la inteligencia emocional con el acoso escolar, como una nueva forma de prevenirlo. El hecho de que la educación emocional sea un proceso, que se produce a lo largo de toda la vida, nos permitirá desarrollar unas competencias emocionales, tales como la mejora de la autoestima y/o la empatía, tan necesarias y a veces tan escasa en los alumnos que desarrollan conductas violentas.

Aquellos alumnos que son capaces de gestionar sus sentimientos, emociones, y las de los demás, y pueden canalizar sus frustraciones, serán capaces de hacer frente a situaciones de maltrato. Uno de los problemas fundamentales del acoso escolar se relaciona con bajos niveles de comprensión de las emociones; de tal manera que alumnos que llevan a cabo situaciones de maltrato a los iguales, son incapaces de comprender el impacto que tiene sobre las víctimas. La capacidad de reconocer, regular las emociones, así como ser capaces de dar una respuesta correcta antes situaciones complejas, como puede ser el acoso escolar, se convierte en una herramienta fundamental si queremos prevenir situaciones de acoso escolar en nuestras escuelas.

Es importante valorar la importancia de la educación emocional en la prevención de conductas violentas, ya que es un problema que siempre ha preocupado, y en la actualidad, sigue presente en muchos de nuestros centros educativos, pues aún no hemos sido capaces de erradicarlo. De hecho, si recordamos el primer caso de acoso escolar documentado en España tenemos que situarnos en el año 2004. Un adolescente de 14 años, sufrió durante meses el acoso de sus compañeros de clase. Su sufrimiento fue tal, que decidió quitarse la vida. Este hecho conmocionó a la sociedad española. Fueron muchas las preguntas que surgieron: el cómo no se pudo evitar, por qué nadie le pudo ayudar o simplemente por qué el no fue capaz de contarlo.

Por desgracia, no fue el único caso de acoso escolar. Trece años después seguimos conociendo situaciones parecidas. Es un dato que no debe desmotivarnos, sino que tiene que ser un aliciente para seguir investigando y trabajando para que todos los colegios sean un lugar seguro, de crecimiento académico y personal para nuestros alumnos. Si bien el conocimiento de esta problemática es esencial, tampoco debemos olvidar la importancia de la prevención de este tipo de situaciones, que afectan a demasiados alumnos.

La Fundación ANAR durante el año 2016 realizó un estudio sobre problemas de maltrato entre iguales; alertó de que el inicio de este acoso se da ya en niños de 7 años, y que lo sufren 7 de cada 10 alumnos. En un 51% de los casos se trata de chicas y un 49% de chicos; más del 40% de los afectados, sufre acoso hace más de un año, y entre 11 y 13 años son las edades en las que es más frecuente el maltrato entre iguales.

No podemos obviar la importancia de otro tipo de maltrato que se produce en la actualidad; se relaciona con el uso de las nuevas tecnologías (especialmente teléfonos móviles e Internet, o redes sociales), con la finalidad de molestar, intimidar, excluir o maltratar de forma deliberada. Si el acoso es a través de la red y a menores de edad, hacemos alusión al *cyberbullying* o *cyberacoso*. Es un tipo de acoso que se produce más allá de las aulas, ya que también puede afectar incluso a los docentes. Con el *cyberbullying* nos referimos a un tipo de acoso que utiliza medios informáticos para ejercer el hostigamiento. Para ello, se usan redes informáticas y recursos relacionados con las Nuevas Tecnologías: teléfonos inteligentes o tablets, con lo cual el maltrato se produce en un escenario virtual, a través de redes sociales, chats, foros, blogs e incluso el correo electrónico. Cuando el acoso lo realiza un adulto, se denominará *grooming*; se pretende establecer un vínculo socioemocional con el menor, fingiendo amistad, cariño o comprensión, para conseguir su objetivo que es abusar sexualmente del menor (Molina y Vecina, 2015).

Otro concepto, muy relacionado con el anterior se denomina *sexting*, que consiste en el envío de contenidos pornográficos a través de dispositivos móviles.

Ante todas estas nuevas formas de maltrato, nos vemos en la necesidad de trabajar entre todos (familia, centros educativos, profesores y alumnos) para intentar frenar todo tipo de situaciones violentas que se producen entre iguales. No debemos concebir esta problemática como un fenómeno aislado, porque no lo es. Es un proceso largo, insidioso y fundamentalmente grupal, por lo que el tratamiento de este tipo de maltrato entre iguales, debe ser fundamentalmente en grupo.

1.1. Definiendo conceptos

Se hace necesario en primer lugar, hacer alusión de manera general, a aquello que entendemos por *violencia*.

Según la Organización Mundial de la Salud, dicho término sería:

El uso deliberado de la fuerza física o el poder, sea en el grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad que cause o que tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones. (OMS, 2003).

Para poder delimitar cada término con claridad, debemos seguir profundizando y conociendo más conceptos relacionados con la violencia tanto física, como verbal y aquella relacionada con las nuevas tecnologías. El primero de ellos es el fenómeno *bullying*, en español, acoso escolar.

Conocer el concepto de acoso escolar, nos va a permitir plantearnos estrategias de prevención y de intervención, para intentar dar una solución a este tipo de maltrato. No es un tema que resulte sencillo, porque el acoso escolar se caracteriza por su complejidad y por un importante número de factores que lo favorecen y/o lo mantienen. Profundizar en las diferentes características del acoso escolar es importante, en la medida que nos proporcionará información acerca de si un alumno está siendo víctima de actos intimidatorios o si se trata de una manifestación violenta, pero que no implica una victimización entre iguales. Tal y como señala Ferro (2013), uno de los problemas fundamentales con los que nos encontramos es la imprecisión del lenguaje. No es lo mismo la disrupción en las aulas (se impide el desarrollo normal de la clase), que problemas de indisciplina (continuas conductas violentas), e incluso problemas de vandalismo (ejercer violencia contra objetos materiales). Dicho autor engloba el *bullying* como una forma extrema de violencia escolar, ejercida entre los alumnos. Como violencia escolar se entiende una acción intencionada con el principal objetivo de hacer daño.

El concepto de *bullying* (Olweus, 1998), al que ya hemos hecho referencia anteriormente, se refiere a una forma de maltrato, siempre intencionado y con la finalidad de dañar al otro. *Bullying* es un término de la lengua inglesa; en concreto *bully*, significa “matón”. Se caracteriza por una intimidación, hostigamiento, coacción o abuso que realiza un alumno contra otro, en una situación de indefensión (Molina del Peral y Vecina, 2015).

En relación con los motivos que pueden conducir al alumno a comportarse así, en muchas ocasiones tiene que ver con un abuso de poder, para dominar al otro.

Todas las situaciones de maltrato escolar generan ansiedad, y mucho malestar en todos los centros escolares, alumnado y en la familia. Por desgracia, se detectan cada vez en edades más tempranas (son muchos los alumnos de Educación Primaria que agreden a sus compañeros), y pueden suceder en algunos casos, casi todos los días.

El estudio del Defensor del Pueblo, de los años 1999 y 2006 fue pionero en el estudio de la incidencia del *bullying*, realizado a nivel nacional, con una muestra de 3000 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria. Las conclusiones reflejaron que un 27% de los alumnos sufrían agresiones verbales. Un 10% sufrían algún tipo de exclusión y un 4% sufrían agresiones físicas directas. En las valoraciones finales, se señala que si bien, la situación de maltrato no era alarmante, sí se hacía muy necesario trabajar para erradicar este tipo de violencia.

Relevante fue también el estudio realizado por el Centro Reina Sofía para el Estudio de la Violencia (Serrano e Iborra, 2005). Fue una investigación realizada a 800 alumnos de la ESO, a través de una entrevista telefónica a alumnos de colegios públicos y concertados en todo el territorio nacional. Los resultados indicaron que un 75% de los alumnos encuestados había sido testigo del maltrato y un 15% señalaron que habían sido víctimas de algún tipo de agresión; es especialmente preocupante el dato final: un 7,6% de los alumnos se declararon agresores.

La labor de los investigadores Piñuel y Oñate, (2007a), en el Estudio Cisneros X: Violencia y Acoso Escolar en España, también tuvo una gran importancia. Realizaron un estudio en 14 comunidades autónomas, desde 2º de Primaria hasta 1º de Bachillerato, con un total de 24.990 participantes. La investigación utilizó el test AVE (2005); además de estudiar diferentes modalidades de acoso, tales como intimidar, excluir, agredir, amenazar..., la prueba incorpora diferentes daños psicológicos que pueden sufrir las víctimas del maltrato (depresión, estrés posttraumático, flashbaks, autodesprecio, disminución de la autoestima, ansiedad, somatizaciones o autoimagen negativa), además de incorporar índices de fiabilidad y validez.

El Informe concluye que un 75% de los alumnos acosados no respondieron con violencia a ese tipo de maltrato, y que en un porcentaje importante de estudiantes (19% de los casos), fueron los propios alumnos quienes intentaron detener las conductas de maltrato.

No podemos dejar de señalar la relevancia que está teniendo la investigación no solo en España, sino también en otros países europeos. De hecho, el primer trabajo sistemático importante, se inició en Suecia en 1970, a manos de Olweus, autor que se ha convertido en un referente en esta problemática. Países como Finlandia y Alemania han trabajado de manera intensa para conocer todo el entramado de esta problemática. En Dinamarca, se realizó un estudio intenso para el proyecto VISIONARY (2005). Es un proyecto europeo de cooperación centrado en la prevención del *bullying* y la violencia, dirigido a profesorado, padres y alumnado.

Importantes también son las aportaciones de Finlandia. En este país se ha promovido el Proyecto KiVa (2007), que es un programa contra el acoso escolar, y que ya se está implantando en muchos colegios españoles con éxito. La implantación del método KIVA no solo ayudó a disminuir al acoso escolar, sino que también ayudó a aumentar la motivación por estudiar y el bienestar del alumno. Dicho proyecto se trabaja en grupo, en el que se le da especial importancia a la labor que se ejerce con los espectadores del acoso. Si se consigue que no se involucren en el maltrato, aunque sea de manera indirecta, se puede cambiar la actitud del acosador.

No podemos dejar de citar al Reino Unido; también se ha convertido en una situación muy preocupante, pues en las investigaciones realizadas, un elevado porcentaje del alumnado declararon haber sido víctimas del acoso escolar en algún momento de su escolarización.

El *bullying* se ha convertido en una amenaza mundial. Se puede dar en zonas rurales o urbanas, o en diferentes clases sociales. Algunos países, como Japón, continúa trabajando para intentar abordar esta problemática. Es un país que presenta un importante índice de acoso escolar. En 2015 se registraron 224.540 casos en escuelas primarias, de secundaria, institutos de bachillerato y centros de educación especial; es un dato sin lugar a dudas, preocupante (Ministerio de Educación, Cultura, Deportes, Ciencia y Tecnología, 2015). En un análisis realizado por dicho país,

señalar la importancia que se prestó a la promoción de medidas para prevenir el acoso escolar, y se obliga a las escuelas a que cumplan tres requisitos (Estudio sobre problemas de orientación del alumnado y de conducta, 2015):

- Establecer una política para prevenir el acoso escolar.
- Formar una estructura organizativa fiable para prevenir el acoso escolar.
- Trabajar en la importancia de la prevención y detección del acoso escolar.

Si queremos indagar en el origen de los estudios acerca del acoso escolar, tenemos que remontarnos a los años 70; Heinemann, comenzó a investigar esta problemática, aunque él la denominó *mobbing*. Se refería a diversas agresiones hacia un alumno; sin embargo, una vez que finalizaba la agresión, se volvía a la actividad cotidiana. En la actualidad, no solo ha variado el término para referirnos a este tipo de violencia, sino que también ha cambiado el entramado del acoso. De hecho, una característica esencial es la duración en el tiempo, ya que no es algo puntual, sino que se repite una y otra vez, pudiendo durar semanas, meses e incluso años (Cerezo, 2015).

Autores como Piñuel y Oñate, (2007b), se refieren también al concepto de *mobbing* escolar. Para dichos autores, dicho término puede traducirse al español como “acoso psicológico” o “acoso escolar”. Representaría una conducta de maltrato y falta de respeto al niño que viola su derecho reconocido a gozar de un entorno escolar libre de violencia y de hostigamiento.

1.2. Dinámica del acoso escolar

La violencia entre iguales se puede instaurar día tras día, de tal manera que los miembros del grupo terminan por conocer quién es el compañero que está sufriendo algún tipo de maltrato, aunque la mayor parte de las veces, no comunicarán nada, porque serán muy fieles a la conocida “ley del silencio”. Prefieren “estar callados”, a denunciar tal situación; éste es una de las causas por las que este tipo de maltrato tarda en conocerse. La importancia de detectarlo es crucial, para evitar que este tipo de situaciones se intensifiquen y/o crezcan.

Aunque el acoso escolar se desarrolla en un grupo de alumnos, debemos destacar la importancia que cobran tres protagonistas esenciales: víctima, agresor y espectadores.

El agresor puede actuar solo, pero en la mayoría de las veces estará apoyado por los espectadores. Los espectadores, conocen la situación de acoso, pero deciden “no decir nada”. La víctima a menudo se encuentra aislada, sola y muy desprotegida, con lo cual no puede y seguramente no sepa defenderse. La intervención debe dirigirse, por lo tanto, a todos los miembros implicados en el maltrato, bien de manera indirecta o más directa.

Las características básicas que forman parte del acoso escolar se relacionan con la existencia de un desequilibrio de poder, una intencionalidad de hacer daño, una reiteración en los actos, así como una indefensión por parte de la víctima (Cerezo, 2015).

2. EDUCACIÓN EMOCIONAL

“La educación emocional vertebra el desarrollo personal (Rafael Bisquerra)”.

En el Informe Delors (1996) se afirma que la educación emocional es un complemento útil e indispensable en el desarrollo cognitivo y una herramienta fundamental de prevención de actos violentos, ya que muchos problemas tienen su origen en el ámbito emocional. Se fundamenta en cuatro pilares fundamentales: conocer, saber hacer, convivir y ser. Los dos últimos, muy relacionados con la educación emocional: **aprender a vivir juntos** que se centra en compartir y convivir con las personas que nos rodean y **aprender a ser** donde cada persona desarrolla sus valores, sus principios, y los pone en práctica.

La educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales, como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitar al alumno para desenvolverse en la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social.

Un concepto relacionado con la educación emocional tiene relación con un concepto que, en 1983, acuñó Gardner. Él difundió la teoría de las inteligencias múltiples. Gardner propuso que la vida humana requiere del desarrollo de varios tipos de inteligencia: musical, lingüística, matemática, cinestésica, visual-espacial, naturalista, la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal; estas dos últimas inteligencias se convierten en un anticipo de lo que sería más adelante la inteligencia emocional. Fueron Salovey y Mayer quienes definieron esta inteligencia como “la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones”. (Salovey y Mayer, 1990).

Goleman también se ocupó de estudiar la inteligencia emocional, con un libro que se convirtió en un bestseller: *Inteligencia Emocional* (1996). El autor hacía referencia a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones (Goleman, 1996).

La educación emocional tiene como objetivo prioritario ayudar a las personas a descubrir, conocer y regular sus emociones. Tiene tanta importancia el saber gestionar nuestras emociones que se convierte en un factor protector contra el acoso escolar.

Son muchos los autores que se interesan en profundizar en la educación emocional. Bisquerra (2000), es uno de ellos, quien la define como:

Proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social (p. 243).

La educación emocional debe ser un proceso de aprendizaje en el que se promueva el desarrollo personal, social y moral de los alumnos. Por eso, los centros educativos deben proporcionar las herramientas emocionales necesarias para que el alumno pueda desenvolverse de manera satisfactoria en su vida.

Los objetivos a alcanzar en toda educación que pretenda trabajar las emociones deben ser: adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones de los demás; denominar a las emociones correctamente; desarrollar la habilidad de regular las propias emociones; subir el umbral de tolerancia a la frustración; prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones positivas; desarrollar la habilidad de automotivarse; adoptar una actitud positiva ante la vida y aprender a fluir (Bisquerra, 2010).

El aceptar cada una de nuestras emociones nos permitirá conocernos, así como ser conscientes de nuestros comportamientos y reacciones antes determinados sucesos.

Por ello, la escuela debe enseñar a los alumnos conocimientos, habilidades y estrategias encaminadas a poder hacer frente a diversas situaciones con las que se encontrarán en el futuro.

Educar la afectividad se relaciona con promover procesos de conocimiento y aceptación personal, fomentar sentimientos de competencia y respeto hacia uno mismo, así como la capacidad de hacer frente a situaciones imprevistas. Tampoco podemos olvidar que el desarrollo emocional del niño se relaciona directamente con el desarrollo intelectual. Si se produce una falta reiterada de afecto y/o bloqueo emocional durante la infancia, puede llegar a repercutir en el desarrollo de su capacidad de abstracción o en su dificultad para desarrollar de manera óptima la percepción o la atención.

3. PREVENIR LAS CONDUCTAS DE ACOSO. LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

La escuela debe ser un lugar en el que todos los niños aprendan a convivir, aunque no siempre se desarrollen actuaciones que velen por la existencia de unas relaciones sanas.

La educación emocional es otra de las formas más útiles de prevención primaria ante los problemas de convivencia; todas las acciones deben ir siempre encaminadas a crear un clima positivo; por este motivo, la educación emocional se convierte en un aspecto imprescindible para afrontar problemas de relación y de conflictos interpersonales, algo fundamental si tenemos en cuenta que este tipo de situaciones tienen un elevado componente de conflicto emocional subyacente (Cerezo, 2015). No podemos dejar de recalcar una idea fundamental: “una intervención preventiva eficiente de acoso escolar, debería incluir la dimensión emocional” (Bisquerra, 2015).

Trabajando y fomentando la educación emocional, podremos tener conciencia de las emociones que sentimos, y por qué las sentimos, adquirir habilidades de afrontamiento, tomar decisiones responsables, y especialmente aprender habilidades alternativas a la agresión y también prevenir y/o gestionar conflictos. Se trata, en definitiva, de adquirir competencias sociales. Su aplicación es eminentemente práctica (dinámica de grupos, juegos de simulación o incluso técnicas autorreflexivas.), para poder favorecer el desarrollo de competencias emocionales en el alumno. Una competencia emocional fundamental tiene que ver con la regulación emocional, en concreto la regulación de la ira, ya que una parte de la violencia se origina en la ira; por eso, dicha emoción, mal regulada es el origen de muchos comportamientos violentos.

Lejos de parecer el trabajo en la educación emocional algo meramente teórico, podemos resaltar las múltiples actividades orientadas al desarrollo de competencias emocionales en las que el alumno pueda aprender a desarrollar la empatía, a tolerar la frustración, y, en definitiva, a tener conciencia de aquello que experimenta cada día, con sus miedos, enfados o fracasos.

Es importante destacar la importante metodología práctica que implica el implantar la educación emocional. El concepto de educación emocional lleva implícito no solamente trabajar el desarrollo de las competencias emocionales, sino que también conlleva crear un clima emocional en el centro educativo, que potencie el aprendizaje de los alumnos y mejore las relaciones interpersonales, de tal manera que se pueda desarrollar una convivencia escolar satisfactoria, esto es, una convivencia que permita a los alumnos respetarse, valorarse y aceptarse.

Las diversas formas de intervenir para trabajar la convivencia escolar, van más allá de centrarse solamente en la educación emocional. Bisquerra (2014), señala la importancia de emplear una metodología que fomente el trabajo en equipo, y potencie el trabajo cooperativo que permita implementar un sistema de ayuda entre iguales.

En los centros educativos en los que se ponen en práctica programas de educación emocional, el alumnado presenta una importante mejora en el respeto hacia otras personas, una mejora en la autoestima e incluso un mejor control de los pensamientos autodestructivos, así como una buena capacidad para tolerar la frustración; aspecto esencial si tenemos en cuenta que muchas agresiones emocionales se suelen producir cuando el agresor está muy estresado, o cuando el entorno escolar se convierte en una fuente importante de frustración y malestar. El trabajar con las competencias emocionales, no solo mejora el rendimiento académico, sino que también se reduce la conflictividad y la violencia (Bisquerra, 2015). En la actualidad, se afirma también que la intervención psicopedagógica orientada a mejorar el clima escolar se relaciona con un elemento esencial de prevención de conductas violentas y de problemas de indisciplina. Uruñuela (2016) nos recuerda algunos aspectos que se deben tenerse siempre en cuenta para lograr un clima óptimo en el aula:

- La educación ha de ser integral, de tal manera que es crucial el desarrollo emocional y el logro de una serie de habilidades sociales.
- Una buena convivencia, debe ser un objetivo educativo, para que el aprendizaje sea posible.

Además de las propuestas de prevención orientadas al desarrollo emocional del alumnado, es crucial trabajar con la intervención de situaciones de acoso escolar, cuando se haya producido este tipo de maltrato entre el alumnado.

Con la víctima del maltrato, se debe reforzar el nivel de confianza así como evaluar su estado emocional, fruto de las situaciones de maltrato. Escuchar el cómo se siente y la explicación que da a los hechos es fundamental para que el alumno poco a poco pueda recuperar seguridad y confianza. El hecho de relatar todo lo vivido, puede ocasionar en el alumno un importante malestar emocional, por lo que es muy necesario enseñarle a realizar una respiración pausada que le permita recuperar cierto grado de calma. El trabajar con la autoestima se convierte en algo esencial, ya que lo más probable es que esté dañada, así como el trabajo con habilidades de autoafirmación en donde estaría incluido el desarrollo de la asertividad (Calvo y Vallés, 2016).

No es menos importante la intervención con el agresor. Implica que el alumno sea consciente de lo que supone el manipular y maltratar al compañero. En primer lugar, debe reconocer la conducta de acoso realizada. Se debe establecer una conversación con el alumno que nos permita conocer las causas de ese comportamiento. El centro educativo debe proceder a tomar las medidas necesarias para intentar corregir y/o, eliminar ese tipo de conductas dañinas y tan perjudiciales.

Es necesario concretar una entrevista con la familia para comunicar las pautas de actuación que se ve van a tomar para intentar abordar la situación de acoso.

Con el objetivo de lograr que los centros educativos sean espacios libres de violencia, se consideró necesaria la elaboración de un Plan Estratégico de Convivencia Escolar, (Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, 2016).

En cada centro educativo, debe existir un “responsable de convivencia”. Es una figura que estará siempre apoyada por profesionales del centro educativo, alumnado y las familias. Debe tener la responsabilidad de velar para que se pueda implementar el protocolo de detección e intervención en casos de violencia. Además, se incluye como ejes esenciales, el trabajo con una educación inclusiva, la prevención de la violencia desde la primera infancia, la

atención al uso de las tecnologías de la información y la comunicación y la educación en los sentimientos y en la amistad, así como la participación de la comunidad educativa.

Un teléfono de atención a las víctimas de acoso escolar, un manual de apoyo a víctimas de violencia escolar a nivel estatal, una red estatal de escuelas “Tolerancia cero”, unos itinerarios de formación del profesorado en convivencia fueron algunas de las medidas que se aprobaron para velar por el bienestar de nuestros alumnos.

Todas estas medidas se concretan con la elaboración del Plan de Convivencia que debe tener cada centro educativo. Trabajar para el desarrollo de la convivencia implica centrarse en el aprendizaje por parte de los alumnos, para que sepan relacionarse con los demás, cooperar, o ponerse en el lugar del otro, aceptando que todos somos diferentes. Todo Plan de Convivencia tiene como objetivo fundamental el intentar promover la convivencia en los centros educativos. Elaborar unas normas de convivencia se convierte en esencial para el desarrollo del buen rimo y buen funcionamiento del centro educativo. Tal y como señala Sánchez (2009), las normas “no deben enumerar prohibiciones, sino especificar lo que hacer y formularlas en positivo” (p. 324).

El implementar diferentes estrategias de intervención no garantiza la desaparición de este tipo de maltrato intimidatorio de acoso; sin embargo, si poco a poco se produce una sensibilización ante esta problemática, si se potencian estrategias para resolver conflictos, es probable que sea el propio alumnado quien quiera manifestar su desaprobación ante este tipo de conductas.

Es prioritario dotar a las familias de recursos contra el acoso escolar, así como el establecer unos límites necesarios para el correcto desarrollo madurativo del niño, el interesarse por sus inquietudes, observando y supervisando las conductas en la vida diaria del menor, así como una educación para controlar sus emociones, deben ser siempre unas directrices fundamentales de actuación, y estar siempre presentes.

Por otra parte, debemos matizar una idea fundamental, y es que sería injusto que situaciones tan complejas como son las intimidaciones entre compañeros, las quisiéramos reducir únicamente a las características personales del alumno, tal y como señala Cerezo (2015). La familia cobra una importancia esencial en el aprendizaje básico de valores fundamentales, tales como la justicia, la libertad, la responsabilidad, la paz o la solidaridad. Los valores expresan las situaciones individuales y colectivas deseables para satisfacer las necesidades humanas. El modelo de convivencia del centro escolar debe sustentarse siempre en el aprendizaje de valores, que se deben concretar en normas de convivencia, en hábitos de comportamiento y conductas como el desarrollo de la competencia social de los alumnos; por ello, la escuela debe velar por una adecuada experiencia de socialización que permita trabajar el desarrollo de conductas y hábitos de comportamiento acordes con las ideas del proyecto educativo y el currículo. El fomentar una educación emocional entre los alumnos implica que puedan comprometerse a ayudar a los demás. No podemos olvidarnos de una idea esencial relacionada con la educación emocional, y es que siempre debe estar presidida por los valores (Bisquerra, 2010), pues tal vez en un futuro (próximo) los conocimientos académicos ya no serán tan importantes y se valorarán especialmente las habilidades personales, la capacidad de empatizar o de tomar decisiones. Es fundamental tener siempre presente que la educación no solo transmite conocimientos, sino que también nos permite la fascinante tarea de formar a las personas.

Tal y como señala Bisquerra (2016):

“La educación emocional contribuye al desarrollo integral de la persona, que es la finalidad de la educación. Se propone atender a necesidades sociales que no están suficientemente atendidas en las áreas académicas ordinarias.” (p. 17).

4. CONCLUSIONES

Los datos de investigaciones recientes nos indican la alta prevalencia del acoso escolar en nuestras aulas, así como los múltiples efectos nocivos que provoca este tipo de maltrato. Puede afirmarse que el acoso escolar es una realidad presente en los centros escolares que contamina la convivencia y las relaciones del alumno y profesorado. Su presencia también afecta a multitud de países, de diferentes continentes.

Existe un consenso entre una buena parte de los profesionales para desarrollar programas que nos ayuden a combatir el *bullying*. Todas las estrategias psicoeducativas orientadas al tratamiento del acoso escolar, deben fundamentarse en una buena Educación Emocional; si ésta se realiza de manera adecuada, dotará al menor de capacidades emocionales que le permitirán no solo conocerse a sí mismo, sino también conocer a los demás. Se busca educar en la tolerancia, el respeto, en la responsabilidad de compartir con otros, experiencias positivas, y a veces experiencias que no resultan tan positivas, pero necesarias para crecer y madurar como personas. Es importante no olvidar que una buena educación no solo consiste en transmitir conocimientos.

Las diversas maneras de pensar y actuar que presenten nuestros niños sin lugar a dudas, será fruto de la relación que se establezca con la familia y también con los educadores.

Un alumno que posea inteligencia emocional, será capaz de gestionar sus propios sentimientos, y también los de los demás. Ante posibles situaciones de acoso escolar, seguramente podrán contar con multitud de recursos para conocer qué puede hacer, y a quién podrían pedir ayuda. Hay que formar personas, que sean capaces de desarrollar la capacidad empática para afrontar situaciones difíciles. Padres y centro educativo deben esforzarse en dotar al niño de unos principios morales y valores éticos. El niño debe encontrar un espacio en el que pueda hablar de temas relacionados con el acoso escolar, debe conocer las posibles alternativas de actuación y las consecuencias de los actos.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2010). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée.
- Bisquerra, R. (2014). *Prevención del acoso escolar con educación emocional*. Bilbao: Desclée de Brower.
- Bisquerra, R. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (2016). *10 ideas clave. Educación emocional*. Barcelona: Graó.
- Calvo, P., y Vallés, P. (2016). *Acoso Escolar. Guía de intervención psicoeducativa*. Madrid: Ed. EOS.
- Cerezo, F. (2005). *Conductas agresivas en la edad escolar*. Madrid: Pirámide.
- Cerezo F. (2015). *La violencia en las relaciones escolares*. Madrid: Horosi.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. Madrid: UNESCO-Santillana.
- Ferro Veiga, J. M. (2013). *Bullying o acoso escolar. La respuesta jurídico-legal*. Jaen: Formación Alcalá.

- Fundación ANAR, (2016). *Acoso escolar. I estudio sobre el bullying, según los afectados y líneas de actuación*. Recuperado de <http://www.anarperu.org/>
- Gardner, H. (1983). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Informe del Defensor del Pueblo sobre violencia escolar. (1999). Recuperado de <http://didac.unizar.es/abernat/zgeneral/VESCTODO.pdf>
- Ministerio de Educación, Cultura, Deportes, Ciencia y Tecnología. (2015). *Estudio sobre problemas de orientación del alumnado y de conducta estudiantil*. Recuperado de: <http://www.nippon.com/es/currents/d00290/>
- Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Convivencia Escolar (2016). *Plan Estratégico de Convivencia Escolar*. Recuperado de: <https://www.mecd.gob.es/educacion-mecd/mc/convivencia-escolar/plan-convivencia/introduccion.html>
- Molina del Peral, J. M., y Vecina, P. (2015). *Bullying, cyberbullying y sexting*. Madrid: Pirámide.
- Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Madrid: Morata.
- Piñuel, I., y Oñate, A. (2005). *Test AVE*. Madrid: Tea Ediciones.
- Organización Mundial de la Salud (2003). *Informe Mundial sobre Violencia y Salud*. Recuperado de: <http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/725>
- Piñuel, I. y Oñate, A. (2007a). *Informe Cisneros X: Violencia y Acoso Escolar en Alumnos de Primaria, ESO y Bachiller*. Disponible en: <http://www.Internenes.Com/Acoso/Docs/Icam.Pdf>
- Piñuel, I., y Oñate, A. (2007b). *Mobbing escolar*. Barcelona: Ediciones Ceac.
- Proyecto KIVA. *Programa finlandés anti acoso escolar*. (2007). Recuperado de <https://madrid.fi/wp-content/uploads/2015/04/Educacio%CC%81n-en-Finlandia-KIVA.pdf>
- Proyecto VISIONARY. (2005). Recuperado de <http://www.bullying-in-school.info/es/content/home.html>
- Salovey, P., y Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Sánchez, A. (2009). *Acoso escolar y convivencia en las aulas. Manual de prevención e intervención*. Alcalá la Real (Jaén): Formación Alcalá.
- Serrano, A. e Iborra, I. (2005). *Informe entre compañeros en la escuela*. Valencia: Centro Reina Sofía para el Estudio de la Violencia.
- Uruñuela, P. M. (2016). *Trabajar la convivencia en los centros educativos*. Madrid: Narcea.

INFORMACIÓN SOBRE AUTORES

María del Mar Muñoz Prieto. Licenciada en Filología Hispánica por la Universidad de Vigo y en Psicología por la Universidad Pontificia de Salamanca. Doctora en Psicología (Universidad de Salamanca). Actualmente ejerce como Profesora Titular de la Escuela Universitaria CEU de Magisterio de Vigo. Sus principales líneas de investigación se centran en el estudio del acoso y violencia en las aulas, el fomento de la lectura infanto-juvenil, la Educación emocional para prevenir situaciones violentas y los trastornos de la conducta alimentaria.

✉ mmunoz@ceu.es