

“Entender el sufrimiento”: ¿cómo pueden ayudar las familias a los hijos que sufren bullying?

15 septiembre, 2022



[@TeffyTello](#)

██████████, decidió a entrevistar a Carla Neila, psicóloga del Hospital Tagarelli de San Carlos quien brindó sugerencias para ayudar a las víctimas.

En el último año se duplicaron los casos reportados de bullying o acoso escolar: más de 12.000 niñas, niños y adolescentes por año lo sufren, según un informe desarrollado por la ONG Internacional “Bullying Sin Fronteras”.

Las cifras alarman, las historias conmueven y el corazón se paraliza cada vez que conocemos historias de niños, niñas, adolescentes y jóvenes que manifiestan no querer vivir más por tener que estar enfrentándose a un constantemente hostigamiento por parte de sus compañeros de clases.

Por tal motivo, y con el fin de ayudar a la prevención del acoso escolar y acercarles información valiosa a la comunidad y sobre todo a los padres y el entorno familiar, [REDACTED], decidió a entrevistar a **Carla Neila, psicóloga del Hospital Tagarelli de San Carlos.**

-Carla, ¿se han incrementado las consultas por bullying en el consultorio?

En los últimos meses han aumentado de manera significativa las derivaciones escolares o por demanda espontanea de parte de los padres.

-¿De qué manera pueden los padres darse cuenta de que sus hijos pueden estar sufriendo acoso?

Un chico que padece bullying se siente solo. Percibe además que es de alguna manera responsable de lo que sucede. La presión y la idea de que el problema está en sus manos o debería estarlo, y la obligación de no poder manejarlo lo angustia, y genera malestar. **También aparece la sensación de culpa.** Estas son formas y modos de recurrir al otro como un pedido incorrecto de ayuda. Se trata de un llamado de atención, una intención de que hagan algo con él.

A la mayoría de las consultas llegan los niños muy afectados desde lo psicológico. **Más que por el hecho en sí, porque perciben no sentirse creídos en lo que manifiestan o refieren.**

Formas de identificación de bullying.

-Es importante destacar que, en ciertos casos hay señales que suelen ser más evidentes en el contexto escolar.

-Exclusión social. "Con vos no quiero hacer grupo". "Vos sos feo o malo o gordo".

-Agresión física – psicológica – acoso verbal – propagación del rumor /chisme- actos por omisión.

- Modos específicos y negativos de relación con los integrantes de la familia
- Dificultades en el ámbito escolar.
- Problemas relacionados con la higiene del sueño.
- Cambios y alteraciones emocionales.
- Cambios de comportamiento y conducta.
- Dificultades para comer.
- Deseo o resistencia de asistir a clase.

Sugiero que en relación al regreso de la clase, los padres puedan observar materiales escolares: detectar si de forma recurrente vuelve sin ellos, o manifiesta haberlos perdido, o que algún compañero se los sustrae. O por el contrario si llega a casa con objetos que no son propios.

Además, observar si hay resistencia a asistir a reuniones de compañeros, cumpleaños, etc. O llamados reiterados a los padres con la intención de regresar de forma inmediata.

-¿Qué sugerencias le darías a los padres que a veces no tienen herramientas y no saben cómo enfrentarlo?

Entender el sufrimiento del hijo según la edad. No culpabilizar ni culpabilizarse, es decir, no se debería pensar en la escuela como ese lugar que gestó el problema. No enojarse con los hijos, con los docentes o con ellos mismos.

Es importante puntualizar que este tipo de situaciones que se originan entre dos o más son altamente complejas, dependen de más de una variable, y se entretajan en lo vincular. **Se puede trabajar desde la calma y el acompañamiento.** Comenzar por "creer", y **no transmitir inicialmente enojo o el malestar con el o los niños implicados o la escuela.**

Tampoco, hay que negar el hecho. Investigar sobre amistades y

grupos de pares que se encuentran acompañando a su hijo/a.

Tomar contacto de forma inmediata con el establecimiento escolar.

No reforzar conductas vengativas.

Pensar alternativas de tipo asertivas.

-¿Cuándo se debería hacer una consulta con un profesional de la salud mental?

Es importante trabajar desde la prevención. Frente a cualquier situación detectada, tanto en el ámbito familiar como escolar recurrir de forma inmediata para recibir asesoramiento, contención y orientación por parte de profesionales idóneos en el tema.

-¿Qué medidas prácticas existen para poder hacerle frente al bullying?

Al niño, niña, o víctima de hostigamiento, maltrato y agresión por sus compañeros es importante **correrlo del lugar de la culpa.**

Enseñarles que “solos” sin ayuda no puede modificar lo que les sucede ni mucho menos solucionarlo. Se deben brindarles estrategias de acompañamiento en la resolución del conflicto. Además, algo muy importante a tener en cuenta es que quien logró manifestar su dolor, pueda seguir confiando en el adulto en quien recurrió para contarle o pedir ayuda, ya sea el docente del aula, los padres, alguna persona significativa dentro del círculo familiar o comunitario que detectó el problema y realizó el primer acercamiento y escucha del caso,

Seguidamente, hay que demostrar que “hablar de sufrimiento” es el primer y más importante paso para poder luego manejar las emociones que la situación genera.

El rol del espectador es importante y se tiene que trabajar con sus grupos además que con la víctima.

Tenemos que **abordar las formas de relacionarse**. La importancia de detectar el equilibrio y el poder.