

Toní García Arias

Aulas sin bullying, aulas sin miedo

Identificación, intervención
y prevención del acoso escolar



PIRAMIDE

Toni García Arias

Aulas sin
bullying,
aulas sin miedo

Identificación, intervención
y prevención del acoso escolar

EDICIONES PIRÁMIDE

COLECCIÓN «PSICOLOGÍA»

Sección: Manuales Prácticos

Diseño de cubierta: Anaí Miguel

Imágenes: www.freepik.com

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaran, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier otro medio, sin la preceptiva autorización.

Ediciones Pirámide se compromete con el medio ambiente reduciendo la huella de carbono de sus libros.



PAPEL DE FIBRA
CERTIFICADA

© Toni García Arias
© Ediciones Pirámide (Grupo Anaya, S. A.), 2025
Valentín Beato, 21. 28037 Madrid
Teléfono: 91 393 89 89
www.edicionespiramide.es
Depósito legal: M. 26.447-2024
ISBN: 978-84-368-5054-3
Printed in Spain

ÍNDICE

Introducción	11
Nota del autor	13
1. Acoso escolar: definición, mitos y datos	17
1.1. Definición de acoso escolar	17
1.2. Datos sobre el acoso escolar	18
1.3. Mitos sobre el acoso escolar	20
1.4. Qué características debe tener un acto para ser considerado acoso	23
1.5. El acoso escolar más allá de la escuela: las redes sociales y el teléfono móvil	25
1.6. Violencia, pornografía y acoso escolar	28
2. Tipos de acoso escolar y personas intervinientes	31
2.1. Tipos de acoso escolar	31
2.2. Personas intervinientes	34
3. Consecuencias del acoso escolar	37
3.1. Un problema más allá de la convivencia	37
3.2. Consecuencias del bullying para la víctima	37
3.3. Consecuencias del bullying para el agresor	39
3.4. Consecuencias del bullying para la sociedad	39
4. Factores de riesgo	41
4.1. Factores de riesgo	41
5. Señales de acoso	47
5.1. Señales que nos indican que un niño está siendo acosado	47
5.2. Señales que nos indican que un niño está acosando a otros	48
5.3. Cuestionario de observación directa general	48
5.4. Cuestionario de observación directa en el ámbito educativo	50
5.5. Cuestionario de observación directa en el ámbito familiar	51

6. Fases del acoso	53
6.1. Fases del acoso escolar	53
7. Percepción de la relación acoso-escuela	61
7.1. Percepción sobre el acoso	61
7.2. Acoso sí, pero no es para tanto.	61
7.3. La queja de los alumnos: los profesores no actúan.	62
7.4. La opinión de los docentes	63
7.5. La normalización del acoso escolar en la escuela: un peligro oculto.	64
7.6. ¿Por qué no piden ayuda los niños?	67
8. La importancia de la ética y los valores	69
8.1. La ética y los valores	69
8.2. ¿Qué es la ética en educación?	69
8.3. La ética y los valores en los casos de acoso escolar.	70
8.4. La validación moral y ética.	71
8.5. La inacción de los compañeros frente al acoso	74
8.6. La importancia de los límites	75
9. Medidas de actuación	77
9.1. Medidas que adoptar	77
10. Prevención	79
10.1. Prevención antes que corrección	79
10.2. Sensibilización y educación	79
10.3. Formación del profesorado	80
10.4. Educar en sentir o en hacer	82
10.5. Clima de confianza	82
10.6. Autonomía con autodisciplina.	88
10.7. Estrategias de resolución de conflictos	91
10.8. El observador silencioso: no ser cómplice	95
10.9. Programas y proyectos de centro	96
11. Intervención	101
11.1. Gravedad de la intervención	101
11.2. Normas claras	102
11.3. Protocolos claros.	103
11.4. Intervención con las familias de los alumnos acosados	105
11.5. Entrevista a la víctima.	106
11.6. Entrevista al acosador	108
11.7. Intervención con las familias de los alumnos acosadores.	109

11.8.	Apoyo a las víctimas	112
11.9.	Apoyo al acosador	114
11.10.	¿Cómo intervenimos desde nuestro centro educativo?	115
12.	Sanción	121
12.1.	Acción-reacción	121
12.2.	La necesidad de la sanción	122
12.3.	Teorías sobre la sanción	124
12.4.	Ejemplos de sanciones	125
12.5.	La intervención de la Fiscalía	126
13.	Trabajo en red	129
13.1.	Los agentes implicados	129
13.2.	Trabajo en red	130
13.3.	Los eslabones	131
13.4.	Cómo intervenir ante un caso de acoso	133
14.	Propuesta de actividades	135
14.1.	Actividades generales	135
14.2.	Educación en valores y habilidades sociales	136
14.3.	Algunas actividades de educación emocional	140
14.4.	Modelos internacionales contra el acoso escolar	142
14.5.	Asociaciones y organizaciones	143
14.6.	Líneas de ayuda y recursos <i>online</i>	145
14.7.	Más ideas	146
15.	Intervención en el hogar con alumnos acosados y acosadores	149
15.1.	La importancia de las familias en el acoso escolar de sus hijos	149
15.2.	Intervenciones para familias de hijos acosados	150
15.3.	Intervenciones para las familias de hijos acosadores	153
Bibliografía		159

INTRODUCCIÓN

El acoso escolar es, sin duda, uno de los desafíos más complejos al que se enfrentan nuestras escuelas en la actualidad. Como docentes, padres y miembros de la comunidad educativa, todos hemos sido testigos de su impacto devastador en el bienestar emocional, social y académico de nuestros menores. Sin embargo, a pesar de la gravedad de esta problemática, creo firmemente que estamos en un momento de gran oportunidad para revertir esta situación. La sensibilización sobre el acoso escolar nos ha colocado ante un momento único para cambiar, aprender y, sobre todo, para actuar contra el bullying.

A lo largo de mis más de tres décadas como educador, he sido testigo de la evolución de nuestra comprensión sobre el acoso escolar. Lo que antes era percibido como meros «problemas entre niños» o simples conflictos cotidianos, hoy sabemos que es un fenómeno que afecta profundamente a la autoestima, la salud mental y las relaciones futuras de aquellos niños y niñas que lo padecen; e incluso, también, de aquellos que lo ejercen. Y aunque los efectos del acoso pueden ser devastadores, también hemos aprendido que el poder de la prevención y la intervención temprana puede revertir dicha situación.

Este libro es una herramienta valiosa que ofrece una visión no solo de las raíces y dinámicas del acoso escolar, sino también de las soluciones y estrategias que podemos implementar para erradicarlo de nuestras aulas y de nuestros centros educativos. A lo largo de las páginas que siguen, más allá de enfocarnos únicamente en los problemas, pretendo abrir caminos para la esperanza. Los casos de éxito en la prevención del acoso nos muestran que, con el apoyo correcto y las medidas adecuadas, todos los estudiantes pueden sentirse seguros, valorados y respetados en sus colegios e institutos.

Pero, además, este libro no solo se enfoca hacia la actuación de los adultos ante los casos de acoso escolar. En esta problemática, hay más implicados en la ecuación para lograr una eficaz resolución. Uno de los aspectos más alentadores en mi carrera profesional ha sido ver a los propios jóvenes convertirse en agentes de cambio. Con el conocimiento,

la formación y las herramientas adecuadas, nuestros alumnos y alumnas son capaces de identificar, denunciar y, en muchos casos, prevenir el acoso entre sus compañeros. La educación socioemocional, el fomento de la empatía, el pensamiento crítico y la construcción de una comunidad escolar solidaria son claves para que todo este proceso termine en éxito.

El acoso escolar no es un problema sin solución, y este libro es prueba de ello. A través de los diferentes capítulos podremos comprobar que, con compromiso, colaboración y un enfoque integral, podemos crear entornos educativos seguros donde el respeto y la empatía sean los pilares fundamentales sobre los que sustentar la convivencia pacífica en el aula. Como educador que percibe tanto los desafíos como las posibilidades, puedo afirmar con convicción que en la lucha contra el acoso escolar aún falta por recorrer un largo camino, pero también que estamos en la senda correcta. Cada paso hacia una mayor conciencia y acción convierte a nuestros centros educativos en lugares donde todos los niños y niñas puedan aprender y desarrollarse en paz y, sobre todo, desarrollarse sin miedo.

Este libro tiene el objetivo final de ser un faro de esperanza y una guía esencial para todos los docentes de cualquier etapa educativa que creen en una educación basada en la humanización de la enseñanza. Estoy seguro de que, al terminar estas páginas, los lectores no solo comprenderán mejor el fenómeno del acoso, sino que estarán inspirados también para ser parte activa de la solución.

NOTA DEL AUTOR

Como ya he señalado en el prólogo, es evidente que el acoso escolar es uno de los temas que más preocupan a los padres. Pero también a los docentes. Año tras año, las cifras relacionadas con esta problemática no dejan de aumentar. Cuando nos detenemos a analizarlas en profundidad, podemos comprobar que nos enfrentamos a una realidad ciertamente alarmante. Los efectos que el acoso escolar genera en los niños y niñas que lo sufren son absolutamente devastadores, con consecuencias que no solo afectan a su bienestar emocional y psicosocial durante la infancia y la adolescencia, sino que pueden marcar profundamente su vida adulta y las relaciones que establecen con sus iguales. De ahí la gravedad de esta lacra.

Desde hace diez años formo parte del equipo directivo de mi centro educativo. Desde entonces, como jefe de estudios y como director, he abierto siete protocolos de acoso escolar. De ellos, en tres se demostró que efectivamente había acoso; en otros tres se trataba de una disputa puntual en el patio que había provocado un conflicto entre compañeros durante un par de semanas; en el otro caso, el acoso existía, pero, tras varias entrevistas e investigaciones, descubrimos que la alumna estaba siendo acosada, pero no en el centro escolar, sino por parte de un miembro de su familia.

En mis charlas y en todas aquellas ponencias y entrevistas en las que hablo de convivencia escolar y de bullying, siempre me enorgullezco de que en nuestro centro educativo se respira un magnífico clima de convivencia, tanto entre los alumnos como entre los docentes. Esto tiene mucho más mérito en un centro educativo como el que actualmente dirijo, con un perfil socioeconómico y cultural bajo, un 65% de inmigración, 17 nacionalidades distintas, varias religiones, 34 alumnos de minoría étnica, 52 alumnos con necesidades educativas especiales (discapacidad visual, auditiva, motórica e intelectual), 5 alumnos autistas y 4 alumnos con síndrome de Down. Sin embargo, a pesar de toda esa diversidad, lo cierto es que en nuestro centro no solo no existen casos graves de acoso escolar, sino que apenas se dan conflictos significativos.

Ni dentro del aula ni en el patio. No es que no se detecten —ya que las medidas de observación son muy estrictas y variadas—, es que apenas existen; de hecho, en los cuestionarios de convivencia entre alumnos, padres y profesores, este aspecto siempre recibe una puntuación con un porcentaje de positividad cercano al 100%. Sin embargo, lograr este clima de convivencia no ha sido una tarea nada fácil.

Cuando comencé mi andadura como jefe de estudios en mi colegio actual, la situación era muy distinta. Como en muchos otros centros de hace diez años, la percepción de lo que debía ser una buena convivencia escolar dentro del aula y en el patio era muy diferente a la que existe actualmente. En el ámbito de la convivencia, solo se penalizaban —cuando se hacía— los casos más graves, mientras que para los casos medios y leves apenas se tomaban medidas de ningún tipo. Tampoco se realizaban actuaciones de prevención sobre el acoso, ni con los alumnos ni con las familias. Esto provocaba que el clima de convivencia del centro fuese bastante negativo, ya que algunos docentes afirmaban sentirse indefensos ante ciertas actitudes de algunos alumnos. Por su parte, los alumnos con comportamientos más disruptivos sentían cierto grado de impunidad ante sus acciones, mientras que los alumnos que padecían los conflictos sentían que nadie les protegía, ni en el aula ni, sobre todo, en el patio. Durante el tiempo de recreo, los alumnos solían agruparse muchas veces según su nacionalidad o etnia, sin jugar a nada, llegando incluso a enfrentarse entre ellos por diferentes razones culturales. En alguna ocasión, incluso, se produjo alguna que otra agresión verbal y física hacia docentes por parte de los alumnos mayores y de sus padres.

Cuando me nombraron jefe de estudios, comencé a penalizar todas las actuaciones contrarias a las normas básicas de convivencia, ya fuesen graves, medias o leves, y tomé medidas ajustadas a la gravedad de las acciones. Cada vez que yo salía al patio, los alumnos se separaban de sus grupillos, como si estuviesen formando parte de una manifestación ilegal. Veían que me acercaba a sus grupos y comenzaban a dispersarse en todas las direcciones. Aquello me supuso enfrentamientos serios con alumnos, pero, sobre todo, con algunos padres. Varios de ellos llegaron incluso a amenazarme por las medidas disciplinarias tomadas con sus hijos, bajo la constante excusa de que las peleas, insultos y motes ofensivos «son cosa de niños». Sin embargo, tras la continuidad firme de aquellas actuaciones y estrategias tanto sancionadoras como preventivas, finalmente logramos que todos los alumnos y los padres comprendiesen que el patio no era un lugar donde enfrentarse unos a

otros, y que el respeto y la convivencia pacífica era de obligado cumplimiento en nuestro centro educativo. Y descubrimos que, de ese modo, todos éramos mucho más felices.

Para poder avanzar en este sentido —aunque inicialmente me hice cargo de todos los aspectos relacionados con la convivencia—, comencé a responsabilizar a los alumnos de su propia disciplina, creando patrullas de mediación, haciéndoles intervenir en los conflictos que surgían en el patio de una manera estructurada y regulada. Para el control de la disciplina escolar, también introdujimos nuevas figuras y nuevas actividades para el fomento de una convivencia pacífica, como la Patrulla Roja, el Banco de la Amistad, actividades de patio reguladas, además del asesor pedagógico y emocional. También comenzamos a realizar actividades de conocimiento mutuo en las cuales estuviesen representadas todas las culturas y así poder conocerse mejor para respetarse mejor. Y, sobre todo, creamos un clima de confianza y convivencia en el cual todos los alumnos se sintieran protegidos y respaldados tanto por sus profesores como —y esto es fundamental— por parte del equipo directivo, dos aspectos sin los cuales cualquier intento de convivencia pacífica es imposible. Para ello, mi despacho como jefe de estudios y actualmente como director siempre está abierto a los alumnos, para que puedan transmitirme cualquier conflicto que pueda parecerles grave o cualquier problema que tengan en su vida personal o académica, lo cual supone para ellos una red de seguridad muy importante. Y todo esto se realiza bajo la premisa de un objetivo fundamental e irrenunciable: **ningún niño ni ninguna niña tiene que ir al colegio con miedo.**

A lo largo de este libro sobre el acoso escolar abordaré aspectos técnicos, teóricos y prácticos para poder lograr en cualquier centro educativo un clima de convivencia, para que el respeto, la concordia y la paz sean la base fundamental de la convivencia.

1. ACOSO ESCOLAR: DEFINICIÓN, MITOS Y DATOS

1.1. DEFINICIÓN DE ACOSO ESCOLAR



Seguro que has escuchado la palabra **bullying** o **acoso escolar** en infinidad de ocasiones, es un término que se utiliza de manera muy frecuente; sin embargo, quizá no conozcas la definición exacta de este concepto y sus características para que un acto contra la convivencia pueda ser calificado efectivamente de acoso escolar.

Aunque existen diferentes definiciones de acoso escolar, según las diferentes instituciones y los autores, de manera general podemos decir que el acoso escolar, conocido también como bullying, se define como un comportamiento **repetitivo** y **agresivo** que es **intencional** y **dirigido** hacia un estudiante o grupo de estudiantes por parte de otro estudiante o grupo de estudiantes. Este comportamiento puede ser físico (como golpear, empujar, pellizcar), verbal (como insultar, difamar, intimidar) o psicológico (como ignorar, discriminar, burlarse). Teniendo en cuenta esta y otras definiciones, podemos decir que los

términos fundamentales para que un comportamiento pueda considerarse como acoso escolar son **repetitivo, agresivo, intencional y dirigido**.

El acoso escolar puede tener lugar en diferentes lugares, como en la escuela, en el camino a la escuela o en actividades relacionadas con la escuela, como excursiones, eventos deportivos o actividades complementarias y extraescolares. Sin embargo, desde la aparición de internet y de las redes sociales, también puede realizarse a través de los medios digitales, lo que se conoce como ciberacoso o ciberbullying. Esto hace que el término se haya quedado obsoleto, ya que traspasa los muros de la escuela e, incluso, en muchas ocasiones **no nace en la escuela, sino que nace en la propia casa a través de las redes sociales y juegos online, y se traslada posteriormente a la escuela**.

Como ya sabemos por diferentes estudios, el acoso escolar puede tener efectos muy graves y duraderos en la salud mental y emocional de quien lo sufre, así como en su rendimiento académico y en sus relaciones interpersonales y sociales. Por ello, resulta del todo fundamental **detectarlo e intervenir lo más inmediatamente posible**, de tal manera que el impacto en la víctima sea el menor posible, lo cual es de vital importancia para los niños y niñas que lo padecen.

1.2. DATOS SOBRE EL ACOSO ESCOLAR

Seguro que tanto en los periódicos como en los informativos de televisión y radio has oído cientos de datos sobre el acoso escolar. Aquí te dejo un resumen de algunos de ellos que, a mi juicio, son más relevantes sobre este asunto, tanto a nivel nacional como internacional, recogidos de diferentes informes y que ofrecen una visión sobre la enorme problemática que supone tanto a nivel escolar como personal. Muchas veces, gracias al impacto de las cifras y porcentajes, podemos llegar a comprender la enorme problemática que suponen algunas situaciones y actitudes.

- ⇒ El bullying es un problema global que afecta a estudiantes de todas las edades, géneros y orígenes étnicos sin distinción.
- ⇒ El acoso verbal y social son los tipos más comunes de bullying, seguidos por el acoso físico y el ciberacoso. Según un informe de Save the Children, el 73% de los niños que informaron haber sido acosados experimentaron acoso verbal. En los últimos años se ha

El autor nos cuenta:



El acoso escolar es uno de los problemas que más preocupan a familias, alumnado y docentes. Sin embargo, no es un problema sin solución y este libro trata de ser una prueba de ello. A través de sus capítulos, el autor nos muestra cómo, con compromiso, colaboración y un enfoque integral de medidas, podemos crear entornos educativos seguros donde el respeto y la empatía sean los pilares fundamentales sobre los que sustentar la convivencia pacífica en el aula.

En *Aulas sin bullying, aulas sin miedo*, se combinan teoría y práctica para ofrecer una visión completa del fenómeno del acoso escolar. Por un lado, la obra proporciona al lector un marco teórico sólido que le permita comprender mejor el fenómeno del acoso escolar y el impacto devastador del bullying en las víctimas, sus familias y la comunidad educativa. Por otro lado, presenta un conjunto de acciones y estrategias prácticas que los docentes y los centros educativos pueden implementar en sus aulas y centros educativos para prevenir, identificar y abordar esta problemática de manera eficaz.

Con un enfoque integral y humanista, este libro no solo invita a la reflexión, sino que también sirve como guía práctica para todos los profesionales de la educación comprometidos con una enseñanza que dignifique y proteja a cada alumno.

Una obra imprescindible para quienes sueñan con aulas libres de miedo, llenas de respeto y humanidad.

