

Algunos puntos sobre "Acoso escolar".

- Ser buenos padres/madres es muy duro. Debemos aprovechar las muchas cosas que hacemos bien para premiarnos a nosotros mismos.
- Es muy positivo mantener contactos con las otras madres/padres y profesores (desde hablar por teléfono o al recoger/dejar a los niños, hasta organizar alguna chuletada u otras actividades); a través de ellos nos enteraremos de muchas más cosas sobre nuestros hijos que directamente de nuestros propios hijos.
- Las conductas que podamos definir como "acoso escolar" deben ser castigadas de forma rápida, proporcional, contundente y ejemplar.
- Cualquiera puede ser una víctima; cualquiera puede ser un acosador.
- Debemos buscar, premiar y difundir todas las conductas positivas, de solidaridad y de apoyo.
- Nuestros hijos necesitan que les pongamos límites y que les ejercitemos en la frustración y en la capacidad de aplazar las recompensas. Nosotros tenemos la autoridad, la experiencia y la fuerza más que suficientes para aplicar esas medidas.
- El grupo tiene una gran fuerza. Tiene que intervenir en las situaciones de acoso, recriminando al acosador y apoyando a la víctima. Los espectadores pasivos también colaboran en el acoso.
- Los profesores necesitan nuestro apoyo. Si en algo no estamos de acuerdo lo mejor es hablar con ellos en privado, y no criticarlos delante de nuestros hijos.
- Uno de los componentes de la prevención en el acoso escolar es educar la inteligencia emocional.
- Escuchar a nuestros hijos, sin corregir, ni juzgar, ni culpar, ni enseñar... solo escuchar. Atender a los cambios en sus costumbres (sueño, apetito, comunicación, juego, relaciones, ...).
- La víctima tiende a sentir vergüenza y culpa; se crea una "ley del silencio" entre todos los implicados.
- Hay que decirles claramente lo que está mal y lo que está bien, lo que se puede hacer y lo que no.
- Debemos evitar las etiquetas, tanto para acosadores como para víctimas.
- La baja autoestima es una característica que comparten los acosadores y las víctimas.

Extracto de la sesión organizada por la AMPA del Colegio Camino Largo con el psicólogo José Ángel López Fernández, para madres y padres de Infantil y Primaria los lunes 5 y 12 de Febrero de 2007.

AUTOR: José Ángel López Fernández
jalopez@cop.es
<http://www.cop.es/colegiados/T-00921/jal.htm>