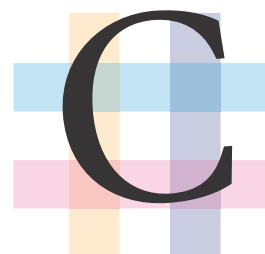


¿Y si el acosador es nuestro hijo?

Un niño que se siente bien consigo mismo y que es feliz no disfruta amedrentando a otros. A menudo, se nos olvida que, si son agresivos, es porque antes lo han sido con ellos en casa, en el colegio...



El niño acosado puede reproducir, perfectamente, los agravios que en su día recibió y convertirse en acosador. FREEPIK.ES



porque siente celos ante la llegada de un nuevo hermanito o de la persona a la que acosa; por estar desarrollándose en un ambiente en el que las faltas de respeto y la hostilidad son habituales; porque necesita llamar la atención; porque se siente poca cosa; por falta de empatía; por haber sido víctima de acoso escolar...

Dolor y frustración

Y, con demasiada frecuencia, también se nos olvida que, si para los padres que reciben la noticia de que su hijo sufre acoso escolar esta representa un auténtico mazazo, saber que el que acosa es su propio hijo... tampoco resulta fácil de encajar. Al contrario, genera mucho dolor y frustración.

Y esa frustración es máxima cuando el niño que ha sufrido acoso se convierte en acosador, ya que, en estos casos, los padres no alcanzan a comprender esa falta

de empatía. Pero es comprensible por varias razones: una de ellas, porque el que ha sufrido acoso otorga al rol de acosador el poder, el liderazgo, y experimentar ese estatus, cuando se ha estado al otro lado, cuando se ha sido víctima, es algo tentador. El acosador suele gozar de una gran aceptación entre sus iguales y ese rol puede ser ambicionado por ellos, así que, si la manera de representarlo es acosando, pues se acosa. Otra de las razones es por imitación, hacemos lo que vemos. Y, si no se ha trabajado adecuadamente con la víctima, esta puede reproducir, perfectamente, los agravios que en su día recibió -el cortometraje 'El sandwich de Mariana', de Carlos Cuarón, ilustra bastante bien este tema-. Por último, la víctima se puede acabar convirtiendo en acosadora por pura supervivencia: mientras sea yo quien acosa, no seré acosado.

El estilo educativo autoritario o demasiado permisivo puede favorecer bastante que se desarrolle un perfil de acosador en nuestros hijos. La falta o el exceso de límites, la escasa atención por parte de los progenitores, no pasar suficiente tiempo con ellos, no aceptarles como son, no respetarles, chantajearles emocionalmente... son actitudes de los padres que pueden provocar conductas relacionadas con el acoso.

La agresividad como valor

Cuando un crío acosa suele ser una manera de expresar su enfado por algo que está viviendo. Como ya hemos comentado, vivir en un ambiente que normaliza la violencia, las faltas de respeto, también predispone mucho hacia este tipo de comportamientos. Y, por desgracia, nuestra sociedad está llena de esos ejemplos. La agresividad se muestra como valor en pelícu-

las, videojuegos, en la publicidad... Los adultos criticamos a nuestros vecinos, insultamos al árbitro, cuando nuestros hijos juegan al fútbol, nos burlamos de algunas personas, increpamos a los que conducen mal -desde nuestro punto de vista, claro... Y estos son ejemplos constantes y diarios en la vida de los niños.

Detectar determinados signos de alarma es bastante complicado, ya que quien acosa puede estar desarrollando esa conducta de manera muy normalizada en su vida e, incluso, puede parecer que es algo natural a ojos de los demás, hasta de los adultos. Por eso, más que de signos de alarma, sería conveniente hablar de factores de riesgo y revisar algunas de estas causas, que ya hemos mencionado, para ver si alguna de ellas se está generando en el ambiente que rodea a nuestros hijos.

Cuando descubrimos que el acosador es nuestro propio hijo, es importante mantener cierto autocontrol emocional a la hora de reaccionar ante la noticia. Lo normal suele ser enfadarse, sentir decepción, culpa, vergüenza... Todas esas emociones son normales y naturales, pero no nos podemos dejar llevar por ellas, ya que nuestra reacción puede ser contraproducente. Intentar mantener la calma para actuar adecuadamente es importante. Eso no significa que haya que reprimir lo que sentimos, sino que debemos saber gestionarlos correctamente. Nuestra reacción va a influir en nuestro hijo y, aunque desaprobemos totalmente su comportamiento, debemos comprender que toda conducta obedece a unas causas.

Comprender no es justificar

Comprender no significa justificar. Y no comprender por qué alguien actúa de una determinada manera nos genera mucha frustración e incertidumbre, emociones que nos van a ayudar poco en ese momento. Solo si le comprendemos podremos profesarle, con mayor facilidad, el amor incondicional que necesita en ese momento. Por supuesto, ese comportamiento debe tener una consecuencia negativa, que esté lo más relacionada posible con el acto en cuestión, pero enfadarnos, mostrar decepción, desprecio, no es una opción, ya que podemos transmitirle que le estamos retirando nuestro afecto -aunque sigamos queriéndole, él no lo va a percibir así-. Y nuestro amor hacia él nunca debe verse mediado por sus comportamientos.

Lo primero que debemos hacer es conocer, prestando mucha atención, la versión del niño sobre lo ocurrido, para saber cómo ha vivido esa lamentable situación. Probablemente, él no sea consciente de la gravedad que conlleven sus actos, pero debe asumirla. Y, para ello, los padres tenemos que estar plenamente convencidos, porque, de no ser así, no va a calar este mensaje. Es muy importante también que evaluemos el nivel de agresividad que se da en nuestras casas: gritos, peleas, insultos, faltas de respeto, sarcasmos

e ironías, manipulaciones... Estas situaciones son las primeras que hay que evitar y cambiar. No hace falta que exista un nivel patente y manifiesto de agresividad, muchas veces, determinados comentarios muy sutiles o aparentemente inocuos pueden estar cargados de hostilidad.

El poder de la reparación

A la hora de mostrar nuestra repulsa hacia ese comportamiento agresivo, muchas veces, pensamos que con una buena reprimenda será suficiente; sin embargo, esta suele resultar totalmente inútil. La mejor consecuencia, en estos casos, es la reparación. Si nuestro hijo ha acosado a algún compañero, debe tratar, debe ser capaz de enmendar el daño. Ya que no podemos retroceder en el tiempo, darle la oportunidad al niño para que piense cómo puede compensar ese perjuicio, ese daño que ha causado, reportará muchos beneficios: se le otorga al pequeño un papel activo en ese proceso de reparación; se favorece, al mismo tiempo, la reflexión sobre lo que ha hecho; se le permite relacionarse de otra manera con la víctima; y, además, favorece la toma de conciencia de las consecuencias que tienen sus actos para los demás. En otras palabras, ha llegado el momento de trabajar con él la empatía: está claro que si nuestro hijo ha tratado reiteradamente mal a un compañero es porque no es cons-



Saber que el que acosa es tu propio hijo no resulta fácil de encajar



Acosar suele ser una manera de expresar su enfado por algo que está viviendo

LAS CLAVES

1 Controlar. Cuando descubrimos que el acosador es nuestro hijo es importante mantener cierto autocontrol emocional a la hora de reaccionar ante la noticia.

2 Escuchar. Hay que conocer la versión del niño para saber cómo ha vivido esa lamentable situación. Probablemente, él no sea consciente de la gravedad que conllevan sus actos.

3 Comprender. Debemos comprender -no justificar-, por qué actúa de esa manera.

4 Reparar. La reprimenda no suele funcionar, es mejor intentar reparar el daño.

5 Querer. Mostrar decepción, desprecio, no es una opción, ya que podemos transmitirles que les estamos retirando nuestro afecto.

ciente de cómo se siente el compañero acosado.

Incapacidad para expresarse

Fomentar la expresión de las emociones, aumentar el manejo de este tipo de vocabulario emocional, para que el niño y el adolescente puedan y sepan expresarse mejor, es vital, ya que, en demasiadas ocasiones, la agresividad se manifiesta por la incapacidad de expresar lo que se siente, por la imposibilidad de sentirse escuchado o porque sus emociones no son bien recibidas en su entorno familiar, educativo, social... Y, cuando hablamos de comunicación, de que el niño se sienta escuchado, nos estamos refiriendo a que se produzca un intercambio de información, lo que significa que debemos escucharlos, sí, pero también expresarnos. Por eso, conviene aumentar ese tiempo que dedicamos a comunicarnos con ellos, tratando siempre de que esa escucha sea activa.

Una forma de que nuestros hijos sean conscientes de lo que han hecho es escuchando cómo se ha sentido el compañero al que ha molestado, ya sea personalmente, por escrito... Y, cuando haya un arrepentimiento real, es preciso que vaya a disculparse y que muestre su empatía. E, insistimos, en cualquier caso, siempre debemos mostrarles nuestro apoyo, porque, nos guste o no, lo que ha hecho nuestro hijo es lo mejor que

ha sabido hacer. Nadie se comporta mal sabiendo que lo que está haciendo está mal, teniendo otras alternativas mejores. Cambiar su forma de comportarse no va a ser fácil y puede que se sienta solo, señalado y culpable. Por eso, va a necesitarlos. Y será muy positivo que estemos ahí.

Cuando nuestro hijo acosa debemos revisar la estructura educativa y familiar. La familia es un sistema complejo en el que se dan relaciones igualmente complejas, aprendidas de nuestras familias de origen, y de las que muchas veces no somos conscientes. Explorar nuestros valores, creencias sobre educación, la manera que estamos refiriendo a que se produzca un intercambio de información, lo que significa que debemos escucharlos, sí, pero también expresarnos. Por eso, conviene aumentar ese tiempo que dedicamos a comunicarnos con ellos, tratando siempre de que esa escucha sea activa.

Una forma de que nuestros hijos sean conscientes de lo que han hecho es escuchando cómo se ha sentido el compañero al que ha molestado, ya sea personalmente, por escrito... Y, cuando haya un arrepentimiento real, es preciso que vaya a disculparse y que muestre su empatía. E, insistimos, en cualquier caso, siempre debemos mostrarles nuestro apoyo, porque, nos guste o no, lo que ha hecho nuestro hijo es lo mejor que

Por: **Pilar López Laboria**
Asociación Aragonesa de Psicopedagogía

MIRÍADAX_

Cuando creas una oportunidad en cada horizonte, ya no tienes límites.

La educación digital es un pilar para Telefónica, por eso apostamos por Miríadax. La mayor plataforma de MOOCs, en español y portugués, impartidos por las universidades más prestigiosas de Iberoamérica. Más de 600 cursos online, abiertos y gratuitos, con certificaciones digitales.

¡Amplia tus horizontes actualizando tus conocimientos desde ya!

www.miriadax.net
Abrimos horizontes de conocimiento.

Movistar | Vivo | SON MARCAS DE TELEFÓNICA