

MOOC

Curso OnLine Masivo y Abierto



MEJORA DE LA CONVIVENCIA
Y PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

FAMILIAS

ÍNDICE

MÓDULO 1: COLABORACIÓN FAMILIA- ESCUELA

- 1. ¿CÓMO PUEDE COLABORAR LA FAMILIA A TRAVÉS DEL SISTEMA EDUCATIVO?**
 - 1.1 PROYECTO EDUCATIVO DE CENTRO.
 - 1.2 PLAN DE CONVIVENCIA.
 - 1.3 PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL.
 - 1.4 PLAN DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.
- 2. CAUCES DE COMUNICACIÓN Y PARTICIPACIÓN ENTRE LAS FAMILIAS Y EL CENTRO EDUCATIVO.**
 - 2.1 CAUCES DE PARTICIPACIÓN COLECTIVOS.
 - 2.2 CAUCES DE PARTICIPACIÓN INDIVIDUAL.
- 3. IMPORTANCIA DE LA ORIENTACIÓN FAMILIAR EN EL PROCESO ESCOLAR.**

MÓDULO 2: AYUDANDO A CRECER

- 1. FASES EVOLUTIVAS DEL NIÑO: DE LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL A SECUNDARIA.**
 - 1.1. ETAPA DE DESARROLLO EVOLUTIVO DE 3 A 6 AÑOS
 - 1.1.1. Desarrollo psicológico
 - 1.1.2. Desarrollo motor
 - 1.1.3. Desarrollo social
 - 1.2. ETAPA DE DESARROLLO EVOLUTIVO DE 6 A 12 años
 - 1.2.1. Desarrollo psicológico
 - 1.2.2. Desarrollo social
 - 1.3. ETAPA DE DESARROLLO EVOLUTIVO DE 12 A 16 años
 - 1.3.1. Desarrollo psicológico
 - 1.3.2. Desarrollo social
- 2. ESTRATEGIAS PARENTALES PARA FAVORECER UN DESARROLLO EQUILIBRADO**
 - 2.1. LA IMPORTANCIA DE PONER LÍMITES A LOS HIJOS
 - 2.1.1. Cómo establecer normas y límites
 - 2.1.2. Errores frecuentes
 - 2.2. LA IMPORTANCIA DE LA AUTORIDAD
 - 2.2.1. Cómo gestionar la autoridad
 - 2.2.2. Efectos del autoritarismo sobre los hijos

2.3. LA IMPORTANCIA DE FOMENTAR LA AUTONOMÍA EN LOS HIJOS

2.3.1. Cómo puede desarrollarse la autonomía

2.4. LA IMPORTANCIA DE DETECTAR SIGNOS DE ALARMA EN LOS HIJOS

3. CÓMO GESTIONAR LAS EMOCIONES Y MEJORAR SU COMPORTAMIENTO

3.1. IMPORTANCIA DE LAS EMOCIONES Y LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

3.2. REGULACIÓN EMOCIONAL

3.3. ESTRATEGIAS PARA GESTIONAR LAS EMOCIONES Y MEJORAR SU COMPORTAMIENTO

4. ESTILOS PARENTALES

4.1. ESCALA ESPA29 PARA EVALUAR LA SOCIALIZACIÓN FAMILIAR

MÓDULO 3: EDUCANDO PARA CONVIVIR

1. EDUCAR CONSTRUYENDO RELACIONES SANAS

2. LA CONVIVENCIA

2.1. DEFINICIÓN

2.2. ENFOQUE GLOBAL.

3. ACOSO ESCOLAR

3.1. DEFINICIÓN.

3.2. COMPONENTES.

3.3. TIPOS DE ACOSO.

3.4. PERFILES DE VÍCTIMAS Y ACOSADORES.

3.5. DIFERENCIAS EN FUNCIÓN DE LA EDAD Y EL SEXO.

3.6. CIBERACOSO.

3.7. CONDICIONES FAMILIARES QUE INCREMENTAN O REDUCEN EL RIESGO DE ACOSO.

4. TIPOS DE VIOLENCIA

4.1. VIOLENCIA ENTRE IGUALES.

4.2. LGTBIFOBIA.

4.2.1. Definiciones.

4.2.2. Nociones básicas sobre homosexualidad y transexualidad.

4.2.3. Orientaciones familiares.

- 4.3. VIOLENCIA DE GÉNERO.
 - 4.3.1. ¿Qué es la violencia de género?
 - 4.3.2. ¿Por qué se produce?
 - 4.3.3. ¿Cómo pedimos ayuda?
- 4.4. DELITOS DE ODIO
- 5. EDUCACIÓN PARA LA DIVERSIDAD

MÓDULO 4: EL PAPEL DE LA TECNOLOGÍA EN LA FAMILIA

- 1. LA FAMILIA Y EL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS
 - 1.1. BENEFICIOS Y RIESGOS DEL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS
 - 1.2. FACTORES DE RIESGO
 - 1.3. PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN DESDE LA FAMILIA
- 2. EL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS: TELEVISIÓN, TELÉFONO MÓVIL, VIDEOJUEGOS E INTERNET
 - 2.1. TELEVISIÓN
 - 2.2. TELÉFONO MÓVIL
 - 2.3. VIDEOJUEGOS
 - 2.4. INTERNET
- 3. USO RESPONSABLE DE LAS REDES SOCIALES
 - 3.1. REDES SOCIALES. SEGURIDAD Y PRIVACIDAD
 - 3.1.1. Principales redes sociales
 - 3.1.2. Claves para proteger la privacidad en las redes sociales.
 - 3.2. CIBERBULLYING
 - 3.2.1. Diferencias entre bullying y ciberbullying
 - 3.2.2. Prevenir el ciberacoso

Módulo 1.

COLABORACIÓN FAMILIA-ESCUELA



MEJORA DE LA CONVIVENCIA Y PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

MÓDULO 1: COLABORACIÓN FAMILIA- ESCUELA

- 1. ¿CÓMO PUEDE COLABORAR LA FAMILIA A TRAVÉS DEL SISTEMA EDUCATIVO?**
 - 1.5 PROYECTO EDUCATIVO DE CENTRO.
 - 1.6 PLAN DE CONVIVENCIA.
 - 1.7 PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL.
 - 1.8 PLAN DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

- 2. CAUCES DE COMUNICACIÓN Y PARTICIPACIÓN ENTRE LAS FAMILIAS Y EL CENTRO EDUCATIVO.**
 - 2.1 CAUCES DE PARTICIPACIÓN COLECTIVOS.
 - 2.2 CAUCES DE PARTICIPACIÓN INDIVIDUAL.

- 3. IMPORTANCIA DE LA ORIENTACIÓN FAMILIAR EN EL PROCESO ESCOLAR.**

1. ¿CÓMO PUEDE COLABORAR LA FAMILIA A TRAVÉS DEL SISTEMA EDUCATIVO?

La actual **Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, establece en su *Preámbulo II***, que la transformación de la educación, no depende solo del sistema educativo. Es toda la sociedad la que tiene que asumir un papel activo. La educación es una tarea que afecta a empresas, asociaciones, sindicatos, organizaciones no gubernamentales, así como a cualquier otra forma de manifestación de la sociedad civil y, de manera muy particular, a las familias. El éxito de la transformación social en la que estamos inmersos depende de la educación.

La realidad familiar en general, y en particular en el ámbito de su relación con la educación, está experimentando profundos cambios. Son necesarios canales y hábitos que nos permitan restaurar el equilibrio y la fortaleza de las relaciones entre alumnos y alumnas, familias y escuelas. Las familias son las primeras responsables de la educación de sus hijos y por ello el sistema educativo tiene que contar con la familia y confiar en sus decisiones.

Son de destacar los resultados del trabajo generoso del profesorado, familias y otros actores sociales, que nos brindan una visión optimista ante la transformación de la educación a la que nos enfrentamos, al ofrecernos una larga lista de experiencias de éxito en los más diversos ámbitos, que propician entornos locales, en muchos casos con proyección global, de cooperación y aprendizaje.

La participación activa de la familia es “el eje clave para la convivencia”. Quien participa opina, propone, piensa, analiza, critica, decide, interviene, respeta, ayuda, colabora y se responsabiliza. Se necesita una participación real, activa, no superficial, para que haya responsabilidad e implicación, motivación y sentido de pertenencia. Es preciso poder y saber participar concretando tiempos y espacios que la facilite y genere “estructuras estables”. La participación también es trabajar en equipo, informar e informarse, es luchar por una educación y sociedad mejor. **(Revista Convives Nº13).**

Una buena forma de participar en la vida educativa de los centros es informarse y conocer cómo se trabaja la mejora de la convivencia desde los distintos documentos de centro.

1.1. Proyecto Educativo de Centro

La acción conjunta del *Proyecto educativo* es el *ámbito privilegiado*, donde se han de vivir los comportamientos y valores que han de “impregnar” una cultura democrática en la vida escolar. Como tal, debe promover *procesos* (diálogo, deliberación, toma de decisiones colegiadas) en el centro y en el aula, donde la participación activa, en la resolución de los problemas de la vida en común, contribuya a crear los correspondientes hábitos y virtudes cívicas.

Aprender a convivir es un proceso, un modo de interacción entre compañeros. En ese espacio se inscribirá, por tanto, la regulación de la convivencia, mediante el *Plan de Convivencia*.

En esta perspectiva, es preciso que el Proyecto de Centro sea un referente para una acción coordinada, un proceso por el que los miembros, junto a las familias, explicitan, consensuan y determinan los principios, normas y valores propios que van a guiar de modo compartido la acción educativa de un centro escolar. Como tal, requiere un largo proceso inmerso en el desarrollo institucional del centro, generando formas de trabajo para revisar los elementos subyacentes en las prácticas educativas cotidianas, repensar lo que se podría/debería cambiar y entenderse en los planes de acción.

La estructura institucional u organizativa de un centro escolar proporciona un conjunto de tareas, procesos y significados en la vida diaria que están promoviendo una determinada convivencia. El aprendizaje de valores y actitudes exige, entonces, experienciarlos en la *trama organizativa de la escuela*, por lo que hay formas de organización que institucionalizan mejor educar para una convivencia respetuosa y amable. El establecimiento escolar puede ser un ámbito de reflexión individual y colectiva que permita construir, de modo racional y autónomo, principios generales de valor y ejercitar normas de conducta contextualizadas, para ir capacitando al alumno a adoptar un tipo de conductas personales coherentes con esos principios. No obstante, los alumnos y alumnas no sólo aprenden la convivencia practicándola en la escuela y aulas, sino también observando los comportamientos y relaciones en el mundo adulto y familiar.

Una educación basada en las competencias sociales pretende habituar a las personas a actuar de modo consistente con las normas y valores que se estiman deseables promover, posicionando a los alumnos/as en situaciones en las que puedan sentir y vivir las normas acordes; en suma, familiarizarse con modos de conducta que promuevan efectivamente una educación en valores y actitudes. Es preciso partir de unas normas, tras un largo proceso – ya de por sí educativo – para establecer un consenso acerca de su deseabilidad en la comunidad educativa, y hacerlas respetar, de tal modo que su repetición y posterior corrección permita ir generando los hábitos deseados y la educación verdaderamente contribuya a formar el carácter. Es la configuración del centro escolar como un grupo que comparte normas y valores la que provoca una genuina convivencia democrática, lo que exige una acción conjunta a través de un proyecto.

La creación de un ambiente y de unas condiciones de trabajo que favorezcan a su vez un buen trabajo en las aulas y de convivencia en los centros es algo que depende de los equipos directivos. Por eso, si bien otros factores y variables tienen su incidencia, la función del equipo directivo se convierte en un “catalítico” en la mejora de los centros educativos, especialmente en la promoción y gestión de la convivencia. Tal y como se refleja en el **artículo 132 de la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa** es competencia del director impulsar la colaboración con las familias, con instituciones y con organismos que faciliten la relación del centro con el entorno, y fomentar un clima escolar que favorezca el estudio y el desarrollo de cuantas actuaciones propicien una formación integral en conocimientos y valores de los alumnos y alumnas.

➤ *Más información:*

<http://www.educa2.madrid.org/web/convivencia/recursos>

1.2. Plan de Convivencia

Los trabajos en convivencia escolar en los centros educativos tienen básicamente dos modalidades de desarrollo. En los colegios de Educación Infantil y Primaria suelen iniciarse como proyectos de centro o como pequeñas iniciativas de equipos de docentes que desembocan en proyectos de centro; en los institutos trabajan las vías mencionadas pero también la que se aborda desde el departamento de orientación, a través del plan de acción tutorial, y mediante el liderazgo de procesos de cambio en la gestión y resolución de la heterogeneidad de los conflictos que se desarrollan en el seno escolar.

La diferenciación de las citadas vías está más vinculada a la existencia estable en el centro de profesorado de orientación escolar, que a la atribución de una responsabilidad funcional, pero nunca ensombreciendo el relevante liderazgo y las aportaciones a la mejora de la convivencia que muchos profesores y profesoras de otras especialidades están desarrollando en los colegios e institutos.

La construcción del *Plan de Convivencia*, dentro del Proyecto Educativo de Centro, supone establecer vías, consensos y compromisos para asumir un proyecto global de educación. Se trata de *hacer de la escuela un proyecto*, como acción educativa común en permanente revisión, más que un “proyecto para la escuela”, como documento. En este caso, se intenta dotar de un conjunto de criterios – construidos o consensuados – para llevar a cabo la convivencia (Bolívar, 2007).

El **Plan de Convivencia**, por tanto, es el *documento que recoge un conjunto de objetivos y medidas encaminadas al respeto y aceptación de la diversidad, tolerancia y no discriminación, colaboración y ayuda mutua. Los centros docentes fomentarán la convivencia entre los miembros de la comunidad educativa a través de planes integrales de actuación, que contemplen la prevención de las situaciones conflictivas, la resolución pacífica de aquellos conflictos que puedan producirse y, en su caso, el tratamiento y rehabilitación del alumnado cuyo comportamiento suponga un desajuste respecto a las normas de convivencia del centro.* Entre estas medidas destacamos:

- ♦ **El programa de mediación**, que es un método estructurado de resolución de conflictos en el que una tercera parte asiste a las personas en conflicto escuchando sus preocupaciones, facilitando la comunicación y ayudándoles a negociar. Los mediadores intentan ayudar a las partes a crear soluciones en las que ambas personas resultan ganadoras. Aunque la persona mediadora se hace cargo del proceso, las partes mantienen la capacidad de tomar decisiones respecto a la solución del conflicto. Un programa de mediación escolar supone crear y desarrollar en el centro educativo un servicio de mediación para la resolución colaborativa y pacífica de conflictos en el que pueden participar como mediadores y cómo usuarios los diferentes colectivos de la comunidad escolar (alumnado, profesorado, personal no docente, padres y madres,...).

Hay distintos tipos de mediación:

1. **El modelo vertical:** La mediación realizada por adultos en la escuela, habitualmente por docentes y miembros del equipo directivo, también conocida como modelo de mediación vertical es, quizá, la forma más sencilla de ser aplicada. Estas personas reciben un entrenamiento específico en mediación y emplean el proceso como una herramienta más en su quehacer educativo en el centro escolar. Como mediadores, los adultos asisten a los alumnos en el proceso de examinar las percepciones y sentimientos que cada una de las partes tiene del problema, así como en la búsqueda de las posibles soluciones, y en la

adopción de acuerdos que satisfagan mejor las necesidades de ambas partes.

2. **El modelo horizontal:** la mediación entre compañeros. La característica fundamental de estos programas de mediación es que los propios compañeros de las partes en conflicto son los mediadores. Así, si son dos alumnos los que tienen el conflicto, los mediadores serán, también, alumnos y si el conflicto se produce entre un alumno y un docente, los mediadores serán, igualmente, un miembro del alumnado y otro del profesorado. El equipo de mediadores se selecciona entre el alumnado y, en su caso, el profesorado, y recibe un entrenamiento específico para asumir esta tarea.
3. **El modelo de patio de recreo.** El alumnado, cuando tiene un conflicto durante los recreos o en el comedor, puede recurrir, en ese mismo momento, a un compañero mediador o a un adulto para pedir su asistencia en el conflicto. Esta mediación, de carácter más informal y más corta, se produce en ese mismo momento y lugar. Este tipo de mediación suele realizarse en educación primaria. El “modelo de patio” puede ser vertical u horizontal. En este último caso, los alumnos mediadores suelen llevar una prenda (banda en el brazo, pañuelo,...) que les identifica como tales y se organizan turno de manera que cada día solo algunos alumnos/as mediadores están “de servicio”.
4. **El modelo derivado.** El modelo derivado, más propio de Educación Secundaria, es una intervención más formal en la que se suceden una serie de fases para que un conflicto sea, finalmente, abordado a través del servicio de mediación del centro. En un primer momento, el conflicto es remitido al servicio de mediación por un docente, directivo o alumno; a continuación, las personas coordinadoras del servicio de mediación se reúnen, por separado, con las partes protagonistas del conflicto, para informarse sobre el mismo y para ofrecerles la posibilidad de acudir a mediación; si las partes aceptan mediar, se asignan los mediadores al caso y se organiza la mediación; unos días después, se desarrolla el proceso de mediación y finalmente, más adelante, se realiza un seguimiento y una evaluación de su resultado.

La efectividad de este marco orientador dependerá – por tanto – de que se traduzca en decisiones en la vida diaria en el aula y en el centro escolar. La acción en el aula deberá precisamente potenciar e implementar aquellos aspectos decididos y asumidos colegiadamente previamente a nivel de escuela.

Es función de cada centro educativo consensuar y llegar a un acuerdo, para determinar después, en su respectivo *Plan de Convivencia*, materializado en el **Reglamento de Régimen Interior (normas de organización y funcionamiento)** qué valores, actitudes y normas van a ser los principios rectores de la educación, cómo se van a vivir o van a ser llevados en la práctica.

El **Reglamento de Régimen Interior**, es definido como el *documento que recoge la norma interna del centro en la que se concretarán los derechos y deberes del alumnado y de los demás miembros de la comunidad educativa y donde se establecerán las normas de organización y funcionamiento del centro, entre las que habrán de figurar aquellas que garanticen el cumplimiento del Plan de Convivencia.*

Las normas recogidas en el Reglamento de Régimen Interior serán de carácter educativo y deberán contribuir a crear el adecuado clima de respeto, así como de responsabilidad y esfuerzo en el aprendizaje, necesarios para el funcionamiento de los centros docentes. Será elaborado con la participación efectiva de todos los sectores de la comunidad educativa y aprobado por el Consejo Escolar del centro.

Conocer su contenido permite a las familias, entender el funcionamiento y la organización del centro donde se encuentran escolarizados sus hijos, y en qué aspectos pueden participar con carácter más activo.

➤ *Se puede ampliar este apartado con la información ofrecida por el Servicio de Inspección Educativa:*

<http://www.educa2.madrid.org/web/protocolo-acosoescolar/el-plan-de-convivencia-del-centro>

1.3. Plan de Acción Tutorial

En relación directa con el Plan de Convivencia, debemos abordar el **Plan de Acción Tutorial** que es el marco en el que se especifican los criterios y procedimientos para la organización y funcionamiento de las tutorías. En él se incluyen los objetivos y líneas de actuación que a lo largo del curso los tutores irán desarrollando con los alumnos de ese centro. Es en este documento donde se pueden concretar y desarrollar en gran medida las actividades y programas establecidos en el Plan de Convivencia.

Por otro lado, ejercer la acción tutorial en su más amplio sentido permite el conocimiento de los alumnos y mejora la receptividad del tutor, tanto ante la petición de ayuda por parte de posibles víctimas, como ante la comunicación de cualquier otro alumno sobre situaciones conflictivas.

Es el *tutor*, asesorado por el orientador del centro, el responsable imprescindible del Plan de Acción Tutorial y de la promoción de un modelo de estar, ser, compartir y convivir. Esta tarea será articulada mediante:

1. Desarrollo de actividades concretas y específicamente diseñadas para que los alumnos tomen conciencia de sí mismos, de sus virtudes y sus defectos, y aprendan a quererse tal y como son; comprendan que sus acciones despiertan determinados sentimientos y emociones hacia los que les rodean; sepan ponerse en el lugar de los demás; actividades que fortalezcan la cohesión de grupo y actitudes de empatía: , como lo son los debates, material de vídeo, actividades cooperativas, etc., que escuchen, respeten, confíen y, en definitiva, se lleven bien con sus compañeros/as.

2. Necesidad de que en las actividades ordinarias de aula se oferte la oportunidad de que estas habilidades y estrategias sociales se pongan en práctica a través del fomento de estructuras sociales de participación diversa y comunicativa, que primen el contacto y el intercambio sobre el silencio.
3. El profesor, como tutor, deberá realizar un seguimiento individual de cada uno de los alumnos de su grupo, tanto en el proceso de aprendizaje, como en su desarrollo personal e integración con el grupo clase del que forma parte.

<http://www.educa2.madrid.org/web/protocolo-acosoescolar/el-plan-de-accion-tutorial>

1.4. Plan de Atención a la Diversidad

La atención a la diversidad es uno de los grandes retos para el sistema educativo y, en concreto, para los centros escolares, ya que requiere el ajuste de la intervención educativa a las necesidades reales del alumnado para asegurar una acción educativa de calidad.

Entendemos por diversidad las diferencias que presenta el alumnado ante los aprendizajes escolares, diferencias en cuanto a aptitudes, intereses, motivaciones, capacidades, ritmos de maduración, estilos de aprendizaje, experiencias y conocimientos previos, entornos sociales y culturales, etc. Estos aspectos conforman tipologías y perfiles en el alumnado que deben determinar, en gran medida, la planificación y la acción educativa.

El **Plan de Atención a la Diversidad**, por tanto, es el *documento que recoge el conjunto de medidas organizativas y curriculares tendentes a conseguir la inclusión, la integración escolar, la normalización y la atención individualizada de alumnado con necesidades educativas especiales, ya sea de origen individual, social o cultural, así como la atención a las demandas del resto del alumnado, sectorizando la respuesta educativa*. Para aumentar su efectividad, es necesario que las familias estén al corriente de las mismas y sean partícipes.

Además, desde el centro educativo, antes de llevar a cabo ninguna intervención pedagógica, se tiene que tener en cuenta que algunas familias ante las Necesidades Especiales de sus hijos pasan por una serie de fases o periodos que son considerados normales y sanos dentro del proceso de aceptación de las dificultades y necesidades de sus hijos pero que, sin duda, necesitan del respaldo y apoyo del centro educativo para ir caminando hacia un proyecto común por el bienestar y la educación de sus hijos.

Estas fases son:

- **Fase de rechazo** (Destacamos en esta fase tres posibilidades diferentes):
 - Cuando a una familia **se le anuncia que van a tener un niño con discapacidad**, la familia recurrirá a sus experiencias y estereotipos anteriores e irán elaborando la realidad del niño y la suya. En esta fase la familia experimenta sentimientos de rechazo, miedo, impotencia, culpabilidad, se produce un auto-cuestionamiento, se generan conflictos en la pareja, etc. En ese momento es fundamental para los padres sentirse aceptados incluso con sentimientos que pueden avergonzarles, poder desahogarse y también tener acceso, poco a poco, a orientaciones prácticas sobre el qué hacer.

- Otro punto de partida es **cuando se detecta con posterioridad o han existido síntomas de sospecha**. Cuando por fin se recibe un diagnóstico, diríamos que el choque inicial puede ser menor pues estuvo precedido de expectativas.
- Otro caso muy diferente es el de **padres con discapacidad** que, en ocasiones, han asumido que su hijo pueda presentar una discapacidad similar a la suya.

- **Fase de aceptación**

A partir de este momento, comienza un peregrinaje de consultas de especialistas a especialistas. En busca de otro diagnóstico, la visión de otro médico, resolver dudas; en cualquier caso, los padres aprenden a relativizar el conocimiento de los profesionales, valorando su conocimiento como padres hacia sus hijos. Al alcanzar esa relativización, la familia inicia el camino hacia la recuperación del equilibrio del sistema familiar. Ese equilibrio parece alcanzarse cuando la familia tiene una relación fluida y satisfactoria con su entorno y cuando cada uno de sus miembros obtiene la razonable respuesta a sus necesidades.

- **Fase de autonomía**

Un último aspecto que hay que considerar en el proceso de aceptación de las personas con discapacidad, es que la familia se configure como un entorno positivo de ayuda mutua e interacción entre los miembros, protegiéndose pero respetando el desarrollo personal de cada uno de ellos.

- **Variables que influyen en el proceso de aceptación de la discapacidad**

Para finalizar este apartado, referenciamos las variables influyentes en el desarrollo de las familias hasta lograr la aceptación y la productividad de las personas que la integran, en **Scorgie y Wilgosh, 1998**, nombradas por **F. Fantova Azkoaga**

- **Variables familiares** como el status socioeconómico, la cohesión, el ánimo, las habilidades y creatividad para la resolución de problemas, los roles y responsabilidades y la composición.
- **Variables relacionadas con los padres** como la calidad de relación de pareja, en qué se fija la familia, a qué le da importancia, la estima y cuestiones de tiempo y horario.
- **Variables del niño** como el grado de la discapacidad, la edad, el género o el temperamento.
- **Variables externas** como actitudes sociales estigmatizadoras apoyos de la red social y colaboración con profesionales.

Conocer la realidad funcional y estructural de la familia, permite adentrarnos en las formas más apropiadas de colaboración y relación con el centro educativo.

2. CAUCES DE COMUNICACIÓN Y PARTICIPACIÓN ENTRE LAS FAMILIAS Y EL CENTRO EDUCATIVO.

La intervención de las familias en la vida de los centros educativos, se debe reflejar, en numerosos aspectos, que comienzan desde la elección del centro educativo donde quieren escolarizar a sus hijos, hasta el derecho a la información y el asesoramiento sobre su proceso de enseñanza y aprendizaje; pasando por la elección de modalidades de enseñanza, la consulta sobre la aplicación de los programas de mejora de aprendizaje o los compromisos educativos entre las familias y los centros para el desarrollo del rendimiento de los alumnos.

Partimos de la idea de **Costa Borrás, M. y Torrubia Beltri, R.**, al considerar que es condición imprescindible que en los equipos docentes exista una actitud favorable, decidida y sin prejuicios hacia una escuela participativa y abierta al intercambio. Los padres, por su parte, deben adquirir un compromiso mínimo de participación al incorporarse a la escuela teniendo siempre presente que los docentes son profesionales, respetando el liderazgo del equipo docente y la calificación técnica del profesorado.

La adecuada interacción familia y escuela es uno de los pilares básicos sobre los que asentar una educación de calidad. La labor educativa empieza siempre en la familia. Educadores y maestros han de compartir con ella esa responsabilidad, completando y ampliando las experiencias formativas que los niños han adquirido en el marco familiar.

La comunicación y la coordinación permanente con las familias es imprescindible si se pretende que la acción educativa tenga resultados valiosos. Los valores educativos y los aprendizajes que se promueven desde la institución escolar llegan a integrarse sólidamente en la vida infantil cuando se produce una continuidad entre el hogar y la escuela.

Resulta especialmente necesario que el equipo docente busque la manera más adecuada a cada contexto de dar a conocer y compartir con las familias el modelo educativo. Para ello es esencial el diálogo, la comunicación y el establecer cauces y formas de participación de las familias en el centro y de relación entre padres y educadores. En este sentido las tecnologías ofrecen nuevas posibilidades para que las familias obtengan y aporten información, por ejemplo, a través de las páginas Web de los centros escolares. Conocer las características de cada familia y algunos de sus referentes culturales, facilitará una mejor colaboración y redundará en un mejor desarrollo de niños y niñas

Las relaciones con las familias deben planificarse cuidadosamente debiéndose procurar un progresivo acercamiento y participación de los padres en la vida del Centro. A continuación, abordaremos las diferentes formas de participación: colectiva e individual.

2.1. Cauces de participación colectivos

Los cauces de colaboración colectivos responden a las asociaciones creadas por los propios padres o las existentes normativamente. Estas son:

- Las reuniones generales.
- Los Consejos Escolares de los Centros educativos.
- Las Asociaciones de Padres y Madres de alumnos.

Con estos cauces de participación se pretenden los siguientes objetivos:

- Intercambio de experiencias.
- Aumentar el conocimiento mutuo y reflexivo.
- Favorecer la divulgación de información de interés común.
- Favorecer la participación en las tareas de gestión del centro.

Reuniones generales

Las reuniones generales se encuentran reguladas por la **Orden de 29 de junio de 1994, reformada por la O. de 29 de febrero de 1996 artículo 12**, *"durante el curso se celebrarán, al menos, tres reuniones con el conjunto de padres y una individual con cada uno de ellos"*.

- La reunión de inicio de curso tiene como finalidad conocer a las familias, explicarles la dinámica de trabajo, la metodología, los cauces de participación, los hábitos que deben seguir sus hijos en la familia. Es una toma de contacto para conocer las inquietudes de los padres, sus expectativas y sus preocupaciones.
- Las reuniones celebradas a lo largo del curso, tienen como finalidad informar sobre la evolución del grupo e ir tomando decisiones de mejora.
- La reunión de final de curso tiene como finalidad informar de la trayectoria realizada a lo largo del curso, las dificultades de aprendizaje detectadas o las sugerencias para el próximo curso. También se les informa de los libros más adecuados en el caso de necesitar refuerzo, libros para mantener los aprendizajes o simplemente de lectura.

Consejo Escolar del Centro

El Consejo Escolar de los Centros docentes públicos es el órgano de participación de los diferentes sectores de la comunidad educativa.

La actual Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, conserva la presencia de los padres en el Consejo Escolar de los centros sostenidos con fondos públicos que, junto con los representantes del alumnado, no podrá ser inferior al tercio del total de los componentes del Consejo.

Dentro de sus funciones destacamos:

- Aprobar y evaluar la programación general anual del centro sin perjuicio de las competencias del Claustro de profesores, en relación con la planificación y organización docente.
- Conocer las candidaturas a la dirección y los proyectos de dirección presentados por los candidatos.
- Participar en la selección del director del centro. Ser informado del nombramiento y cese de los demás miembros del equipo directivo. En su caso, previo acuerdo de sus miembros, adoptado por mayoría de dos tercios, proponer la revocación del nombramiento del director.
- Decidir sobre la admisión de alumnos.

- Conocer la resolución de conflictos disciplinarios y velar porque se atengan a la normativa vigente. Cuando las medidas disciplinarias adoptadas por el director correspondan a conductas del alumnado que perjudiquen gravemente la convivencia del centro, el Consejo Escolar, a instancia de padres o tutores, podrá revisar la decisión adoptada y proponer, en su caso, las medidas oportunas.
- Proponer medidas e iniciativas que favorezcan la convivencia en el centro, la igualdad entre hombres y mujeres y la resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social.
- Analizar y valorar el funcionamiento general del centro, la evolución del rendimiento escolar y los resultados de las evaluaciones internas y externas en las que participe el centro.
- Elaborar propuestas e informes, a iniciativa propia o a petición de la Administración competente, sobre el funcionamiento del centro y la mejora de la calidad de la gestión, así como sobre aquellos otros aspectos relacionados con la calidad de la misma.

Asociaciones de Padres y Madres de Alumnos (AMPAS)

Las Asociaciones de Padres y Madres de Alumnos son organizaciones reconocidas dentro del proceso educativo que garantiza la libertad de asociarse para colaborar y participar así, en las tareas educativas del centro de enseñanza al que asistan sus hijos.

Están reguladas normativamente por:

- El artículo 5 de la Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio, reguladora del Derecho a la Educación (LODE), garantiza la libertad de asociación de padres de Alumnos.
- El artículo 5 del Real Decreto 1533/1986, de 11 de julio, por el que se regulan las Asociaciones de Padres de Alumnos y en dónde se especifican sus finalidades:
 - Asistir a los padres o tutores en todo aquello que concierne a la educación de sus hijos o pupilos.
 - Colaborar en las actividades educativas de los centros.
 - Promover la participación de los padres de los alumnos en la gestión del centro.
 - Asistir a los padres de alumnos en el ejercicio de su derecho a intervenir en el control y gestión de los centros sostenidos con fondos públicos.
 - Facilitar la representación y la participación de los padres de alumnos en los consejos escolares de los centros públicos y concertados y en otros órganos colegiados.
 - Cualesquiera otras que, en el marco de la normativa a que se refiere el artículo anterior, le asignen sus respectivos estatutos.

- En el Artículo 118. 3 y 4 la Ley Orgánica de Educación establece que:
 - Las Administraciones educativas fomentarán, en el ámbito de su competencia, el ejercicio efectivo de la participación de alumnado, profesorado, familias y personal de administración y servicios en los centros educativos.
 - A fin de hacer efectiva la corresponsabilidad entre el profesorado y las familias en la educación de sus hijos, las Administraciones educativas adoptarán medidas que promuevan e incentiven la colaboración efectiva entre la familia y la escuela.

De entre las actividades que realizan las AMPAS vamos a destacar las Comisiones de trabajo y encuentro y las Escuelas de Padres:

◆ **Comisiones de trabajo y encuentro:**

Se pueden distinguir diferentes tipos de actuaciones, tales como:

- La conferencia coloquio.
- La exposición de materiales o documentos, que puede servir para la estimulación de la reflexión.
- La mesa redonda es un buen sistema para enriquecer los puntos de vista.
- Un curso específico puede ayudar a analizar determinados aspectos que requieran un trabajo continuado en base a ejercicios prácticos como el role-playing, realización de tareas en casa, revisión y discusión de los resultados, etc.
- Una sesión de video-forum, representación dramática o visionado de escenas especialmente diseñadas para ello.
- Las visitas colectivas pueden aportar no sólo conocimiento directo sino también vinculación de las familias a estas entidades.
- Los materiales escritos pueden aportar elementos de información y reflexión a un amplio sector de padres y madres.
- El aprovechamiento de las tecnologías de la información y comunicación puede facilitar, otra forma de acceso a actividades de formación.

◆ **Escuelas de padres:**

Las escuelas de padres son creadas a partir del interés y necesidades del colectivo de padres. Son, por tanto, un plan sistemático de formación para padres en aspectos psicopedagógicos y ambientales. Cuyos objetivos son:

- Permitir ser un cauce de colaboración para los padres en la educación de sus hijos.
- Potenciar el uso de la comunicación y el diálogo como medio y recurso de solución de problemas.

- Favorecer la participación de la familia en el centro escolar.
- Ofrecer pautas de una vida familiar sana.
- Gestionar adecuadamente el comportamiento intrafamiliar.
- Desarrollar una sensibilidad coherente, racional y efectiva en los padres hacia las necesidades sociales y emocionales de sus hijos.
- Dar a conocer y ofrecer el empleo de los recursos de la comunidad y el contexto educativo.

2.2. Cauces de participación individual

Todas las estrategias y cauces que se utilicen, tienen sus ventajas e inconvenientes, por eso es necesario elegirlos y evaluarlos en función de los objetivos que se pretendan perseguir y de los criterios participativos. A continuación, vamos a mencionar los cauces de participación individuales.

Contacto informal diario

Entendemos por contacto informal diario la llegada del niño al centro y su salida. Son dos momentos importantes y facilitadores para la relación familia-escuela; aunque es preciso por parte de las familias y por el buen funcionamiento del centro, que se haga uso de él solo cuando sea imprescindible.

- Se transmite información puntual de padres a maestros/profesores y viceversa sobre cosas u hechos concretos que han sucedido y pueden condicionar el estado del alumno en el centro (enfermedad el día anterior, citas médicas...etc.).
- El contacto diario aporta confianza y establece la comunicación. No debe sustituir a otros encuentros más profundos o formales y estructurados como la entrevista o las reuniones.
- Hay otros modos de comunicación como son las notas escritas en las agendas o las circulares del centro, que son muy importantes, pero en ningún caso deben sustituir la comunicación física.

Reuniones individuales o Entrevistas

Las reuniones reguladas por la **Orden de 29 de junio de 1994**, y reformada por la **O. de 29 de febrero de 1996 artículo 12**, establece que *"durante el curso se celebrarán, al menos, tres reuniones con el conjunto de padres y una individual con cada uno de ellos"*.

Las antiguas “tutorías express” o “mono-direccionales”, para informar solo de los resultados negativos o entregar notas, no contribuyen ni fomentan la participación de las familias, ni mejoran el proceso de aprendizaje de los alumnos, ni la convivencia. Por ello, dichas entrevistas tienen que reflejar encuentros de relación positiva entre ambas partes, teniendo como proyecto común la mejora socio-afectiva y académica del alumnado. La entrevista debe ser considerada como una herramienta imprescindible para abordar las dificultades y/o informar a la familia. Se trata de una conversación directa entre dos o más personas en la que se fijan objetivos previos de solucionar problemas, aliviar una situación, informar u obtener información para el estudio o investigación de un caso.

Según el momento en el que se realice la entrevista será denominada:

- Inicial: presentación, propuestas de trabajo.
- De proceso: formativa y toma de decisiones.
- Final: de cierre y propuestas de trabajo.

Es esencial para el recuerdo y análisis de los datos cualitativos y acuerdos alcanzados, que el contenido de la entrevista quede registrada por el tutor, cuya custodia forma parte del expediente personal del alumno y de uso por parte de los profesionales que trabajen o vayan a trabajar con el alumno.

Informes individuales

Estos informes, suelen utilizarse especialmente con los alumnos con necesidades educativas especiales, ya que en ellos se refleja su evolución académica y personal respecto a los objetivos planteados de forma más cualitativa y concreta.

3. IMPORTANCIA DE LA ORIENTACIÓN FAMILIAR EN EL PROCESO ESCOLAR

En muchas ocasiones los periodos de decisión y transición son etapas en las que el alumnado se aleja de la familia. Con un sistema de orientación de calidad, padres, tutores y familiares están involucrados en el proceso de decisión y reciben apoyo, refuerzo y mayor información por parte de la escuela mediante una colaboración activa por ambas partes.

Para su alcance es necesaria la implicación de todos los agentes vinculados, desde el propio centro (docentes, tutores, orientadores, equipo directivo) hasta el mundo empresarial (cámaras de comercio, asociaciones, servicios de empleo, sindicatos), y por supuesto el alumno.

La calidad pasa por un modelo integrador:



Todos los agentes deben implicarse en las distintas dimensiones de la orientación: la clase, las actividades extracurriculares, las relaciones entre centro y empresa, así como la cooperación entre los centros.

En relación con la orientación familiar, partimos de la idea de que es la actividad encaminada a fomentar la competencia familiar con objeto de fortalecer el vínculo entre sus miembros.

La **International Union of family Organization (París, 1954)** define la orientación familiar como *“Toda actividad que tiende a fortalecer y estabilizar el conjunto de las relaciones matrimoniales y familiares”*. Por su parte, **Ríos (1994)** la define como *“El conjunto de técnicas encaminadas a fortalecer las capacidades evidentes y las latentes que tienen como objetivo el fortalecimiento de los vínculos que unen a los miembros de un mismo sistema familiar con el fin de que resulten sanos, eficaces y capaces de estimular el progreso personal de los miembros y de todo el contexto social que los acoge”*.

Es fundamental que los padres, madres o tutores legales desde la convivencia en el hogar contribuyan a mejorar la comunicación con los profesores y participen en las actividades educativas iniciadas en los centros escolares.

Hay que ser conscientes, de que las familias son el primero y más privilegiado entorno en el que las personas se desarrollan. La participación de las mismas en las actividades educativas, contribuirá a dar continuidad a las acciones iniciadas, unificar formas de actuar y de respuesta ante las necesidades de los alumnos.

Desde la orientación se prioriza que la formación educativa vaya más allá de la instrucción, y contribuya a formar personas respetuosas, con capacidad para tomar decisiones y participar de forma responsable como ciudadano.

En este sentido, son varios los objetivos que el papel de las familias deber perseguir:

- **Favorecer la capacidad de toma de decisiones.** Es beneficioso, para su desarrollo personal, que los padres hablen de sus sentimientos y emociones para que así los hijos aprendan a hacerlo con los suyos.
- **Favorecer la capacidad de pensar.** Se debe ser coherente con los mensajes que se dan y con las acciones que se llevan a cabo.
- **Favorecer la capacidad de relacionarse.** Acudir a lugares con otros niños, o abrir tu casa para que los niños vayan y se relacionen fuera de la escuela.
- **Favorecer su autonomía.** Los hijos tiene que sentirse responsables y autónomos en la medida que les corresponda por edad, por lo que es aconsejable que los padres otorguen dichas responsabilidades confiando en ellos. Además en necesario que los padres apliquen límites sin temor y con mucho amor.

La mejor Orientación Profesional que se puede ofrecer a los hijos en Educación Primaria, es que adquieran junto al hábito y el gusto por el estudio, la capacidad para trabajar con otros, unos sólidos valores humanos y el manejo fluido de las materias instrumentales básicas (lengua, matemáticas y lengua extranjera) que serán los cimientos sobre los que tendrán que construir otros aprendizajes más específicos durante el resto de su escolarización. Una experiencia rica y variada en la familia y en la escuela le facilitará el desarrollo de todo su potencial personal de aprendizaje, tal y como nos pone de manifiesto en la *Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner*.

LLAMADA A LA ACCIÓN

1. ¿Conoces tu AMPA? ¿Tienen web? ¿Dónde y cuándo se reúnen? ¿Por qué no intentas acercarte a ellos si aún no lo has hecho? Y si ya estás en el AMPA ¿te animas a recomendarles a otros miembros este MOOC o alguno de sus contenidos?

MATERIAL COMPLEMENTARIO

❖ **Escuela de Padres:**

<http://ficus.pntic.mec.es/spea0011/ptsc/ep2.pdf>

❖ **Programa de mediación:**

http://www.eskolabakegune.euskadi.eus/c/document_library/get_file?uuid=a03764ed-f2bc-4947-9871-22db2c0e8e14&groupId=2211625

❖ **¿Cómo orientar profesionalmente a tu hijo? Manual práctico para padres. Fundación Bertelsmann y Universidad Pontífica Comillas. Barcelona.**

https://www.fundacionbertelsmann.org/fileadmin/files/Fundacion/Publicaciones/guia_padres2_web.pdf

❖ **Guías informativas y orientativas.**

Acoso Escolar. Guía para padres y madres. CEAPA.

La participación de las familias en la educación escolar.

BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez, M. J. y Pérez Gil, R. (1997). Manual de grupos de formación. Programa de apoyo a familias. Madrid: FEAPAS.
- Bisquerra Alzina, R. (2008). Educación para la ciudadanía y convivencia. El enfoque de la educación emocional. Madrid: Wolters Kluwer.
- Costa Borràs, M y Torrubia Beltri, R. Relación familia-escuela: una asignatura pendiente en muchos centros educativos. Universitat Autònoma de Barcelona
- Freixa, M. y Pastor, C. (coord.) (1995). Familia e intervención en las necesidades educativas especiales. Barcelona: AEDES.
- González-Pérez, J. (coord) (2002) Necesidades Educativas Especiales e intervención psicopedagógica, V I y II. Madrid: Alcalá de Henares.
- Miñán Espigares, A. (coord) (2003) Necesidades Educativas Especiales y adaptación del currículum. Una cuestión de educación. Granada: Nativola.

Módulo 2.

AYUDANDO A CRECER



MEJORA DE LA CONVIVENCIA Y PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

MÓDULO 2: AYUDANDO A CRECER

1. FASES EVOLUTIVAS DEL NIÑO: DE LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL A SECUNDARIA.

1.1. ETAPA DE DESARROLLO EVOLUTIVO DE 3 A 6 AÑOS

1.1.1. Desarrollo psicológico

1.1.2. Desarrollo motor

1.1.3. Desarrollo social

1.2. ETAPA DE DESARROLLO EVOLUTIVO DE 6 A 12 años

1.2.1. Desarrollo psicológico

1.2.2. Desarrollo social

1.3. ETAPA DE DESARROLLO EVOLUTIVO DE 12 A 16 años

1.3.1. Desarrollo psicológico

1.3.2. Desarrollo social

2. ESTRATEGIAS PARENTALES PARA FAVORECER UN DESARROLLO EQUILIBRADO

1.4. LA IMPORTANCIA DE PONER LÍMITES A LOS HIJOS

1.4.1. Cómo establecer normas y límites

1.4.2. Errores frecuentes

1.5. LA IMPORTANCIA DE LA AUTORIDAD

1.5.1. Cómo gestionar la autoridad

1.5.2. Efectos del autoritarismo sobre los hijos

1.6. LA IMPORTANCIA DE FOMENTAR LA AUTONOMÍA EN LOS HIJOS

1.6.1. Cómo puede desarrollarse la autonomía

1.7. LA IMPORTANCIA DE DETECTAR SIGNOS DE ALARMA EN LOS HIJOS

3. CÓMO GESTIONAR LAS EMOCIONES Y MEJORAR SU COMPORTAMIENTO

1.8. IMPORTANCIA DE LAS EMOCIONES Y LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

1.9. REGULACIÓN EMOCIONAL

1.10. ESTRATEGIAS PARA GESTIONAR LAS EMOCIONES Y MEJORAR SU COMPORTAMIENTO

4. ESTILOS PARENTALES

1.11. ESCALA ESPA29 PARA EVALUAR LA SOCIALIZACIÓN FAMILIAR

1. FASES EVOLUTIVAS DEL NIÑO: DE LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL A SECUNDARIA

1.1. Etapa de desarrollo evolutivo de 3 a 6 años

1.1.1. Desarrollo psicológico

Esta etapa se caracteriza por numerosos e importantes cambios en la vida del niño, pues pasa de conocer y controlar su realidad familiar a encontrarse con el mundo exterior. Este descubrimiento de la realidad exterior trae consigo un enfrentamiento entre el bienestar por satisfacer sus necesidades y el principio de realidad. Es un paso importante, para su futuro desarrollo y maduración, que el niño aprenda que hay un mundo exterior a él.

La etapa de los tres a los seis años se caracteriza, además, por la presencia de miedos en el niño, fruto de la riqueza imaginativa que tiene. Son miedos relacionados con el temor a que le hagan daño o a la pérdida o separación de sus padres. A esta edad, poseen una gran facilidad para frustrarse y se pueden dar abundantes rabietas. El negativismo es un funcionamiento imprescindible para la autoafirmación del niño.

La característica fundamental de este periodo será la *intuición*. El niño pasa a tener un pensamiento de carácter intuitivo. Su pensamiento se basa cada vez más en el lenguaje hablado, esto le permite tener una mayor claridad, coherencia y capacidad de comunicación. Un mayor manejo del lenguaje ayuda al pequeño a afianzarse y sentirse más seguro en el conocimiento de la realidad. Se producirá un aumento en su capacidad para recordar y describir situaciones pasadas y tendrá una mayor facilidad de expresión.

En estas edades, el niño pasa buena parte de su tiempo aprendiendo habilidades nuevas, desarrollando su capacidad de pensar y encontrando maneras de expresar su creatividad. Sienten gran curiosidad por todo lo que les rodea. Esto supone una gran ventaja en el proceso de aprendizaje, ya que para aprender no basta con tener la capacidad sino que hay que tener también deseo de saber.

A lo largo de esta etapa, el *lenguaje* se irá convirtiendo en un adecuado sistema de comunicación e intercambio con los otros, especialmente con el adulto. Poco a poco, su lenguaje irá adquiriendo una dimensión social, pues le sirve como sistema de comunicación e intercambio con los otros. Le gusta experimentar con el lenguaje, hace juegos de palabras para entretenerse él mismo o para llamar la atención de los adultos. Hacia el final de la etapa, las motivaciones del niño no se deberán solo a su propia subjetividad, sino también a razones más propiamente sociales. El lenguaje se ha completado tanto desde el punto de vista formal como estructural.

1.1.2. Desarrollo motor

Esta es una etapa muy rica en la adquisición de habilidades psicomotrices. El cuerpo del niño es un medio privilegiado para la expresión de sus emociones y su estado de ánimo. Va aprendiendo a controlar su cuerpo. El niño imita a los demás y acompaña sus gestos con palabras; expresa sin ninguna inhibición sus sentimientos. Es una edad de exuberancia motriz y sensorial.

A medida que va adquiriendo mayores habilidades físicas va teniendo más confianza en sí mismo. Hay situaciones placenteras que el niño va descubriendo mientras aprende a controlar su cuerpo. Entre otras, está el placer de empujar, el placer de la rotación, el placer de andar y correr...

Para que todas estas adquisiciones se puedan ir dando y consolidando es prioritario que los padres respeten el ritmo de desarrollo del niño. No hay que forzarlo ni meter prisas. Sin embargo, tampoco hay que negar las dificultades si éstas existieran.

1.1.3. Desarrollo social

En esta edad, el niño descubre la existencia real de los otros, saliendo así de los límites familiares. Surgen modificaciones en su actitud hacia los otros niños. Se explican unos a los otros lo que van a hacer como una forma de “tener en cuenta la presencia del otro”. Sin embargo, aparecen rivalidades cuando realizan actividades comunitarias. El niño atribuye al otro sus propios deseos e interpreta lo que el otro expresa también desde su punto de vista, lo cual siempre origina conflictos.

La etapa infantil, se caracteriza por el *egocentrismo*, es una forma de entender el mundo a través del punto de vista propio, sin comprender otros puntos de vista.

El **juego** se va a convertir en una actividad placentera y necesaria para su desarrollo intelectual, afectivo, emocional y relacional. El juego espontáneo favorece la maduración y el pensamiento creativo. En sus juegos, los niños exploran su mundo interior y el mundo de fuera, juegan a dominar sus emociones. Jugando aprenden a llevarse bien unos con otros, descubren lo que se sentirá siendo otra persona, se inician en apreciar las virtudes del dar y del tomar. Los juegos de los niños a esta edad nos dicen mucho de sus intereses, de sus ideas, de su estado de desarrollo.

Los juegos colectivos favorecen la habilidad de actuar en grupo. Este juego requiere una serie de *reglas*, si el niño aprende a actuar dentro de un marco de reglas, bien establecidas, se siente después más seguro cuando tenga que afrontar situaciones nuevas. Durante esta etapa, en las situaciones colectivas con otros niños, pasa de una actitud de espectador que imita o se identifica con lo que hacen los otros, a actividades con inicios de colaboración, aunque muy esporádicos y limitados.

En esta etapa se producirá también la llegada a la **escuela**. Las relaciones con los iguales encuentran su marco adecuado en ella. Es necesario que este cambio de vida no sea prematuro para el niño y se produzca de manera progresiva. El nuevo referente para el niño, el maestro, deberá comprender sus necesidades afectivas y los conflictos normales en estos momentos. Es necesario preparar al niño para esta experiencia. Nunca deber ser plantado como una amenaza o una obligación, de tal forma que pueda sentirse contento de ir a la escuela. Además, a su paso por la escuela infantil los niños ejercitan la creatividad, la iniciativa y la capacidad de cooperar, logros que serán más tarde muy valiosos para alcanzar un buen desarrollo social, emocional e intelectual.

1.2. Etapa de desarrollo evolutivo de 6 a 12 años

Esta es una etapa de asimilación que hace que el niño pueda realizar progresos y adquisiciones en lo que respecta al aprendizaje, atravesará prolongados periodos de calma y concentración. Los aprendizajes que se producen en esta etapa son más importantes y decisivos.

El ingreso en la escuela será el detonante para que se produzca una autentica socialización con los iguales. En este periodo los compañeros y los amigos adquieren protagonismo, el niño pasa a tener numerosas experiencias fuera del entorno familiar.

1.2.1. Desarrollo psicológico

El niño va siendo capaz de razonar y comprender objetivamente dentro de los límites de lo concreto. Conforme vaya avanzando la etapa, irá siendo capaz de abstraer y al final de la misma será posible que el niño utilice una inteligencia basada en la lógica abstracta. En esta etapa aumenta la capacidad de razonar.

El pensamiento se hace cada vez más analítico y más sensible a las relaciones objetivas. El niño empieza a ser capaz de entrar en mayor contacto con la realidad y de reflexionar, lo que trae como consecuencia una mayor tolerancia a la frustración.

Sienten la necesidad de ser reconocidos como personas, tanto dentro de la familia, como en el ámbito escolar y de amigos. Empezarán a sentirse dueños de sí mismos, lo que favorece el distanciamiento de sus padres. Al final de la etapa, aparece la lógica formal o abstracta, que posibilita un razonamiento a partir de hipótesis, sin necesidad de recurrir a la experiencia.

En esta etapa, los niños van a invertir la mayor parte de su energía a realizar dos actividades fundamentales para su desarrollo: el juego y el aprendizaje escolar. El juego sigue siendo la actividad fundamental de los niños, pues ofrece la posibilidad de ampliar las capacidades físicas y las intelectuales.

Conforme avanza esta etapa, van siendo capaces de controlar su impulsividad, pueden detener la acción y esto hace que aumente la capacidad de pensar y de descubrirse a sí mismos. Se potencia la reflexión y la imaginación.

Presentan mayor labilidad emocional, y el paso del amor al odio se produce en cuestión de segundos. Se abren a un mundo de obligaciones y deberes que tendrá que aprender a cumplir y a respetar, intentando lograr un equilibrio entre sus deseos y las prohibiciones.

En la última fase de esta etapa, aparece un fuerte deseo de preservar su intimidad. El niño siente la necesidad de estar solo y puede mostrarse tímido. Aprenderá a expresar con palabras lo que desea y siente, esto le facilita la comunicación verbal y emocional y los vínculos con los otros. Sin embargo en la última parte de este periodo, se acentúa el control de sus sentimientos y emociones y no siente la necesidad de exteriorizarlos para vivirlos.

1.2.2. Desarrollo social

El acontecimiento vital de este periodo es la entrada en la escuela, el lugar de trabajo del niño. En este sentido, no solo tendrá que esforzarse para aprender, sino que tiene que aprender a relacionarse con otras figuras adultas que no son sus padres, tiene que hacer amigos y relacionarse con ellos. Y sobre todo, tendrá que enfrentarse a un ambiente que es menos protector que el de casa.

La relación en el aula pasa a ser con el maestro, que establece nuevas normas. Es un cambio muy importante pues tienen que adaptarse a participar en grupos amplios, organizados y por periodos más largos.

Pasará a ser prioritaria su vida social, caracterizada por la importancia primordial de los iguales. El niño necesita independizarse de los adultos y llamar la atención de sus iguales. Intentará llamar su atención pero también tratará de imponerse. Va a existir una relación de amigos-rivales. La autoestima del niño se pone en juego.

Al final de esta etapa, aparece el respeto por el otro. El niño se empieza a iniciar en la cooperación y es solidario con el resto de los componentes del grupo. Esta es la edad en la que los niños empiezan por primera vez a tener tareas que realizar en casa. Los padres deben colaborar con ellos en la planificación y organización de las mismas.

La relación del niño con el maestro como figura referente dentro del aula, también varía según la edad que tenga. Al principio el maestro, está idealizado y es percibido por el niño como una figura omnipotente. Conforme se acerca el final de la etapa, la aceptación del grupo toma más importancia. El niño empieza a descubrir la justicia y la igualdad. Descubre el acuerdo entre iguales, cobra importancia la lealtad al grupo de pertenecía y no tanto la relación con el maestro. Es muy importante en esta nueva etapa lo que se denomina como «el apoyo mutuo», la complicidad y la compenetración con los demás para conseguir alcanzar los mismos objetivos.

1.3. Etapa de desarrollo evolutivo de 12 a 16 años

La adolescencia es una etapa de cambios en la que una persona deja de ser niño, pero todavía no ha adquirido el estatus de adulto. Puede ser vista como una fase de transición entre otras dos etapas: la infancia y la madurez. La pubertad es la parte inicial y biológica de la adolescencia, que marca el inicio a otros muchos cambios psicosociales a veces más lentos y discretos. El desencadenante del proceso va a ser los cambios hormonales. La pubertad es fundamentalmente biológica pero está muy relacionada con factores psicosociales.

Algunas de las características negativas del adolescente, como la agresividad o irritabilidad, pueden estar asociadas al cambio de hormonas durante esta etapa, aunque existen otros factores que también influyen. Si los padres han explicado con claridad algunos cambios que van a producirse, no esperando a que el cambio se haya producido, la manera de vivir esta etapa puede cambiar completamente y ser afrontada con curiosidad y paciencia por los propios adolescentes. Durante los cambios puberales, es importante mostrar paciencia y explicar que van a desarrollarse y experimentar cambios durante unos años.

1.3.1. Desarrollo psicológico

Esta etapa se caracteriza por el desarrollo de nuevas formas de pensamiento que proporcionan al adolescente mayor autonomía y capacidad de razonamiento riguroso. Se producen cambios cognitivos e intelectuales de gran importancia, como la aparición del pensamiento abstracto, gracias al cual pueden razonar sobre suposiciones y no sobre realidades como hasta ahora. Ya no necesitan apoyarse en la experiencia para pensar y distinguen lo real de lo posible. El niño utiliza descripciones, mientras que el adolescente es capaz de dar explicaciones razonadas.

Este es el momento en el que empiezan a generalizar experiencias y conocimientos y a interrelacionarlos, pero la transición entre el modo de pensar infantil y el adulto no sucede de repente, y muchas de las características del pensamiento adulto tardarán en aparecer.

Por otro lado, la adolescencia es fundamental para la consolidación de la *formación de la personalidad*. Los cambios de la pubertad propician una revisión de su propia identidad. Sus nuevas capacidades les van a permitir definirse a partir de sus vivencias, pensamientos, sentimientos y deseos, así como su capacidad y sus preferencias en las relaciones con los demás.

Los adolescentes deben encontrar su propia forma de ser y estar en el mundo, con ideas y acciones coherentes y estables en el tiempo, que les definan y les diferencien de los demás. Hasta ahora, la identificación con los padres era casi absoluta y gracias a esta crisis pueden desarrollar su propia identidad, no sin antes explorar y experimentar distintas opciones, roles, etc.

Entran también en escena revisiones del autoconcepto y la autoestima, en la que van a influir las capacidades relacionadas con el estudio, la popularidad, el atractivo físico y ser valorado por las amistades. Suele darse un importante descenso de la autoestima al inicio de la pubertad como consecuencia del cambio de entorno escolar y los cambios puberales. Poco a poco, irá aumentando pero se producirán altibajos.

Un entorno familiar seguro y democrático, unos padres que favorezcan la comunicación y la expresión del afecto pueden favorecer que estas crisis de autoestima no empeoren. Por el contrario, padres muy autoritarios, muy permisivos o que se mantengan indiferentes ante sus hijos pueden promover desajustes importantes, ya que el logro de la identidad y una autoestima normal son necesarios para conseguir un buen ajuste psicológico en el adolescente.

1.3.2. Desarrollo social

La adquisición de autonomía consiste en pasar de la obediencia a las normas a la posibilidad de cuestionarlas y llegar a un juicio moral propio. De la evitación del castigo surge otra fase en la que la norma se obedecerá para conseguir la aprobación social, y más adelante podrá pensarse en el bien de la comunidad y ver si las normas lo promueven.

Durante la adolescencia surge el interés por cuestiones sociales y políticas. Los adolescentes suelen respetar a las minorías y mostrarse tolerantes.

En relación a la **familia**, la imagen de conflictividad familiar con la llegada de la adolescencia está siendo sustituida en nuestros días por otra más normalizada en la que se producen cambios en la relación entre hijos y padres, pero que pueden darse de forma no conflictiva en cualquier modelo de familia actual. Cuando se producen enfrentamientos, suelen estar relacionados con tareas domésticas u obligaciones cotidianas. El adolescente tiene la percepción de que estos asuntos no pueden ser decididos ni negociados, mientras que los padres todavía se consideran con derecho a establecer reglas al respecto. En el caso de que los padres pretendan aumentar las restricciones como forma de demostrar al hijo que todavía participan en sus decisiones, el conflicto será mayor.

Por otro lado, la relación de “colegas” entre padres e hijos tampoco favorece la relación. La flexibilidad y el diálogo son fundamentales. Los chicos deben entender que llegará el momento en que tomen las decisiones por su cuenta, pero la total autonomía se consigue de manera progresiva y requiere un acompañamiento, esto puede evitar muchas tensiones y favorecer el acercamiento durante estos años.

Los hijos van a sentirse controlados si se les pregunta por sus amistades y abandonados si no se muestra ningún interés, la clave está en mostrar una actitud respetuosa con sus elecciones y mantener una situación firme pero calmada ante situaciones que se valoren inadecuadas. Numerosos estudios demuestran que el hecho de que los padres tengan estilos autoritarios y expectativas negativas sobre la adolescencia puede incrementar la conflictividad familiar. Al igual, también hay estudios que demuestran que adolescentes demasiados consentidos aumentan su agresividad y eso no les ayuda a alcanzar la madurez.

Como consecuencia del proceso de búsqueda de autonomía, los adolescentes van a pasar más tiempo en contextos de relación ajenos al grupo familiar. Las relaciones con el **grupo de iguales** van a convertirse en el referente más importante ya que proporciona estabilidad y seguridad al adolescente desde la necesidad de compartir experiencias. El grupo de iguales será el contexto de socialización más importante. Los amigos de la infancia, que dependían del contacto para mantenerse van a estabilizarse y la relación se independiza del contexto: los amigos ya no se encuentran sino que empiezan a buscarse. Con los amigos se comparten sentimientos, expectativas de futuro y preocupaciones. En ellos, el adolescente busca apoyo y reciprocidad.

El apoyo que brinda el grupo va a ayudar al adolescente a afrontar diversas situaciones conflictivas. Va a convertirse en una fuente de información y ayuda para resolver problemas cotidianos. En general, tener amigos durante la adolescencia es un indicador de que se poseen habilidades sociales y favorece una alta autoestima.

En el **contexto educativo**, los adolescentes pasan de terminar la Educación Primaria a empezar la etapa de Secundaria, este gran cambio puede afectar a la autoestima y la sensación de competencia. Mientras en el colegio eran considerados *expertos* por los alumnos más pequeños, ahora adquieren el rol de *novatos* al lado de chicos más mayores. No cuentan con compañeros ni profesores conocidos y tienen que enfrentarse a una competitividad, exigencia y disciplina mayor.

En esta etapa, se interesan por tantas cosas nuevas que el interés por el estudio en general decrece. Los profesores ya no son acompañantes del proceso educativo sino partes fragmentadas, cada una con sus propias reglas en ocasiones contradictorias, y eso les desconcierta.

➤ *Consultar: Vídeo Redes - La mirada de Elsa - "El desarrollo del niño" muestra lo importante que es para padres y maestros conocer las distintas etapas del desarrollo físico y mental del niño. Enlace:*

<http://www.rtve.es/alcarta/videos/redes/redes-mirada-elsa-desarrollo-del-nino/1779047/>

2. ESTRATEGIAS PARENTALES PARA FAVORECER UN DESARROLLO EQUILIBRADO

2.1. La importancia de poner límites a los hijos

Los padres, en la actualidad, tienen miedo a imponer prohibiciones y castigos o a demostrar excesiva autoridad. Evitan la educación autoritaria, por las huellas que esta educación dejó en muchos de ellos. Por ello, son más tolerantes, más liberales y más amistosos que los padres de hace unos años. Pero, del mismo modo, les cuesta desarrollar un concepto de educación propio, más acorde con otros modelos democráticos y participativos, que mantengan una posición equilibrada entre el dar y el exigir.

En nuestra sociedad existe un intenso debate acerca de la permisividad y la imposición de límites. El pediatra francés **Naouri** determina que el niño se ha convertido en un «tirano doméstico», pues todo lo que los padres hacen desde su nacimiento es para darle placer.

Por otro lado, **Javier Urra** sostiene que «los padres deben tener una igualdad de roles entre ellos, dejar de ser amigos de sus hijos y empezar a tomar decisiones e inculcarles valores morales». Partiendo de nuestra realidad social, clasifica a los padres en tres grupos: «Padres encantadores, padres permisivos que dejan hacer a sus hijos lo que quieran y padres desaparecidos que no se atreven a educar». Ante la falta de coherencia y la asunción de los mismos roles de los padres, los niños se dan cuenta del grado de inseguridad de sus progenitores y lo vulnerables que son. Así, se produce un cuestionamiento continuado de reglas y límites.

En cuanto a las causas de la inseguridad o poca autoridad de los padres, **Nitsch y Schelling** (1998) describen seis modos de comportamiento de los padres frente a sus hijos que ilustran las consecuencias que en la vida real tiene una educación demasiado permisiva, haciendo hincapié en sus causas y en sus consecuencias.

- Los padres no saben decir «no» por miedo a parecer autoritarios. Pero tampoco hacen lo posible por mantenerse firmes, sino que ceden en contra de su voluntad.
- Los padres desean actuar de forma diferente a sus propios padres porque cuando eran niños sufrieron el dominio de sus familias.
- Los padres imponen a sus hijos unos límites demasiado estrechos porque no confían en sus capacidades.
- Los padres se mantienen al margen de la educación de sus hijos porque tienen poco tiempo que dedicarles.
- Los padres no quieren prohibir nada a sus hijos, para que se conviertan en personas libres e independientes.
- Los padres miman de forma exagerada a su hijo hasta convertirlo en el centro de la familia, todo gira alrededor del niño.

2.1.1. Cómo establecer normas y límites

Poniendo límites y normas a los niños les ayudamos a aprender a autorregularse, es decir, a ponerse límites ellos mismos. Desde los primeros momentos es necesario poner límites claros y dar explicaciones breves y sencillas. En la medida que el niño crezca, es imprescindible ser coherente cuando se establezcan reglas o asociaciones de causa-efecto. El niño debe sentirse en todo momento guiado, apoyado y nunca juzgado o rechazado.

En cualquier grupo que convive es útil la existencia de normas que ordenen la convivencia de todos. Pero no se trata de que se obedezca cualquier capricho o arbitrariedad de los padres sino de conseguir que los hijos se comporten respecto a esas normas porque les parecen adecuadas.

Para que estas normas sean más educativas deberían ser:

- Pocas y claras.
- Establecidas por la necesidad, la lógica y el afecto.
- Formuladas de manera positiva: no se trata de elaborar un "catálogo de prohibiciones" sino comportarse en positivo.
- Razonadas y pactadas, en la medida de lo posible.
- Exigidas con coherencia, con firmeza y constancia, aunque también con flexibilidad.

Muchas de las normas y límites suelen afectar a tareas familiares. Suelen ser normas de funcionamiento de la familia (reparto de tareas, horas de llegada a casa, reparto y respeto de espacios,...) o normas que afectan a la relación interpersonal (respeto de necesidades de los padres, de los hijos, afecto, apoyo material, trato agradable...). Estas reglas deben ser aplicadas de forma flexible y no rígida, a las distintas situaciones.

Presentamos, a continuación, una serie de orientaciones y consejos en el establecimiento de límites a los hijos:

- o **Establecer objetivos claros de lo que queremos lograr.** Estos objetivos han de ser pocos y claros; formulados y compartidos por la pareja, de tal manera que los dos se sientan comprometidos con el fin que persiguen. Requieren tiempo para ser consensuados y conviene revisarlos si se sospecha que se han olvidado o que se han quedado desfasados, por la edad del niño o las circunstancias familiares.
- o **Ser claro y específico.** Los límites deben ser claros, específicos, sencillos y positivos. Las instrucciones generales y la información vaga desbordan al niño y no facilita que sepa lo que se espera de él.
- o **Los límites deben formularse de manera positiva.** Se debe informar de lo que hay que hacer, y no de lo que no hay que hacer. Teniendo en cuenta que las reglas deben ser concisas y razonables, comunicadas claramente y reforzadas periódicamente.
- o **Valorar sus intentos y esfuerzos por mejorar.** Resaltar lo que hace bien y pasar por alto lo que hace mal. Están en proceso de aprendizaje, no se les debe exigir por encima de sus posibilidades. Tampoco es posible que obedezcan a la primera orden. El autocontrol requiere un entrenamiento.
- o **Ser firmes.** Mostrarse firme pero amable es una buena manera de que los hijos presten atención y sigan las instrucciones.
- o **Ser consistente.** Los límites deben cumplirse siempre que las circunstancias sean las mismas, si las circunstancias cambian, los límites deberán ser revisados. Las rutinas y reglas importantes resultarán efectivas aunque se esté cansado o indispuerto.
- o **Incorporar a los hijos en el establecimiento de límites.** Es la manera de asegurar su cooperación en el seguimiento de las normas y entrenarlo en la práctica y toma de decisiones. Hablar con los hijos de los problemas, límites y normas facilita una guía para su propio comportamiento, el autocontrol y la autodirección.

-
- **Reconocer los propios errores.** El reconocimiento de un error por parte de los padres da seguridad y tranquilidad al niño y le anima a tomar decisiones aunque se pueda equivocar, porque los errores no son fracasos, sino equivocaciones que nos dicen lo que debemos evitar.
- **Confiar en los hijos.** La confianza es una de las palabras clave. La autoridad positiva supone que el niño tenga confianza en los padres.

2.1.2. Errores frecuentes

Aun habiendo establecido límites y normas claras a los hijos, en el día a día, los padres suelen cometer errores cuando interaccionan con ellos. Estos errores debilitan y disminuyen la autoridad de los padres.

Algunos de los más frecuentes son:

- La permisividad. Es imposible educar sin intervenir. El niño, cuando nace, no tiene conciencia de lo que es bueno ni de lo que es malo. Los adultos somos los que hemos de decirle lo que está bien o lo que está mal. Necesitan referentes y límites para crecer seguros y felices.
- Ceder después de decir “no”. Una vez que los padres han decidido actuar, la primera regla que se debe respetar es la del “no”. El “no” es innegociable. Cuando los padres vayan a decir “no” a su hijo, es necesario que previamente lo piensen bien, porque desacredita desdecirse y dar marcha atrás.
- Abusar del autoritarismo. Es el polo opuesto de la permisividad. El intento de que el niño haga todo lo que los padres quieren tiene como consecuencias la anulación de la iniciativa y personalidad de sus hijos. El autoritarismo sólo persigue la obediencia ciega, haciendo a los hijos sumisos y sin capacidad de autodomínio.
- Falta de coherencia. Los niños deben tener referentes y límites estables. Las reacciones de los padres tienen que estar siempre dentro de una misma línea de coherencia ante los mismos hechos.
- Gritar y perder el control. Perder el control supone un abuso de la autoridad que conlleva un deterioro de la autoestima del niño. Además, cuando actuamos por impulso o descontrol emocional, el niño se acostumbra a los gritos y los insultos y lo toma como una rutina más.
- Sobrepasar la barrera de los gritos. Cuando los gritos no dan resultado, el enfado del adulto puede pasar a situaciones bastante negativas para el niño. Si los padres se sienten desbordados, deben pedir ayuda: tutores, psicólogos, escuelas de padres...
- No cumplir las promesas ni las sanciones. El niño aprende muy pronto que cuanto más prometen los padres, menos cumplen lo que dicen. Cada promesa o sanción no cumplida es un paso atrás en su autoridad. Por ello, las promesas y sanciones deben ser realistas, fáciles de aplicar y cumplir.
- No establecer puentes para negociar. No negociar nunca implica rigidez e inflexibilidad. Supone autoritarismo y abuso de poder y, por tanto, falta de comunicación.

- No escuchar a los hijos. Los padres en muchas ocasiones no escuchan a sus hijos. Les juzgan, evalúan y les dicen lo que deben de hacer, pero no les han escuchado ni han intentado mantener un diálogo con ellos.

➤ Para ampliar: “Normas y Límites”. Guía para familias. Enlace:

<http://www.madridsalud.es/serviciopad/descargas/normasLimites.pdf>

2.2. La importancia de la autoridad

La autoridad en la familia es entendida como la superioridad de los padres sobre los hijos con el fin de educarlos y criarlos de manera adecuada. Cuando los padres no son capaces de mantener la autoridad, o renuncian a ella por el respeto a la libertad de los hijos, difícilmente podrán aspirar a ser líderes ante sus hijos. La autoridad se puede definir como el brazo fuerte del liderazgo. Sin embargo, la autoridad mal aplicada o entendida, viene asociada a comportamientos de coacción, represión, intolerancia..., llegando así a caer en el *autoritarismo*, lo cual, poco tiene que ver con el correcto uso de la autoridad.

En la familia es necesario que se ejerza una autoridad positiva que ponga orden y unidad, dejando muy claro a cada uno de los hijos qué normas se deben cumplir. Una autoridad bien entendida obtiene el respeto del niño y es la piedra angular para desarrollar personas equilibradas y felices.

Los padres deben hacer uso de su autoridad para organizar su familia de forma sensata y coordinada, de acuerdo a los objetivos que quieran lograr y las normas que hayan establecido.

La motivación es la clave para mejorar en autoridad. Los padres tienen que motivar, logrando que los hijos hagan lo que tienen que hacer. No existe una única forma de ejercer la autoridad, aunque sí existen algunos rasgos o claves que ayudan a mejorar esa autoridad:

- *Esfuerzo*. Para conseguir autoridad es necesario el esfuerzo de toda la familia y sobre todo de los padres. Estos deben intentar compaginar el tiempo de dedicación a la familia con el resto de tareas personales o profesionales que desempeñan, sólo así los hijos podrán ver en los padres la figura de referencia y apoyo que necesitan.
- *Capacidad de escucha*. Para mejorar la autoridad los padres deben desarrollar su capacidad de escuchar, de modo que puedan ayudar a los hijos a aprender y a que toda la familia mejore en los objetivos y metas propuestos. Escuchar a los hijos supone aceptar sus puntos de vista, reconocer que cada uno contempla la realidad de forma diferente.
- *Búsqueda del bien común*. Los padres deben combinar el deseo de conseguir que la familia progrese, con buscar el bien de cada uno de los hijos. Lo más efectivo es descubrir lo positivo de cada uno.

2.2.1. Cómo gestionar la autoridad

Gestionar la autoridad constituye un motivo de ansiedad, contradicción y confusión de ideas en el conjunto de la sociedad. El modelo social en cuanto a la gestión de la autoridad ha evolucionado en los últimos tiempos, de un estilo educativo basado en la autoridad o autoritarismo, se pasó a un modelo de ausencia de autoridad, con consecuencias negativas para los hijos. Por todo ello, es necesario buscar un equilibrio.

No se trata de educar o afrontar los conflictos basándose en el autoritarismo o en la supremacía de una persona sobre otra, sino en la comprensión de las situaciones o conflictos vistas como algo útil, basándose en el "nadie pierde, y todos ganan", utilizando como instrumento fundamental la negociación.

Para gestionar la autoridad adecuadamente y poder tener liderazgo los padres deben:

- En primer lugar, aplicar justamente dicha autoridad cada día, tomando decisiones que ayuden al hijo a madurar como persona. En este caso, la permisividad y el pasotismo son los peores enemigos de la autoridad positiva y el liderazgo familiar.
- En segundo lugar, rechazar cualquier tipo de autoritarismo, mostrando un alto grado de empatía con el niño, hasta que nazca una auténtica conexión y confianza entre ambos.
- Y en tercer lugar, es necesario que el comportamiento de los padres ante situaciones cotidianas sea, en todo momento, ejemplar, de este modo los padres se ganarán el respeto y confianza que merecen y necesitan ante la educación de sus hijos, pues son su modelo a seguir.

En definitiva, para que los padres mejoren en autoridad es fundamental dar las órdenes con la mayor precisión posible, pensar antes de hablar y llevar un control de los encargos más significativos para que no queden en el olvido.

2.2.2. Efectos del autoritarismo sobre los hijos

El padre autoritario establece normas con poca participación del niño. Sus órdenes esperan ser obedecidas. La desviación de la norma tiene como consecuencia castigos bastante severos, a menudo físicos. Ejerce una disciplina basada en la afirmación del poder. Sus exigencias con frecuencia son inadecuadas y los castigos son severos o poco razonables. La comunicación es pobre, las reglas son inflexibles, la independencia escasa. Por ello, el niño tiende a ser retraído, temeroso, apocado, irritable y con poca interacción social. Carece de espontaneidad y de locus de control interno. Las niñas tienden a ser pasivas y dependientes en la adolescencia; los niños se vuelven rebeldes y agresivos. (Craig, 1997)

En un estilo educativo autoritario, los padres tienen grandes expectativas y objetivos para sus hijos, en la mayoría de los casos imponiéndolos, sin explicar los modos o maneras de alcanzarlos. Estos padres dan demasiada importancia al cumplimiento de normas, ofreciendo poca flexibilidad y sin mantener un diálogo con los hijos. Suelen educar estableciendo siempre lo que deben hacer en cada momento, sin dejarles que muestren su opinión o respetando sus gustos o puntos de vista.

Los hijos ven a sus padres como personas estrictas, poco comprensivas y empáticas, con los que no pueden conversar ni establecer una relación de afecto y confianza.

Las *consecuencias* de este autoritarismo provocan a los más pequeños:

- **Miedo a hablar con los padres**, a comentarles cualquier problema, a fracasar y a equivocarse. Miedo a no hacer las cosas que quieren los adultos.
- **Inseguridad**: los niños son conscientes de que sus padres esperan mucho de ellos, tienen altas expectativas. Esto causa nerviosismo, malestar e incluso puede generar episodios de ansiedad provocados por querer satisfacer siempre a los adultos.
- **Poca autonomía e independencia**: estos hijos tienen escasa autonomía para poder escoger lo que verdaderamente quieren hacer.
- **Presión** que puede generar enfermedades y malestar: los hijos de padres excesivamente autoritarios, sufren mucha presión en su día a día. Esto puede provocar que bajen sus defensas, que estén más expuestos a enfermedades y a tener depresión infantil.
- **Escasa inteligencia emocional**: los hijos no saben gestionar sus propias emociones. Pueden llegar a los dos extremos: concentrar rabia y enfado inmenso hacia sus padres o, por el contrario, desarrollar sumisión, conformismo o indiferencia hacia los adultos.
- **Baja competencia social**: los niños que han sentido demasiada autoridad en su educación, podrían no desarrollar habilidades sociales, no saber hablar con las demás personas o no ser conscientes de la realidad de la sociedad.
- **Dificultad en la toma de decisiones**: son niños que no han tenido la oportunidad de desarrollar autonomía e independencia, al igual que no se han enfrentado a la resolución de sus propios conflictos, por lo que se sentirán indecisos en el momento de tener que tomar decisiones importantes.
- **Desarrollo de una baja autoestima**: los hijos no se sienten motivados a seguir con su aprendizaje ni a vivir experiencias nuevas. Se sienten inseguros, y eso genera una baja autoestima y un pobre concepto de sí mismos.

Algunos de los factores que influyen en los padres a la hora de desarrollar este autoritarismo en los hijos, pueden ser:

- Valores personales muy rígidos sobre la educación, el poder y las relaciones interpersonales.
- Creencias personales respecto al rol de padre o madre basados en la autoridad.
- Modo en que han sido educados y el tipo de experiencias que han vivido esos padres.
- Creencias, valores y actitudes respecto a qué es y cómo afrontar los conflictos entre personas.

2.3. La importancia de fomentar la autonomía en los hijos

La **autonomía** suele definirse como *“la capacidad de la persona de autogobernarse, determinando su propia conducta y siendo dueño de uno mismo”*. Esta autonomía se debe ir construyendo desde el nacimiento. Desde pequeños, los niños deben poder elegir y tomar decisiones, con el acompañamiento de los padres. Es en la etapa adolescente donde la autonomía cobra mayor importancia: la necesidad de pasar de niño a adulto, con la consiguiente capacidad de tomar decisiones sobre su propia vida.

La variable contraria podría considerarse la dependencia. Esta sería la subordinación de una persona con respecto a otra. Las personas dependientes se caracterizan entre otras cosas por la aceptación pasiva del medio, la falta de control sobre sus impulsos, la ansiedad y desconocimiento de sí mismas.

2.3.1. Cómo puede desarrollarse la autonomía

Fomentar la autonomía desde los primeros años de vida es la base del aprendizaje. Hace que los niños se muestren más seguros de sí mismos y de sus capacidades a la vez que aprenden a asumir riesgos y a valorar sus posibilidades de éxito. Por su parte, como ya hemos visto, un niño dependiente requiere de ayuda continua y tiene poca iniciativa, suele presentar problemas de aprendizaje y de relación con los demás.

Ante todo esto, encontramos que son frecuentes, entre los padres, comportamientos que pueden dificultar la autonomía de los hijos y que se traducen en comportamientos de sobreprotección, como pueden ser:

- Intrusión: introducirse en asuntos o cosas que pertenecen a los hijos, dejándole poco espacio propio.
- Control: querer que los hijos piensen o hagan lo que los padres quieren en cada situación, sin permitirles afrontar sus propias situaciones, incluso equivocarse y cometer errores como forma de crecimiento personal.
- Dependencia del hogar y de los padres: pretender que sigan ligados a la familia y disminuyan sus relaciones propias, salidas, ocio fuera de casa, etc.
- Protección de influencias externas: protegerle y no permitirle establecer sus propias redes que le influyan y le ayuden a establecer sus propias pautas de pensamiento y de conducta.

Este tipo de comportamientos llevan consigo la instauración de personalidades más dependientes en los hijos. Para lograr desarrollar la autonomía de los hijos se deben evitar estos comportamientos y poner en marcha actitudes de respeto, confianza y apoyo por parte de los padres.

Los padres deben estar convencidos de que lo mejor para sus hijos es hacer que sean capaces de decidir por sí mismos. Pero a decidir se aprende tomando decisiones. Por tanto, se trata de respetar su intimidad y sus propias decisiones; también sus errores: tienen derecho a equivocarse. No se trata de darles soluciones sino de permitir que se hagan dueños y responsables de sus problemas y pongan en marcha sus propias soluciones.

Ayudar a los hijos a ser más autónomos les permite tomar decisiones y asumir responsabilidades. Comenzando, por ejemplo, con el desarrollo de pequeñas tareas adaptadas a su edad como recoger, ordenar, comer solos, preparar su mochila, etc., se pueden ir consiguiendo grandes logros.

A este respecto, entra en juego el factor del tiempo y las prisas, que se convierten en el mayor enemigo para fomentar la autonomía de los pequeños. En numerosas ocasiones, no se les da tiempo para elegir o no se les permite hacer sus tareas pues cuando las hacen los adultos se emplea menos tiempo. En este sentido, se debe tomar conciencia de la importancia que tiene que los niños asuman sus responsabilidades y dar tiempo para que lo hagan.

Por otro lado, el desarrollo de cada niño es diferente, por lo que hay que respetar la evolución individual de cada uno. Es importante conocer sus capacidades y comprobar el esfuerzo realizado, ofreciendo oportunidades para la experimentación, el acierto, el error y, por tanto, el aprendizaje. Tener en cuenta la personalidad y las capacidades del niño ya que para fomentar la autonomía necesitan que las tareas asignadas sean adecuadas a su edad y las metas, realistas.

La responsabilidad no surge de manera espontánea sino que es fruto de la educación y de la experiencia. Fomentar la autonomía desde niños favorece el pleno desarrollo de la responsabilidad de los pequeños. La constancia y el reconocimiento de los logros, así como la reflexión sobre los errores, son las principales pautas para alcanzar resultados positivos.

Pautas para el desarrollo de la autonomía:

- **Ofrecer opciones para elegir:** Normalmente los niños tienen horarios muy establecidos, así que es importante encontrar tiempo en el que ellos puedan elegir. Para ello, se pueden dar diferentes opciones: que elijan el juego que desean, el parque al que prefieren ir...
- **Dejar que el niño actúe solo:** Tener paciencia y dejarle actuar sólo en las tareas cotidianas, supervisando siempre lo que hace, pero dejándole hacer para que aprenda.
- **Proporcionarle espacio físico y emocional:** Dejar que cuente sus experiencias cuando quiera, sin agobiarle o que perciba que se invade su privacidad. También es importante que cuente con un lugar o espacio en el que poder estar tranquilo y solo cuando quiera o lo necesite.
- **Enseñarle a buscar soluciones:** que aprender a encontrarlas, lo que despertará su curiosidad y su autonomía.
- **Establecer límites:** Fomentar la autonomía no significa dejar que los niños lo hagan todo solos. Es necesario establecer límites y supervisar en todo momento para que sea una experiencia educativa.
- **Establecer rutinas:** La forma más sencilla de aprendizaje para los niños es el juego y las rutinas. Por eso, si fomentamos su responsabilidad y autonomía es importante establecer rutinas como lavarse las manos antes de comer, recoger los juguetes, hacer la cama antes de salir de casa, recoger la mesa... De este modo, una actividad le llevará a la otra de modo natural.

- **Ofrecer explicaciones:** Para empezar a realizar actividades de forma autónoma el niño tiene que saber cómo hacerlas. Hay que dar explicaciones y ofrecerle instrucciones sencillas y claras que le permitan poder seguirlas sin equivocarse.

➤ Para ampliar: "Afectividad". Guía para familias. Enlace:

<http://www.madridsalud.es/serviciopad/descargas/queAmbiente.pdf>

2.4. La importancia de detectar signos de alarma en los hijos

Una de las cuestiones a las que deben prestar especial atención los padres, en el proceso de desarrollo de los hijos, es a las relaciones que estos establezcan fuera del ámbito familiar, principalmente en la escuela. En un principio, como ya se ha comentado en lo referente al desarrollo de los alumnos, este proceso de socialización va a seguir una serie de fases en las que los más pequeños irán incorporándose al grupo de iguales, en mayor o menor medida, de manera sana y con resultados positivos para él.

No obstante, esto no siempre es así y los hijos pueden comenzar a experimentar una serie de situaciones negativas de agresión o acoso a las que las familias deben prestar atención. Las familias deben aprender a reconocer una serie de signos de alarma que puedan indicar que el hijo presenta algún problema en la escuela o en su ámbito social más cercano. Muchas veces los padres no son conscientes o no conocen lo que está sucediendo a sus hijos hasta que es demasiado tarde y el daño al niño ya está hecho.

Por eso, la *comunicación* es la clave. Es importante que, desde pequeños, se pregunte a los hijos día a día cómo les ha ido en el colegio, preocuparse por lo que hacen, con quienes se relacionan, con quienes juegan en los recreos, quienes son sus amigos, si sufren burlas, humillaciones, si tienen motes... Y si algún día el niño ha vivido una situación conflictiva, ayudarle a resolverla de la mejor manera posible.

La tendencia natural del niño suele ser la de ocultar que está sufriendo una situación problemática o de acoso fuera del ámbito familiar, porque le da miedo, porque esté amenazado o porque cree que ya pasará, evita siempre contar la verdad.

Algunas *señales* que pueden indicar que los hijos tienen algún problema o están siendo acosados pueden ser:

- Cambios en su comportamiento. No son cambios repentinos, sino que se dan muy lentamente y van afectando poco a poco a su personalidad.
- Empiezan a no querer hablar con los amigos de siempre, ni con la familia.
- Pérdida repentina de amigos o deseo de evitar situaciones sociales.
- Omiten información sobre el colegio.
- No quieren ir al colegio. Piden faltar a clase, se ponen nerviosos cuando tiene que ir y comienzan a ausentarse a menudo.
- Suelen bajar su rendimiento académico, sus calificaciones bajan y muestran pérdida de interés en las tareas escolares.
- Se muestran tristes y presentan cambios de humor.
- Sufren miedos inexplicables o se aíslan. Pueden sufrir ataques de ira, violencia o verse más irritables de lo normal.

- Dificultad para conciliar el sueño o pesadillas frecuentes.
- Cambios en los hábitos alimentarios, como saltarse horarios de comidas o comer compulsivamente. Los niños pueden llegar de la escuela con hambre porque no comieron.
- Presentan síntomas psicossomáticos. Cuando los pequeños no saben exteriorizar lo que les pasa, el cuerpo empieza a manifestarse a través de dolores de estómago, dolores de cabeza, alergia, depresión, etc.

Es muy habitual que el niño que sufre acoso presente síntomas psicossomáticos como dolores de estómago o de cabeza sin causa médica real, sensación de asfixia, temblores, palpitaciones, o cambios en el apetito o del sueño. Son síntomas reales, pero no hay causa médica que los explique.

- Dejan de participar en actividades: En su intento de evitar cualquier contacto, el niño deja de ir a excursiones, cumpleaños, fiestas, o cualquier evento que pueda propiciar un nuevo acoso.
- Pierden objetos: Empiezan a perder cosas, como el material escolar u objetos personales. Quitarles sus pertenencias es muchas veces utilizado por los acosadores como medio de intimidación.
- También pueden aparecer con la ropa o pertenencias rotas, como un estuche un cuaderno estropeado o el abrigo deteriorado sin explicación.

Del mismo modo, las familias deben estar alerta por si observan *signos* que pueden indicar que sus hijos están acosando a otros. Los niños pueden estar acosando a otros en los siguientes casos:

- Cuando se involucran en agresiones físicas o verbales
- Tienen amigos que acosan a otros.
- Son cada vez más agresivos.
- Son enviados con frecuencia a la dirección del centro.
- No pueden explicar cómo obtuvieron dinero adicional o pertenencias nuevas.
- Culpan a otros de sus problemas.
- No asumen responsabilidad por sus actos.
- Son competitivos y se preocupan por su reputación y popularidad.

El entorno familiar debe contener al niño, escuchar sin juzgarle y mostrar siempre su apoyo. Es necesario que el niño se sienta seguro y confiado en su casa, que haya un buen clima de confianza donde pueda desahogarse y contar que le pasa.

Los padres deben favorecer en sus hijos el desarrollo de habilidades sociales que le ayuden a sentirse más seguros a la hora de defenderse. Que aprendan a ser asertivos, a ser capaces de decir lo que quieren, lo que piensan, sin imponérselo a los demás, y sabiendo que su opinión es tan válida como la de los otros.

Ante el menor síntoma, los padres deben tomar medidas pues el acoso es violencia y la prevención es la clave para atajarlo. Un paso fundamental será hablar con el colegio y trabajar de manera coordinada. *Consultar:*

- *“I am Holly” vídeo realizado por alumnos y profesores del Bedford high School, en Wigan, con motivo de la semana anti-bullying promovido por la organización inglesa antibullying alliance (en inglés).*
- *“Aprendiendo a ser mejores padres”. Enlace:*
<https://www.eduardpunset.es/198/general/aprendiendo-a-ser-padres>

3. CÓMO GESTIONAR LAS EMOCIONES Y MEJORAR SU COMPORTAMIENTO

3.1. Importancia de las emociones y la educación emocional

Hoy en día, la educación debe considerar las emociones y la educación emocional como un pilar básico del sistema. Las investigaciones en neurociencia han demostrado que las emociones son imprescindibles en los procesos de razonamiento y toma de decisiones. Constituyen la base de la curiosidad y la atención, las cuáles son determinantes en los procesos de aprendizaje y están directamente relacionadas con la salud (**Damasio, 2006**). Si entendemos la educación como un proceso de aprendizaje para la vida, la educación emocional resulta imprescindible porque contribuye al bienestar personal y social.

Las emociones positivas facilitan la memoria y el aprendizaje de los niños, mientras que el estrés y las emociones negativas, dificultan el desarrollo de sus funciones ejecutivas. Por todo ello, hemos de aprender y enseñar a los más pequeños a gestionar las emociones de manera positiva.

Rafael Bisquerra define la **educación emocional** como un *“proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, como objeto para capacitarla para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social”*.

Los docentes y las familias debemos generar climas emocionales positivos que faciliten el aprendizaje y la seguridad de los chicos. Para ello, hemos de mostrarles respeto, escucharles e interesarnos, no sólo por las cuestiones académicas, sino por sus sentimientos y emociones. La empatía es fundamental para educar desde la comprensión.

Las evidencias sobre los beneficios de la educación emocional y social son enormes. Se mejora la salud, la capacidad de aprendizaje y se es más feliz. Y no sólo hemos de restringirnos a la adquisición de un mayor bienestar personal y social sino que, además, determinadas competencias emocionales como el autocontrol predicen mejor el rendimiento académico (**Duckworth y Seligman, 2005**).

3.2. Regulación emocional

La regulación emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas. (**Rafael Bisquerra**). Dentro de la regulación emocional encontramos:

- **Expresión emocional apropiada:** Es la capacidad para expresar las emociones de forma apropiada. Implica la habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa. Esto se refiere tanto en uno mismo como en los demás.
- **Regulación de emociones y sentimientos:** Es la regulación emocional propiamente dicha. Esto significa aceptar que los sentimientos y emociones deben ser regulados. Lo cual incluye: regulación de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo); tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, estrés, ansiedad, depresión); perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las

dificultades; capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo pero de orden superior, etc.

- Habilidades de afrontamiento: Habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto, con las emociones que generan. Esto implica estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales.
- Competencia para autogenerar emociones positivas: Es la capacidad para experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas (alegría, amor, humor, fluir) y disfrutar de la vida. Capacidad para auto-gestionar el propio bienestar emocional en busca de una mejor calidad de vida.

En relación a los niños y adolescentes, es importante tener en cuenta su carácter y comportamiento para poner en marcha las estrategias más adecuadas de regulación de las emociones. Cuando los padres participan activamente enseñando al niño cómo manejar sus emociones, estos aprenden estrategias de autorregulación emocional más sofisticadas. La inducción parental en edades posteriores, incluso en la adolescencia, aumenta en el niño su sensación de competencia y el rendimiento académico.

El uso de estrategias autónomas se asocia con una menor intensidad del malestar en niños. No se trata de suprimir las emociones negativas del niño, sino ser capaz de ajustar y alterar de forma flexible su estado emocional.

El niño, gracias a la ayuda de los padres, puede aprender a utilizar estrategias más activas en presencia o en ausencia de ellos. Son los padres los que han de adaptarse a las respuestas emocionales del niño, para poner en marcha estrategias adecuadas para enseñarle a regularse emocionalmente.

Un niño que no aprende a regularse emocionalmente de una forma adecuada, con el paso de los años irá aprendiendo de una forma disfuncional.

Para poder tener una buena regulación emocional es necesario saber identificar y percibir las emociones de forma adecuada en uno mismo y en los demás. Supone, además, ser capaz de percibir y sentir nuestro estado emocional, manteniendo intacta nuestra capacidad de razonar. Con ayuda del adulto, los niños pueden ir aprendiendo a identificar y diferenciar las emociones, y es comprensible que encuentren muchas dificultades para regularlas.

Los adultos, debemos acompañarles en este proceso para ayudarles a identificar, asimilar, comprender y regular las emociones.

Es importante saber que podemos aprender a manejar nuestros estados emocionales. Y que, aunque no podamos evitar sentir una emoción, siempre podemos elegir lo que hacer con ella. Por ejemplo, si el niño se siente enfadado, ayudarle a que aprenda que puede descargar ese enfado haciendo deporte, dando una vuelta, porque, por el contrario lo usará en su contra o contra los demás.

3.3. Estrategias para gestionar las emociones y mejorar el comportamiento

Es muy importante enseñar a modular y controlar los sentimientos propios en una forma adecuada, esto constituye una sensación de control interno, aspecto fundamental en el desarrollo emocional. Para solucionar cualquier problema el niño debe aprender a tener control sobre sus miedos, temores y angustia, esto le permitirá encontrar estrategias diferentes para enfrentar los pequeños problemas y poner a funcionar todos sus recursos internos.

La mayoría de los problemas emocionales de los niños de hoy se debe a reacciones de enfado y agresividad. Por tanto, los padres tienen el deber de ayudarles a identificar y manejar estas reacciones.

Algunas *estrategias* pueden ser:

- Enseñar al niño a identificar y reconocer la emoción que está sintiendo. Este es el primer paso para el control emocional. Escoger una emoción, pensar en cómo reaccionamos, qué actitudes vemos en los demás...
- Ayudarle a que comprenda lo que le pasa. Que aprenda a saber el motivo de lo que le pasa y que explique las razones para estar así.
- Mostrar al niño los beneficios de pensar antes de actuar, por ejemplo, enseñarle a contar hasta diez o respirar profundamente antes de explotar.
- Controlar sus propias emociones, recordando que el niño aprende de las actitudes y experiencias de los demás.
- Enseñarle a expresar sus emociones de forma diferente a lo que ha prendido: rabietas, lloros, gritos...
- Mostrar al niño las consecuencias de actuar de manera impulsiva sobre los demás y sobre sí mismo: después de herir a alguien uno se puede sentir avergonzado y culpable.
- Ayudarle a encontrar soluciones para diferentes situaciones. Los niños se pueden enfrentar a situaciones en las que se sientan agredidos y en las que actúan de forma agresiva o desproporcionada porque no saben el mejor modo de responder a ello.
- Reforzar su autoestima, pues es indispensable para que los niños aprendan a controlar sus emociones. Es importante enseñar a los niños que son valiosos y que no tienen que reaccionar de manera agresiva para ser aceptados.
- El ejemplo es indispensable, si los niños observan que los padres reaccionan desproporcionadamente ante determinadas situaciones, ellos también lo van a hacer. Es importante que los padres adquieran conductas y comportamientos positivos, para que los niños las imiten.
- Enfatizar la importancia de pedir perdón. Si los niños se comportan mal con otras personas, es necesario mostrarles la importancia de pedir disculpas.
- Establecer reglas y límites: las reglas son indispensables en el hogar. En ellas se debe establecer el respeto como aspecto principal. A través de estas reglas los niños podrán manejar su comportamiento y comprender y diferenciar lo que es apropiado hacer y lo que no.
- Favorecer su autonomía: esto refuerza su sensación de controlar la capacidad de comprender, integrar y responder con efectividad a las circunstancias que se le presenten.
- Permitir a los niños tomar decisiones y asumir las consecuencias de éstas.

En cuanto a *técnicas* que sirvan como medio para controlar las emociones y el comportamiento presentamos, a continuación, la ***Técnica del Semáforo***.

Esta técnica trata de aplicar el funcionamiento del semáforo para enseñar al niño a que aprenda a gestionar emociones negativas. Para ello, es necesario asociar los colores del semáforo con las emociones y la conducta:

- **Rojo:** Parar. Cuando no podemos controlar una emoción (sentimos mucha rabia, queremos pegar a alguien, nos ponemos muy nerviosos...) tenemos que pararnos como cuando lo hacemos ante la luz roja del semáforo.
- **Amarillo:** Pensar. Después de detenerse es el momento de pensar y darse cuenta del problema que se está planteando y de lo que se está sintiendo.
- **Verde:** Solucionar. Si dedicamos tiempo a pensar, pueden surgir alternativas o soluciones al conflicto o problema. Es la hora de elegir la mejor solución.

Para el desarrollo de esta técnica, se puede pedir a los hijos que indiquen formas que ellos conocen o creen más adecuadas para conseguir calmarse: callarse y pensar, desaparecer de la situación, alejarse... Ellos mismos pueden indicar una lista de conductas posibles.

Una manera de practicar esta técnica es colocar semáforos en diferentes lugares de la casa, de este modo se les recuerda que siempre que se enfaden pueden utilizar esta técnica. Además, puede ser muy recomendable su uso también para los padres, aprendiendo a ser conscientes de que hay que detenerse a pensar antes de actuar.

➤ *Consultar:*

- Libro *“Emocionario”*: describe, con sencillez, cuarenta y dos estados emocionales para aprender a identificarlos y, así, poder decir lo que realmente sentimos. Enlace: <http://www.palabrasaladas.com/emocionario.html>
- Vídeo *“El aprendizaje social y emocional: las habilidades para la vida”*. Enlace: <http://www.rtve.es/television/20130522/aprendizaje-social-emocional-habilidades-para-vida/669382.shtml>

4. ESTILOS PARENTALES

En este momento social ser padre y madre supone una gran responsabilidad: educando con el objetivo de potenciar y optimizar el desarrollo y la madurez de sus hijos, lo que supone generar las condiciones indispensables para su desarrollo, adecuándose a las necesidades de cada etapa evolutiva y a las necesidades particulares de cada niño o adolescente.

Todo padre, madre o quien se encuentre en su lugar, sin duda, pretende ser correcto con sus hijos e hijas, cumplir adecuadamente con su rol y ejecutar acertadamente sus funciones parentales (**Capano y Ubach, 2013**).

No obstante, cuando el nivel de estrés que viven los adultos supera su capacidad de afrontamiento, su capacidad educativa puede disminuir de forma importante. Esto es algo muy frecuente en la sociedad actual, en la que a menudo los padres se sienten desbordados y cansados, ya que conciliar la jornada de trabajo, la educación de los hijos y la vida familiar, social y personal no es tarea fácil. Así, es fundamental que los padres sean capaces de reflexionar acerca de qué métodos educativos emplean habitualmente, sus posibles consecuencias y cómo adecuar dichos métodos en función de lo que quieren conseguir con respecto a la educación de sus hijos.

El **estilo educativo** es “*un constructo psicológico que describe el conjunto de técnicas que utilizan los adultos para educar a los menores, es decir, se refiere a las conductas que identifican las respuestas que los adultos dan a los menores ante cualquier situación cotidiana, toma de decisiones o actuación*”. (**Climent, 2009**).

Cuando nos referimos a *estilos educativos parentales*, hay que tener en cuenta las tendencias globales de comportamiento, es decir, los estilos más frecuentes; ya que con ello no se pretende decir que los padres utilicen siempre las mismas estrategias con todos sus hijos ni en todas las situaciones, sino que los padres, escogen dentro de un marco más amplio y flexible, los posibles estilos educativos. Además, hay padres que pueden utilizar combinaciones de estilos, por lo que no son exclusivos.

Respecto al tema que nos atañe, son varias las investigaciones que, centradas en localizar los factores asociados al desarrollo de la conducta antisocial, comprueban que las causas que provocan un problema de adaptación social pueden ser diversas, pero al mismo tiempo apuntan que es en la familia donde recae el principal peso. Así, conociendo qué estilos de socialización parentales se relacionan más o menos con un comportamiento antisocial del menor se pueden adaptar las prácticas de los padres para intentar prevenir la violencia desde el ámbito familiar.

Tradicionalmente, la investigación en torno a la relación entre los estilos parentales y el ajuste psicosocial de los hijos se ha basado en cuatro tipos de estilos de socialización familiar.

Maccoby y Martin propusieron en 1983 un modelo bidimensional de socialización parental a partir de dos dimensiones: *exigencia y responsividad*, las cuales han sido definidas como *control-exigencia y afecto-comunicación*, respectivamente. El estilo parental fue definido entonces como reflejo de dos procesos: el número y tipo de demandas hechas por los padres y la contingencia del refuerzo parental. Así, de la combinación de estas, surgen cuatro estilos parentales:

- **Padres autoritativos o autoritativo:** elevada exigencia y responsividad.
- **Padres negligentes:** baja exigencia y responsividad.

- **Padres indulgentes:** baja exigencia y alta responsividad.
- **Padres autoritarios:** alta exigencia y baja responsividad.

		AFECTO Y COMUNICACIÓN	
		ALTO Afecto y apoyo explícito, aceptación e interés por las cosas del niño y sensibilidad ante sus necesidades	BAJO Afecto controlado y no explícito, distanciamiento, frialdad en las relaciones, hostilidad o rechazo
CONTROL Y EXIGENCIAS	ALTO Existencia de normas y disciplina, control y restricciones de conducta y exigencias elevadas.	AUTORITATIVO	AUTORITARIO
	BAJO Ausencia de control y disciplina, ausencia de retos y escasas exigencias.	PERMISIVO	NEGLIGENTE

Con el objetivo de describir cada una de las dos dimensiones, **Baumrind**, en 1996, asigna las siguientes características a cada una de ellas:

○ **Afecto y comunicación:**

- **Afabilidad:** se refiere a la expresión de amor por parte de los padres. La afectividad y empatía en los padres motivan a los niños para participar en estrategias cooperativas, asociadas con su desarrollo moral.
- **Reciprocidad:** abarca procesos de sincronía o adaptación en las interacciones padres-hijos. Saber identificar las necesidades de los hijos y responder a ellas adecuadamente.
- **Comunicación clara y discurso personalizado:** la comunicación unidireccional por parte del padre legitima su autoridad basándose en roles asignados y es experimentada por el niño como coercitiva; mientras que la comunicación parental bidireccional, centrada en la persona legitima la autoridad parental mediante la persuasión y tiende a ser mejor aceptada por parte del niño.
- **Apego:** en las sociedades occidentales, los niños que se sienten seguros tienen una relación afectiva recíproca con sus cuidadores, mientras que los niños evasivos, en un esfuerzo por minimizar la intrusiva expresión de afecto de sus cuidadores, no buscan la proximidad. Sin embargo, el apego con una sola persona es perjudicial, siendo más efectivo cuando se realiza con varias personas de su entorno.

El *afecto-comunicación* se refiere al afecto y apoyo, a la aceptación e interés por las cosas del niño y a la sensibilidad ante sus necesidades. De esta manera, los hijos se sienten aceptados, entendidos y tenidos en cuenta.

○ **Control y exigencia:**

- **Confrontación:** los padres que se enfrentan a los comportamientos inadecuados de sus hijos se muestran implicados y firmes pero no necesariamente coercitivos, aunque podrían serlo. Unos padres confrontadores se muestran firmes cuando algo provoca conflicto y no ceden ante las demandas irracionales por parte de los hijos.

- Supervisión: un hogar organizado, expectativas consistentes, normas claras, responsabilidades definidas y supervisión promueven la autorregulación y plenitud del niño. La supervisión de los padres previene el comportamiento antisocial de sus hijos.
- Disciplina consistente y contingente: el control parental pretende orientar al niño hacia las metas seleccionadas por los padres, modificar las expresiones de inmadurez y dependencia y promover obediencia. El elemento más importante en el control del comportamiento es el uso de refuerzo a las conductas deseadas o el castigo y la extinción frente a las conductas no deseadas.

El *control-exigencia* parental hace referencia a la existencia de normas y disciplina que intentan conseguir los padres. De esta manera, controlan y supervisan el comportamiento de sus hijos y además velan por el cumplimiento de las normas establecidas.

A continuación, se describen las características principales de los *cuatro estilos parentales* considerados (autoritativo, permisivo, negligente y autoritario):

1. Estilo autoritativo o democrático: Su característica principal es el alto nivel tanto de afecto, comunicación, control y exigencias que caracterizan las relaciones familiares entre padres e hijos. Los progenitores:

- Utilizan el diálogo y la comunicación con el objetivo de que sus hijos comprendan las acciones y comportamiento de los progenitores, las normas que establecen, etc. Llegando incluso a negociar ciertas cosas con ellos, con lo que estimulan que expresen sus necesidades. Las explicaciones siempre deben estar adaptadas al nivel de comprensión del niño.
- Tratan de guiar la conducta del niño por medio del respeto y el reconocimiento mutuo, mostrando interés por satisfacer las necesidades que demandan sus hijos y respetando la individualidad y los derechos de los menores.
- Exigen el cumplimiento de límites y cooperan en los deberes recíprocos.

Los padres que ejercen el estilo democrático tienen hijos con un mejor ajuste emocional y comportamental, ya que manifiestan un estado emocional estable y alegre, una elevada autoestima y autocontrol.

Tienden a obtener mejores resultados académicos y menor tendencia a manifestar problemas de conducta, además de ser más independientes, afrontar mejor nuevas situaciones y ser más sociales. Por tanto, este estilo presenta una alta eficacia para el desarrollo óptimo, tanto a nivel social como a nivel personal.

2. Estilo indulgente o permisivo: La relación familiar entre padres e hijos en este estilo educativo muestra altos niveles en la dimensión de afecto y comunicación así como bajos en cuanto a mecanismos de control y exigencia. Los padres:

- Defienden la liberación del niño y no sienten la necesidad de establecer unas normas rígidas de comportamiento alejándose del uso de castigos.
- Llevan a cabo una crianza sobreprotectora con escasa disciplina.

Los niños que viven con padres con un estilo permisivo demuestran ser dependientes y poco obedientes, tienen dificultad en la interiorización de valores y para enfrentar situaciones nuevas, son más inmaduros, tienen baja autoestima, padecen de falta de confianza y escasa motivación, tienen bajos niveles de control de sus impulsos y bajos niveles de tolerancia a la frustración, manifiestan dificultades a nivel conductual y a la hora de relacionarse socialmente.

3. Estilo negligente o indiferente: Los padres con un estilo negligente transmiten bajas dimensiones de afecto y comunicación así como una escasez de control de exigencias:

- Se muestran indiferentes a las necesidades de sus hijos.
- Son pasivos, no hay normas ni afecto.
- No establecen castigos para eliminar conductas ni recurren al uso de recompensas para premiar el buen comportamiento.

Quienes han vivido con unos padres con estilo parental negligente, presentan problemas académicos, emocionales, conductuales, sociales y de identidad personal. La falta de afecto y de supervisión conlleva efectos muy negativos en su desarrollo: sienten inseguridad e inestabilidad, son dependientes, tienen dificultad de relación con sus pares, baja tolerancia a la frustración y bajos niveles de autoconcepto y autoestima, etc. Suelen engañar con facilidad, mostrarse desconfiados con los demás y tener un carácter vulnerable e impulsivo, lo cual facilita la aparición de conductas agresivas y conflictos.

4. Estilo autoritario: Se relaciona con una alta rigidez debido al gran uso que los progenitores hacen del control y las exigencias frente a la escasez de afecto y comunicación en las relaciones con sus hijos:

- No explican los motivos de sus comportamientos, establecen normas dentro del núcleo familiar sin aceptar ni contar con la opinión del niño.
- No muestran afecto.
- Promueven un control muy restrictivo. Perciben la obediencia como una virtud y el castigo como la principal medida de modificación de conducta.

Los hijos de padres con estilo educativo autoritario, presentan problemas a nivel emocional, con una baja autoestima, un autoconcepto negativo y una confianza en sí mismos deteriorada. Además, se muestran tímidos, la expresión de afecto con sus pares es mínima, son irritables y vulnerables y, por tanto, tendrán unas relaciones sociales pobres, lo que aumenta la posibilidad de manifestar conductas agresivas. Cuando el control es muy severo, estos chicos terminan rebelándose ante sus padres, especialmente al principio de la adolescencia.

Como se ha podido comprobar en la descripción de los cuatro estilos educativos parentales, los padres tienen la capacidad de influir en el desarrollo social de los hijos y de condicionar su personalidad atribuyéndoles unas características psicológicas concretas.

4.1. Escala ESPA29 para evaluar la socialización familiar

La escala de estilos de socialización parental en la adolescencia ESPA29 de **Musitu y García** se compone de un total de 212 ítems con una escala de respuesta que oscila de 1 (nunca) a 4 (siempre).

La escala evalúa la percepción que tienen los adolescentes sobre cómo actúan los padres en 29 situaciones representativas de la cultura occidental: 13 situaciones en las que los hijos cumplen las normas familiares (p.ej. "Si respeto los horarios establecidos en mi casa") y 16 en las que los hijos incumplen dichas normas (p.ej. "Si me peleo con algún amigo o alguno de mis vecinos").

Los adolescentes valoran la frecuencia con la que los padres les muestran afecto (“Me muestra cariño”) e indiferencia (“Se muestra indiferente”) en cada una de las 13 situaciones de cumplimiento de las normas familiares; mientras que, para cada una de las 16 situaciones de desobediencia, los adolescentes indican la frecuencia con la que los padres responden mediante diálogo (“Habla conmigo”), displicencia (“Le da igual”), coerción verbal (“Me riñe”), coerción física (“Me pega”) y privación (“Me priva de algo”).

La puntuación de cada uno de los padres en aceptación/implicación se obtiene promediando las puntuaciones en afecto, diálogo, indiferencia y desagrado.

La puntuación de los padres en severidad/imposición se obtiene promediando las respuestas en coerción verbal, coerción física y privación. Ambos índices oscilan de 1 a 4 puntos; por lo que altas puntuaciones representan altos niveles de aceptación/implicación y severidad/imposición por parte del padre o la madre.

A partir de estas puntuaciones se tipifica el estilo de socialización familiar como autoritativo, indulgente, autoritario o negligente.

ESPA 29

Escala de estilos de socialización parental en la adolescencia

29 situaciones que muestran cómo los adolescentes ven a sus padres

De 12 a 18 años
De 1º de la ESO a 2º de Bachillerato

Autoritativo

Autoritario

Negligente

Indulgente

tea A la vanguardia de la evaluación psicológica

www.teaediciones.com

LLAMADA A LA ACCIÓN

1. Te invitamos a que observes a tu hijo detenidamente, ¿se te ocurre alguna tarea en la que podrías darle mayor autonomía según su momento evolutivo? ¡Ponlo en práctica!
2. Los límites son necesarios pero a veces son difíciles de poner. Hay algo en relación con tu hijo, en casa, que necesitaría establecer unos límites más claros. ¡Intenta ponerlos!

MATERIAL COMPLEMENTARIO

- Ayudar a crecer. Guía para trabajar con grupos de padres y madres. (Gobierno de Navarra)
- Autoridad, límites y autonomía. (Comunidad de Madrid).
- La autoridad compartida. (Comunidad de Madrid).
- Guía de Orientación para familias con adolescentes. Consejería de Educación. Delegación Provincial de Jaén (Junta de Andalucía).

BIBLIOGRAFÍA

- Bronfenbrenner, U. (1985). Contextos de crianza del niño. Problemas y perspectiva. *Infancia y Aprendizaje* nº 29.
- Capano, Á., & Ubach, A. (2013). Estilos parentales, parentalidad positiva y formación de padres. *Ciencias Psicológicas*, 7(1), 83-95.
- Carretero, M., León Cascón, J.A. "Desarrollo cognitivo y aprendizaje en la adolescencia" en Palacios, Marchesi y Coll. Comp. (1998) *Desarrollo psicológico y educación*, 1. Alianza Psicología. Madrid.
- Comino, M. E., & Raya, A. F. (2014). Estilos educativos parentales y su relación con la socialización en adolescentes. *Apuntes de Psicología*, 32(3), 271-280.
- García, F., & Gracia, E. (2010). ¿Qué estilo de socialización parental es el idóneo en España? Un estudio con niños y adolescentes de 10 a 14 años. *Infancia y Aprendizaje*, 33(3), 365-384.
- García Madruga, J.A.: *Psicología evolutiva*, UNED, Madrid, 1995.
- Marchesi y otros: *Desarrollo Psicológico y Educación*, Alianza Editorial, Madrid, 1992.
- Musitu, G., & García, F. (2016). La evaluación de la socialización familiar: ESPA29. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (367), 60-66.
- Nitsch, C. y Schelling, C. (1998). *Límites a los niños. Cuándo y cómo*. Barcelona: Ediciones Medici.
- Phelan, T.W. (2005). Autoestima. Entendiendo y manejando las críticas transiciones en la vida de su hijo.
- Raya, A. F (2008). Estudio sobre los estilos educativos parentales y su relación con los trastornos de conducta en la infancia. Universidad de Córdoba, Servicio de Publicaciones.

Módulo 3.

EDUCANDO PARA CONVIVIR



MEJORA DE LA CONVIVENCIA Y PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

MÓDULO 3: EDUCANDO PARA CONVIVIR

1. EDUCAR CONSTRUYENDO RELACIONES SANAS

2. LA CONVIVENCIA

2.1. DEFINICIÓN.

2.2. ENFOQUE GLOBAL.

3. ACOSO ESCOLAR

3.1. DEFINICIÓN.

3.2. COMPONENTES.

3.3. TIPOS DE ACOSO.

3.4. PERFILES DE VÍCTIMAS Y ACOSADORES.

3.5. DIFERENCIAS EN FUNCIÓN DE LA EDAD Y EL SEXO.

3.6. CIBERACOSO.

3.7. CONDICIONES FAMILIARES QUE INCREMENTAN O REDUCEN EL RIESGO DE ACOSO.

4. TIPOS DE VIOLENCIA

4.1. VIOLENCIA ENTRE IGUALES.

4.2. LGTBIFOBIA.

4.2.1. Definiciones.

4.2.2. Nociones básicas sobre homosexualidad y transexualidad.

4.2.3. Orientaciones familiares.

4.3. VIOLENCIA DE GÉNERO.

4.3.1. ¿Qué es la violencia de género?

4.3.2. ¿Por qué se produce?

4.3.3. ¿Cómo pedimos ayuda?

4.4. DELITOS DE ODIO

5. EDUCACIÓN PARA LA DIVERSIDAD

1. EDUCAR CONSTRUYENDO RELACIONES SANAS

Enseñar a educar para la convivencia es educar para la calidad existencial de una vida satisfactoria con un acompañamiento comprometido y responsable. La educación desde enfoques de convivencia persigue el propósito de hacer que las personas sean más competentes emocionalmente para tener una relación positiva con ellas mismas (inteligencia intrapersonal), una relación positiva y armoniosa con los demás (inteligencia interpersonal) de **Gardner (2012)** y además tener una relación positiva con las circunstancias de la vida (habilidades de vida y bienestar).

Las relaciones positivas entre las familias, el profesorado y el alumnado generan un conocimiento mutuo, una comprensión comprometida que nos lleva a incrementar la capacidad de comprender y regular las emociones sabiendo explicarlas y por extensión dinamizando la competencia en las relaciones sociales que mejora, por lo tanto, la calidad de las interacciones o el clima relacional y la cohesión grupal. Los diálogos compartidos promueven el respeto y la tolerancia que lleva, sin lugar a dudas, a un control de la impulsividad y a tener sensibilidad con los contenidos afectivos.

Las relaciones sanas con otras personas nos aportan bienestar, salud, calidad de vida, al tiempo que fortalecen nuestra autoestima. Las relaciones interpersonales de cualquier tipo han de construirse sobre la base del respeto mutuo.

Desde que los hijos se encuentran en edad temprana, se les debe enseñar a relacionarse bajo el respeto y climas adecuados que favorezcan el mantenimiento de relaciones saludables. Para ello, hay que tomar en consideración varios aspectos a valorar y trabajar:

- **Expectativas realistas.** Aceptar a la otra persona tal y como es, sin pretender que se comporte del modo que nosotros queremos, y considerando sus características y rasgos personales.
- **Buena comunicación.** Lo cual implica estar cuando hay que estar, mostrar interés, saber escuchar y ser generoso compartiendo nuestras experiencias y opiniones personales.
- **Flexibilidad.** Las relaciones evolucionan conforme lo hacen las personas que las integran. Además, que no siempre, una misma persona reacciona del mismo modo, porque sus circunstancias personales varían, por lo que hay que educar en la sensibilidad y flexibilidad, haciendo a los hijos conocedores de las consecuencias que se han de asumir frente a las acciones que cometan.
- **Espacio personal.** Es muy importante, que cada uno se conozca bien, que analice su comportamiento y reflexione sobre sus acciones. Cada persona ha de tener un espacio exclusivamente para sí mismo, para cuidar de sí mismo.
- **Responsabilidad.** Otorgar responsabilidades o tareas a los hijos, y ser correspondidos adecuadamente genera un clima de confianza y ayuda que favorece el bienestar por ambas partes. Es importante hacer ver a los hijos que cuando uno da su palabra a alguien, la debe cumplir. Por otro lado, hay que dejar que los hijos experimenten la consecuencia natural de su irresponsabilidad.

- **Confrontaciones limpias.** En la mayoría de las relaciones surgen discusiones y conflictos. En ese momento hay que tener en cuenta las siguientes actitudes.
 - Hablar del problema cuando las dos partes estén preparadas.
 - No criticar al otro; ceñirse a la situación.
 - No atribuir al otro los sentimientos y razones que sospechamos que tiene; dejar que se explique.
 - No acudir a reproches ni a experiencias pasadas; mantenerse en el asunto que se discute.
 - Reconocer que se está equivocado, si se está, y pedir disculpas.
 - No ridiculizar o poner en evidencia al otro cuando no lleva la razón.
 - Llegar a un punto de acuerdo, si se puede. Si no, que prevalezca el respeto mutuo.
 - Los padres, madres o tutores legales deben ser ejemplo de conductas responsables.
- **Mostrar calidez.** Para que exista una relación sana, es necesario crear un clima de confianza, donde se pueda dedicar el tiempo necesario para ayudar al otro. Además, esto se hace más importante aún, cuando se trata de un hijo, el cual precisa de sus relaciones de apego más cercanas para sentir muestras de cariño y comprensión.
- **Independencia.** Necesitamos libertad para desarrollar nuestras actividades y para mantener distintas relaciones con quienes nos rodean. Una única relación no puede ni debe acapararnos.
- **Tomarse el tiempo necesario.** Las relaciones se enriquecen y se hacen más sólidas con el paso del tiempo.
- **Ser auténtico.** Las relaciones saludables se cultivan por lo que uno es, no por lo que aparenta.

Si lo que queremos es actuar para mejorar la salud y aumentar el bienestar, necesitamos hacerlo desde una perspectiva amplia, la de mejorar el comportamiento de las personas, los grupos y las organizaciones. Sabemos que los entornos se modifican por la actuación y voluntad de las personas. Si las actuaciones de las personas y sus interacciones no son saludables, difícilmente se podrán articular entornos que lo sean. Es necesario, por tanto, dirigir nuestra acción a la búsqueda de estrategias activas, esperanzadas y prácticas. Y hacerlo desde un análisis amable de nuestras propias capacidades.

2. LA CONVIVENCIA

2.1. Definición

El Diccionario de la Real Academia (DRAE, 2012)

La convivencia es la *“acción de vivir juntos”*.

Ortega y Martín, 2004

La convivencia es la acción de vivir juntos compartiendo actividad, comunicación y valores morales positivos.

Dimensión socio-jurídica

En el preámbulo de la Constitución, lo siguiente:

“La Nación española, deseando establecer la justicia, la libertad y la seguridad y promover el bien de cuantos la integran, en el uso de su soberanía, proclama su voluntad de garantizar la convivencia democrática dentro de la Constitución y de las leyes conforme a un orden económico y social” Preámbulo de la Constitución: (BOE: 29-12- 1978). La convivencia es una construcción social que expresa como la magnitud que tiene la vida en común a todos los respectos y a todos los niveles para el ser humano. La vida en común que puede ser observada, analizada desde diversas disciplinas tanto académicas como culturales. Lo cual enriquece aún más el concepto, porque pone a nuestra disposición perspectivas de otras miradas científicas o sociales.

Dimensión psicológica

Desde el punto de vista psicológico, es la acción de vivir, comunicarse y desplegar actividades comunes, bajo convenciones y normas auto elegidas y que producen el placer ético y emocional de compartir escenarios tiempo y valores.

Dimensión educativa:

La convivencia es el basamento de relaciones interpersonales sobre el cual se puede acometer la compleja e interesante actividad de aprender y enseñar de forma satisfactoria” (Ortega, 2010).

2.2. Enfoque global

A partir de las primeras obras de **Vygotsky (1934)**, el enfoque sociocultural ha ido ganando peso en las posiciones evolutivas y en el ámbito educativo (**Martí, 2006**). Como es bien sabido, esta concepción postula que el desarrollo tiene lugar gracias a la mediación social. Las personas conocemos la realidad y a nosotras mismas por la actividad que realizamos sobre el mundo, pero esta actividad toma una forma específica por la mediación que los otros llevan a cabo. Somos sujetos activos que construimos el conocimiento, pero se trata de un proceso de construcción. Lo que aprendemos en situaciones de interacción social es lo que después nos apropiamos como un recurso propio. En el origen está lo social. Quizás la idea que mejor pueda resumir este principio es la bellísima forma en que Vygotsky define la conciencia: contacto social con uno mismo. Cualquier persona puede reconocer esos momentos en los que nos “hablamos” e identificar su potente efecto en la comprensión de lo que pensamos y sentimos.

➤ Enseñar a convivir

La acción de convivir implica la puesta en práctica de estrategias sociales, valores, actitudes y sentimientos que garanticen la vida en común en democracia; una acción que debe encontrarse en el interior de todas y cada una de las instituciones y escenarios sociales. Pero en la escuela, la convivencia conlleva un doble cometido: por un lado, constituye la base de la vida democrática que allí se practica, como comunidad donde distintos grupos de personas comparten tiempo, espacio y experiencias; y, por otro, se convierte en la vía de aprendizaje privilegiada para que los futuros ciudadanos/as se conviertan en personas socialmente competentes, capacitadas para vivir en una sociedad caracterizada por el reconocimiento de los derechos, el respeto a los demás y la vida en armonía (**Ortega y del Rey, 2004**).

La educación actual debe ampliar sus objetivos para responder al reto de una sociedad que cambia rápidamente, en torno a cuatro pilares básicos: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a ser y aprender a convivir.

- Aprender a convivir, conociendo mejor a los demás, y a partir de ahí crear un espíritu nuevo que impulse la realización de proyectos comunes o la solución inteligente y pacífica de los inevitables conflictos.
- Aprender a conocer, teniendo en cuenta que conviene compaginar una cultura general con la posibilidad de estudiar a fondo un número reducido de materias, sentando así las bases para aprender durante toda la vida.
- Aprender a hacer, adquiriendo una competencia que permita hacer frente a numerosas situaciones, algunas imprevisibles, y que facilite el trabajo en equipo.
- Aprender a ser, con una mayor autonomía y capacidad de juicio junto con el fortalecimiento de la responsabilidad personal en la realización del destino colectivo, que confirma la necesidad de comprenderse mejor a uno mismo.

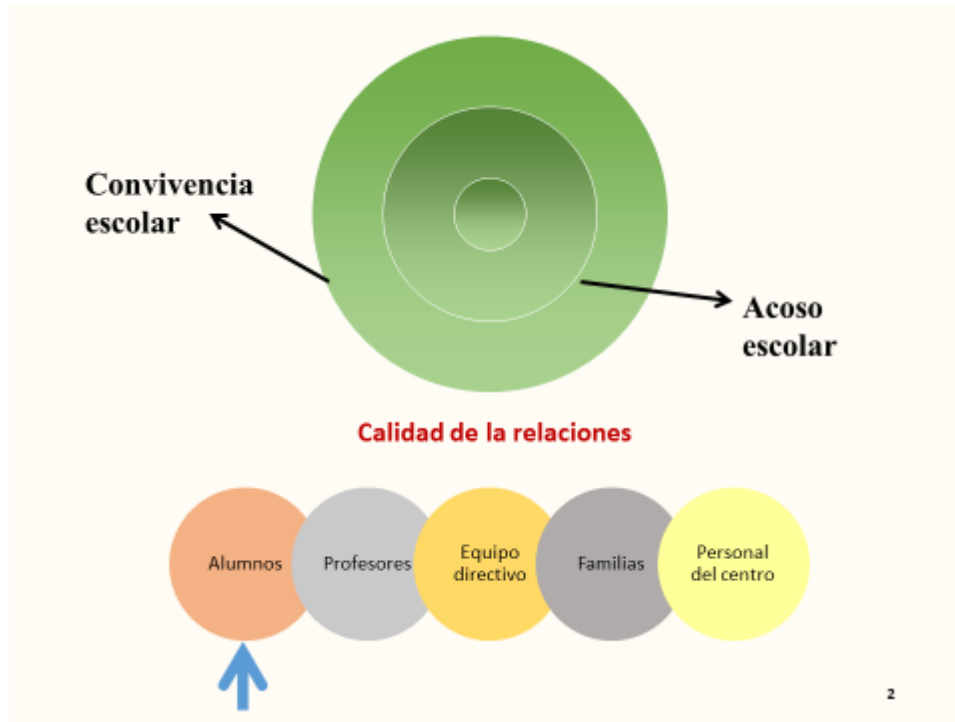
➤ **Convivencia desde el currículum**

De las siete competencias clave definidas en el actual ordenamiento jurídico de nuestro sistema educativo, sin duda la competencia social y cívica parece la más ajustada a las responsabilidades de los centros educativos para desarrollar prácticas educativas equilibradas que permitan proporcionar sus objetivos y contenidos de manera que la convivencia y el clima social subrayen y consoliden su relevancia y pertinencia en los proyectos y planes educativos. No obstante, debe considerarse el papel esencial que tiene la mejora de la convivencia como concepto y experiencia personal y social en el desarrollo de acciones educativas para el desarrollo del resto de las competencias clave. Porque todas ellas pueden verse favorablemente condicionadas desde la consideración de la promoción de la convivencia pacífica como un motor estratégico, procedimental y metodológico en el día a día en las aulas, entre programaciones, temarios, proyectos de trabajo y formas de entender la acción educativa.

El currículum ha de ser un fiel reflejo de la finalidad educativa que hemos remarcado anteriormente. Su relación de objetivos, actividades, criterios de evaluación, etc., ha de dar paso a la valoración y al reconocimiento del papel que las emociones, los sentimientos, las actitudes y los valores juegan en el desarrollo integral de los niños, niñas y jóvenes que acuden a la escuela (**Ortega y Córdoba, 2008**).

Y no sólo debe reflejarlo, sino también proponer y facilitar, en líneas generales, las vías necesarias para su canalización en la práctica diaria.

En este contexto, la idea surge pues con fuerza. Enseñar y aprender desde la configuración de modelos de acción didáctica en los que convivir, compartir, construir juntos se convierte en el auténtico motor de cada experiencia.



➤ Convivencia y relaciones interpersonales

Para que el alumnado aprenda a convivir positivamente debe observar y participar en las comunidades en las que se establezcan relaciones positivas con las personas.

A ser solidario, tolerante, comprensivo, dominante, irrespetuoso o violento, no se aprende en abstracto, sino a través de la propia experimentación con los demás (**Ortega y Mora-Merchán, 1996**), y es, precisamente, la escuela, el lugar donde los alumnos y alumnas tienen una oportunidad idónea para poner en práctica sus habilidades sociales, a través de las múltiples experiencias relacionales que mantienen con su grupo de iguales y con los adultos del centro.

Los procesos afectivos y emocionales que están implícitos en las aulas, los pasillos y los patios de recreo son los que van articulando el entramado de hábitos, conductas, actitudes y valores que componen la personalidad y cuyo desarrollo óptimo favorece la construcción de personalidades críticas, sanas y equilibradas moralmente. Para ello es necesario que se hagan explícitos con la intención de poder dialogar, reflexionar y seleccionar aquellos hábitos o actitudes que se precisan mantener o desarrollar, a la vez que desechar aquellas conductas que no merezcan la pena ser retenidas (**Ortega y Del Rey, 2004**). A partir de esta reflexión conjunta y consensuada es como se construye el asentamiento de las bases de una personalidad ajustada a la vida democrática.

➤ **Convivencia y actividades**

Mejorar la convivencia y el clima social en las aulas y centros educativos es tarea de todos. De todos los que configuran y dan vida a un centro educativo. De sus protagonistas y agentes esenciales. Profesorado, alumnado, padres y madres. Y debe entenderse como un trabajo compartido, con acuerdos y principios esenciales debatidos, normas claras y acuerdo generalizado sobre los modos y maneras en que la convivencia pacífica debe incorporarse, a cada gesto, a cada acción, a cada experiencia didáctica o relacional.

El alcance de una educación de calidad presupone y lleva implícita que las relaciones familia-escuela deban ser equilibradas, fluidas, significativas y al mismo tiempo deben estructurarse e “infusionarse” en un mismo sistema de valores que sirva de retroalimentación positiva siendo la única manera de conseguir la implantación efectiva de la convivencia (**Palacios 1999a, 1999b**).

Para mejorar la convivencia y prevenir la violencia, es preciso, que desde todos los contextos educativos, se enseñe a resolver conflictos de forma constructiva; es decir, pensando, dialogando y negociando. Para ello, es importante, que tanto la familia como la escuela, esté formada, revise sus postulados, participe y actúe de forma conjunta y complementaria.

3. ACOSO ESCOLAR

3.1. Definición

El **bullying** o **acoso escolar**, es un término acuñado en los años setenta por el investigador **Dan Olweus** para referirse a un tipo de violencia que se produce entre niños o entre adolescentes en contextos educativos.

La definición propuesta por este autor en 1978 plantea que:

'Un estudiante sufre acoso escolar cuando está expuesto repetidamente a lo largo del tiempo a acciones negativas por parte de uno o más estudiantes'. Dichas acciones negativas comprenden desde recibir conductas agresivas de tipo social, (como por ejemplo, hacer el vacío, rechazar o realizar ostracismo sobre alguien), hasta conductas de tipo verbal (como insultar, poner mote, o mofarse de alguien) y o realizar conductas de tipo físico (como golpear a otro compañero). Puede ser directamente realizado como por ejemplo insultar o empujar a alguien o indirecto y habitualmente más elaborado, como por ejemplo, levantar un rumor falso sobre alguien' (Olweus, 1993).

3.2. Componentes

El maltrato entre iguales adopta formas y utiliza canales diferentes de manifestación. En su raíz se nutre de componentes identificados desde las primeras investigaciones (**Olweus, 1999**):

Desequilibrio.

Es el componente más discriminante del maltrato. Existe *desigualdad con relación al poder* –"desequilibrio de fuerzas"- (**Olweus, 1998**, p. 26) entre quien agrede y su víctima. Desequilibrio que, además de referirse al poder, se refleja también en la capacidad de defensa (**Besag 1989**), asociándose al término vulnerabilidad (**Rigby, 1996**). No hay equilibrio en lo físico y/o psicológico y/o social. Esta situación de *desigualdad e indefensión* sitúa a la víctima como blanco fácil. Y, este desequilibrio puede presentarse de diversas maneras:

- Un desequilibrio de fuerza física, de habilidades sociales o desenvoltura en el grupo.
- Un desequilibrio de fuerza de tipo social en el que la víctima se encuentra aislada y rechazada dentro del grupo, frente al agresor o agresores que presentan mayor apoyo social entre los compañeros.

Intención.

Es un tipo de agresión a través de la cual alguien intenta dañar o molestar a otro compañero de un modo intencionado. A pesar de que, en ocasiones, quienes se terminan metiendo con alguien pueden no llegar a ser conscientes del daño que producen, existe un rol agresor que tiene intención de hacer daño y la persona suele obtener alguna compensación por ello. En general no suelen ser acciones casuales, aunque a veces se puedan argumentar así por exculpación, ocultación o justificación. Es **Besag (1989)** de las primeras en identificar la "*intención*" en las dinámicas bullying.

Reiteración.

El bullying se repite. Se mantiene durante un período largo de tiempo de forma recurrente. Su persistencia genera en la persona agredida sensación de temor, incluso más allá de las situaciones de ataque, lo que favorece la continuidad del sufrimiento al poder repensar, revivir y anticipar las agresiones. La elevada frecuencia y persistencia en el tiempo de estos hechos genera una situación permanente de dominio-sumisión entre iguales (**Avilés, Iurtia, García-López, & Caballo, 2011**), provocando en el agresor una sensación de superioridad y dominancia que se acrecienta y fortalece a raíz de sus éxitos. Y en la víctima, un sentimiento adquirido de ineficacia y debilidad mantenida por la constancia de los ataques (**Fox & Boulton, 2005; Ortega & Mora-Merchán, 2008; Salmivalli, 2010; Salmivalli, Lappalainen, & Lagerspetz, 1998**).

El conocimiento y distinción de estos conceptos es primordial para poder hacer una evaluación diferencial adecuada tanto por parte de los investigadores como por los profesionales que trabajan con el alumnado. Por otra parte, también es importante que los alumnos diferencien estos conceptos. Las investigaciones han comprobado cómo, a pesar de que a los alumnos se les enseñe la definición real de acoso escolar, en ocasiones, no son capaces de diferenciarlo de otros episodios escolares conflictivos (**Cornell & Bandyopadhyay, 2010**). Esto les lleva a ver como normales situaciones de conflicto que, debido al desequilibrio entre las partes, deberían ser considerados como actos de abuso entre iguales.

3.3. Tipos de acoso

El acoso escolar puede clasificarse en función de la dirección y tipología de las conductas llevadas a cabo (**Olweus, 1998**).

En función de la dirección:

- Se llama *acoso directo* cuando los ataques son abiertos hacia la víctima (pegar, insultar, romper o quitarle objetos),
- *acoso indirecto* cuando el agresor provoca aislamiento social y exclusión deliberada del grupo hacia ella (rumores, aislamiento social).

En función del tipo de conducta que se ejerce,

Puede adoptar diversas consideraciones:

- *Violencia física* cuando las agresiones conllevan daño físico.
- *Violencia verbal*, mediante insultos y amenazas *relacional* que implica el aislamiento de la víctima, su rechazo o la difusión de rumores sobre ella (**Olweus, 2001**).
- *Ciberacoso*, su característica principal es el acoso a los iguales mediante el uso de nuevas tecnologías: móviles, ordenadores, etc. (**Smith et al., 2008**).

3.4. Perfiles de víctimas y acosadores

Características de las víctimas

El estudio de las características de las víctimas del acoso también está cambiando, dejando de centrarse en carencias psicológicas individuales para explicarlas en relación al contexto en el que se produce, puesto que el riesgo de ser elegido como víctima en la escuela se incrementa con:

- *Las conductas que contrarían los estereotipos sexistas tradicionales*, que hacen al individuo diferente de sus iguales, especialmente entre los chicos (**Young y Sweet, 2004**). Con el acoso se castiga al individuo que no actúa según lo que el grupo considera aceptable para cada género. Parece ser éste el tipo de diversidad que caracteriza a un mayor número de víctimas (**Felix, Furlong y Austin, 2009**).
- *La pertenencia a una minoría étnica y el origen inmigrante* incrementan el riesgo de victimización (**Del Barrio et al, 2008; Verkuyten and Thijs, 2002**), sobre todo cuando existen diferencias importantes entre el propio grupo y el grupo dominante, no se domina la lengua del país así como con otras variables que sitúan al grupo minoritario en desventaja tal como esta es percibida por quienes acosan (**McKenney, Pepler, Craig, y Connolly, 2006**). Problema que se incrementa cuando existen tensiones y confrontación intergrupales en el entorno que rodea al escolar o en el conjunto de la sociedad (**Scherr y Larson, 2009**).
- *Tener necesidades educativas especiales* (**Nabuzoka y Smith, 1993**) aumenta el riesgo de victimización. Suele explicarse aludiendo a que incrementan la visibilidad del individuo como alguien vulnerable (**Mishna, 2003**), característica que permite ejercer fácilmente el dominio.

Perfil de la víctima

- **Víctima pasiva:** Constituyen el grupo más amplio de víctimas (85-90% de las víctimas).
 - Habitualmente presentan falta de habilidades sociales o dificultad para mostrarlas.
 - Son tímidos y retraídos (un ambiente social hostil en el aula aumenta estas características).
 - Autoestima baja.
 - Poca asertividad.
 - Síntomas depresivos.
 - Miedoso/a.
 - Pasividad.
 - Rechazo en el grupo.
- **Víctima activa:** Esta categoría constituye un porcentaje bajo del total de víctimas (5-10% de las víctimas).
 - Escaso control de los impulsos.
 - Baja competencia para interactuar socialmente con otros.

- Habitualmente acompañado de hiperactividad y/o dificultades relacionadas con el déficit de atención.
 - Reclaman la atención del resto de compañeros interrumpiendo.
 - Si reciben algún tipo de agresión, reaccionan también de un modo agresivo.
 - Elevada necesidad de recibir atención.
 - La investigación lo ha encontrado asociado a falta de afecto en ámbito familiar.
 - Muy rechazado en el grupo y a menudo también por el profesorado.
- **Victima atípica:** Es un tipo de victimización poco común y puede observarse en un porcentaje muy bajo de víctimas, en torno a 1-2% de los casos. Cuando el agresor no es aceptado en el grupo y no existen víctimas potenciales con un perfil estereotípico, recurrirá a intentar victimizar a estudiantes con una situación de estatus social normal en el grupo.
- Este **tipo de víctima**, con un perfil que no corresponde con el prototipo habitual (aislado y con pocas habilidades sociales), se encuentra bien integrado con el resto de compañeros, tiene amigos y socialmente interactúa bien. Sin embargo, recibe conductas agresivas habitualmente por parte de un agresor de su clase.
 - Este **tipo de agresor**, no suele estar bien integrado en el grupo y utiliza a la víctima, para mejorar su situación social y para descargar su frustración o nerviosismo.

En estos casos, la implicación del grupo de clase en el bullying a diferencia de lo que ocurre en la mayoría de los casos, es mínima.

Perfil del acosador

○ **Agresor proactivo**

Subtipo I

- Manipula muy bien.
- Tienen habilidad para organizar a los que les rodean.
- Seguridad en sí mismos.
- Con el tiempo llegan a evolucionar y maduran.
- Consiguen un estatus y un rol en el grupo a través de su comportamiento acosador.
- Mejor rendimiento académico que subtipo II.

Subtipo II

- Menos inteligente.
- Necesidad de dominar a los otros.
- Ven la violencia de un modo positivo.
- Tienen peor pronóstico.
- Su círculo más cercano se ve contagiado a seguir su comportamiento.
- Atrae a otros individuos debido a su carácter antisocial.

- Normalmente fracasan en la escuela.
 - Su comportamiento de intimidación suele ser un reflejo de su falta de autoestima.
 - Poseen más impulsividad y se frustran con mayor facilidad que subtipo I.
- **Agresor reactivo**
- Falta de habilidades sociales.
 - Utilizan la violencia de un modo reactivo a modo de herramienta para protegerse.
 - Poseen alta impulsividad.
 - Se frustran con facilidad.
 - Escasas habilidades sociales.
 - Ausencia de una relación afectiva cálida en casa.
 - Suelen estar rechazados en los grupos de clase.
- *Más información en:* <http://www.educa2.madrid.org/web/convivencia/acoso-escolar>

3.5. Diferencias en función de la edad y del sexo

La victimización es mayor en la adolescencia temprana que después, situándose su máxima frecuencia en torno a los 13 años. La conducta de acoso también se incrementa de 11-13 años, manteniéndose bastante estable en los años posteriores (**Currie, Roberts, Morgan, Smith, Setterstobulte, Samdal, Rasmussen, 2004; Del Barrio, Martín, Montero, Gutiérrez, Barros, De Dios, 2008**).

Diferencias que han sido explicadas como consecuencia de los cambios de la pubertad, así como por la función que el acoso puede cumplir para el establecimiento de las jerarquías de dominancia en los nuevos grupos producidos por las transiciones escolares, como la que coincide con los 12-13 años, al iniciarse la Educación Secundaria (**Pellegrini y Long, 2002**)

Los estudios dirigidos a esclarecer las diferencias en la prevalencia de las conductas agresivas o de victimización con respecto al género de los implicados (**Craig, 1998; Veenstra, Linderberg, Munniksmá, & Dijkstra, 2010**) han encontrado diferencias significativas entre el tipo de violencia ejercida o recibida y el sexo de quien la lleva a cabo. En este sentido, la violencia ejercida por los chicos es predominantemente física o verbal (**Sawyer, Bradshaw, & O'Brennan, 2008; Veenstra et al., 2010**), mientras que la ejercida por las chicas es, por lo común, de tipo social (**Craig, 1998; Seals & Young, 2002**).

Estructura del grupo

El acoso escolar puede controlarse y modificarse conociendo la estructura del grupo y las reglas del proceso.

- La **evaluación del grupo de clase** permite intervenir de un modo más acertado utilizando serie de estrategias entre las que destaca la ayuda entre iguales.
- La **difusión de los resultados** entre el departamento de orientación, al equipo directivo y el tutor permitirá una acción conjunta y más sólida.

- La **situación de la mayor parte de las víctimas** de bullying suele aparecer asociada a una falta de amigos y a un elevado rechazo dentro del grupo de clase, tal y como respaldan diversas investigaciones (**Pellegrini, Bartini, & Brooks, 1999**). Este patrón se repite a través de diferentes grupos de clase y de diferentes centros independientemente del nivel socioeconómico, de la titularidad del centro y del tipo de zona (rural/urbana) en el que se produce.
- Los **compañeros**, pueden intervenir de diversas formas en las conductas de acoso, bien sea ayudando al que inicia el acoso, disfrutando de la situación sin participar o bien ayudando a la víctima. **Salmivalli, Lagerspetz, Björkqvist, Österman, y Kaukiainen (1996)**, señalaron que el acoso escolar puede ser estudiado a través de los papeles que adoptan cada uno de sus actores.
- El **alumno** durante la situación de acoso, adopta un papel que es determinado por diversos factores como por ejemplo el estatus social dentro del grupo.

Salmivalli et al. (1996) estudiaron el bullying desde una perspectiva del contexto social, haciendo hincapié en estos papeles empleando para ello la medida de los Roles de Participación; un cuestionario con el que a través de 50 cuestiones se obtienen cinco subescalas que se corresponden con cinco roles principales:

- Acosador, actor principal en la conducta de acoso.
- Ayudante o secuaz, estudiante que ayuda a acosar.
- Reforzador, quien apoya al que acosa.
- Defensor, protege al acosado.
- Observador, se mantiene al margen de la situación de acoso.

Los resultados que encontraron indicaban una mayor participación de los chicos que de chicas en la dinámica de acoso escolar, tanto de acosadores como de acosados.

3.6. Ciberacoso.

El **Ciberacoso o cyberbullying** es un fenómeno que preocupa por la relativa novedad que supone en el comportamiento de nuestros adolescentes, con las consiguientes dudas que pueden generar su abordaje y tratamiento. Entendemos por *ciberacoso* el *acoso de una persona a otra por medio de tecnologías interactivas*. Se trata de un tipo de comportamiento especialmente preocupante.

Los estudios que desde hace más de una década (**Belsey, 2005; Finkelhor, Mitchel y Wolak, 2000**) miden el ciberacoso destacan sus características y las diferencias con el bullying. El primer paso, pues, es aclarar la relación entre bullying escolar y bullying online, señalando sus peculiaridades y cómo se plasma en los contextos donde se da. En general suele haber algo más de un tercio de casos de cyberbullying que tienen una historia de bullying anterior (**Kraft y Wang 2009; Smith, 2006**). Las personas que son víctimas de acoso en la escuela, suelen serlo también on line (**Raskaukas y Stolz, 2007; Willard, 2007**), manteniendo el rol, e incluso, agravándolo (**Avilés, 2009; Ortega, Calmaestra y Mora-Merchán, 2008**).

Sin embargo, el cyberbullying puede ocurrir de forma separada del bullying (**Ybarra, Diener-Wext y Leaf, 2007**).

Los datos de género nos informan de que las chicas suelen estar más implicadas y ser más las víctimas y los chicos más los agresores y agresores victimizados (**Avilés, 2009; Ortega, Calmaestra y Mora Merchán, 2008**).

➤ Más información en:

http://www.educa2.madrid.org/web/convivencia/tipo-de-acoso-entre-iguales?p_p_id=advanced_content_menu_WAR cms tools_INSTANCE_wLYxvgl2cAt1&p_p_lifecycle=0&p_p_state=normal&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-2&p_p_col_count=1&advanced_content_menu_WAR cms tools_INSTANCE_wLYxvgl2cAt1_selectedTab=1474361376390

3.7. Condiciones familiares que incrementan o reducen el riesgo de acoso

La importancia de la familia en la prevención de conductas violentas viene dada porque en ella se adquieren los primeros modelos de comportamiento, que tienen una gran influencia en el resto de relaciones que se establecen con el entorno.

Así, cuando los niños y las niñas están expuestos a la violencia intrafamiliar, la violencia puede ser vivenciada como algo percibido, algo sufrido o algo perpetrado.

En consecuencia, los niños pueden aprender a ver el mundo como si sólo existieran dos papeles: agresor y agredido. Por ello, pueden ver la violencia perpetrada como la única alternativa frente a verse convertido en víctima (**Castro-Morales, 2013**).

Según **Díaz-Aguado (2006)**, a través de la educación familiar los hijos deben tener garantizadas tres condiciones básicas, de las que depende su calidad de vida y que contribuyen a prevenir cualquier tipo de violencia:

- **Una relación afectiva cálida**, que proporcione seguridad sin proteger en exceso. La inseguridad puede producirse tanto por falta de protección como por una protección excesiva, que trasmite miedo e indefensión.
- **Un cuidado atento**, adecuado a las cambiantes necesidades de seguridad y autonomía que se producen con la edad.
- **Una disciplina consistente**, sin caer en el autoritarismo ni en la negligencia, que ayude a respetar ciertos límites y aprender a establecer relaciones basadas en el respeto mutuo, la antítesis de la violencia y del modelo de dominio-sumisión en el que se basa.

Para proporcionar estas tres condiciones, los padres y las madres necesitan aprender a interpretar qué necesita su hijo en cada momento, cómo proporcionárselo y cómo comunicarse con él o con ella; características que se relacionan mayoritariamente con el estilo parental democrático.

La dificultad de la familia para proporcionar las tres condiciones anteriormente expuestas puede incrementar el riesgo de que los niños y adolescentes participen como acosadores en la escuela. Los estudios más recientes llevan a destacar, sobre todo, tanto la excesiva permisividad como el autoritarismo, así como la mezcla de ambos.

Por su parte, pero igualmente muy relacionado con lo expuesto por **Díaz-Aguado; Giménez y Rubio (2007)** proponen algunas pautas preventivas contra la violencia en la escuela que pueden llevarse a cabo desde el entorno familiar. Así, es fundamental que:

- Establezcan unas pautas de conducta claras y eficaces, prefijando unos límites seguros y unas expectativas alcanzables para sus hijos.
- Proporcionen a su hijo un vínculo y un apego afectivo seguro y fuerte, asegurándole su descanso afectivo y su apoyo incondicional dentro de la familia.
- Se dirijan a sus hijos de manera positiva y reforzante, apoyando en todo momento todas sus conductas positivas.
- Corten de forma tajante las conductas negativas de sus hijos, sirviendo ellos en todo momento de modelo no sólo verbal sino conductual, pues no hay que olvidar que en todo momento ellos son el modelo referencial para sus hijos.
- Proporcionen a sus hijos pautas que les sirvan para resolver conflictos que se les puedan presentar en clase.
- Aconsejen cómo tratar con compañeros de clase con conductas problemáticas.
- Inculquen normas de comportamiento escolar adecuado, siguiendo las normas sociales establecidas.
- Estimulen a sus hijos a que no actúen en ningún momento como meros observadores de una situación de acoso escolar que se pueda dar en su clase, ya que ése es un modo de participación en la agresión.
- Mantengan una relación cercana y de interés con el centro escolar donde acude su hijo involucrándose y participando en el seguimiento escolar, y relacionándose con los profesores.
- Expliquen a sus hijos que existen múltiples diferencias de tipo cultural, religioso, social... que deben respetarse.

Así, de todo lo que venimos hablando, puede extrapolarse que una base fundamental es una buena comunicación familiar. En este sentido, los padres que dialogan más abiertamente con sus hijos respecto a cualquier tema en general, y sobre el acoso escolar en particular, suelen identificar enseguida si sus hijos están involucrados en algún acto de acoso, como víctimas, agresores o espectadores (**Teruel-Romero, 2007, citado en López y Ovejero, 2015**).

En esta misma línea y con un carácter más interventivo, **Giménez y Rubio (2007)** plantean algunas pistas de intervención, diferenciando los distintos perfiles que puede adoptar los niños y que pueden llevarse a cabo desde la familia; ya que la respuesta de ésta es decisiva en el momento en que se identifica el problema de acoso escolar.

- Si su hijo es **víctima**, desde la familia se debe:
 - Verificar e investigar en detalle lo que haya ocurrido.
 - Interesarse y escuchar activamente al menor, prestándole atención y no obviando ningún detalle.
 - Contactar con el centro escolar, con el profesor y con los responsables del centro para informar de lo que está ocurriendo y poder corregir dicha actuación.
 - Tratar de calmar y tranquilizarle.
 - Intervenir con rapidez nada más conocer el asunto, buscando la ayuda profesional necesaria.

- Mostrar interés, escuchando con atención a su hijo sin interrumpirle, hasta que haya terminado el relato de los hechos.
 - Alentar al niño a recuperar su confianza, haciéndole entender que no tiene la culpa de lo ocurrido.
- Si su hijo es **agresor**:
- Analizar e investigar en detalle lo que ha ocurrido.
 - Contactar con el centro escolar, con el profesorado y con los responsables del centro, para contrastar e informar de lo que está haciendo su hijo y poder corregir dicha actuación.
 - Orientarle a buscar estrategias no violentas con las que resolver posibles conflictos entre iguales.
 - Cortar en todo momento cualquier justificación hacia este tipo de conductas agresivas.
 - Alentar y capacitar al niño hacia modelos relacionales de empatía, flexibilidad, respeto y de comprensión moral.
 - Dotarle de herramientas suficiente para poder discriminar en todo momento actos violentos y discriminatorios.
 - Orientarle hacia el establecimiento de relaciones positivas con el entorno que le rodea
 - Reconocer con el menor los hechos e intervenir nada más conocer el asunto buscando la ayuda profesional necesaria.
- Si su hijo es **observador /testigo**
- Observar, investigar y verificar en detalle lo que haya ocurrido.
 - Buscar y contrastar la información con el centro escolar, con el fin de poder corregir lo antes posible dicha actuación y sus consecuencias.
 - Cortar en todo momento cualquier justificación hacia este tipo de conductas.
 - Escuchar activamente a su hijo, interesarse por lo sucedido, prestándole atención y no obviando ningún posible detalle.
 - Resolver posibles dudas que pudiese plantear el niño.
 - Valorar con el niño o la niña la búsqueda de diferentes estrategias no violentas con las que resolver posibles conflictos entre iguales.
 - Alentar y capacitar al niño hacia modelos relacionales de implicación, empatía y asertividad.
 - Dotarle de estrategias suficientes para poder distinguir actuaciones violentas y actuar en todo momento ante estos hechos violentos y discriminatorios.
 - Orientarle y darle pautas para el establecimiento de relaciones positivas con el entorno.
 - Reconocer con el niño lo que está ocurriendo e intervenir nada más conocer el asunto, buscando la ayuda profesional necesaria.

En todos los casos es fundamental que tanto desde la familia como desde la escuela se proporcione a los niños y adolescentes la confianza necesaria para pedir ayuda ante una situación de acoso.

4. TIPOS DE VIOLENCIA

En la actualidad, y de forma cada vez más presente, se viene observando violencia en el ámbito escolar. Hay que ser conscientes, de que no toda violencia escolar conlleva un acoso o bullying. Por ello, tenemos que valorar muy cuidadosamente todos los episodios en los que se observen conductas disruptivas y/u ofensivas entre los alumnos y para su prevención, debemos tanto desde el contexto escolar como familiar acercarnos a los alumnos y hacerles conocedores de que la tolerancia y respeto de todas las personas es imprescindible para el desarrollo de una educación de calidad.

4.1. Violencia entre iguales

A continuación, vamos a mencionar aquellas conductas que desafortunadamente se pueden dar en el ámbito escolar pero que, si no se producen de forma continuada hacia una misma víctima y si no existe una desigualdad entre los alumnos que la protagonizan, no conllevan un acoso escolar.

- **Broma:** *“Acción o dicho cuya finalidad es divertir o hacer reír enfrentando a una persona a una situación inesperada o extraña, deformando la realidad, mostrando como cierto algo que no lo es”* A su vez, las bromas pueden tener un carácter irónico, y que, aunque aparentemente no tiene especial trascendencia, tiene consecuencias que resultan caras, molestas o desagradables, para la persona a la que ridiculiza.

Como se indica, bromear es un intercambio social que puede resultar ser amistoso, neutral, positivo o negativo. Cuando los alumnos bromean unos con otros acerca de su ropa, gustos musicales o comportamiento aprenden a enfrentar la crítica constructiva y ello es parte de la socialización. A diferencia de los chicos que son acosados, en este caso, si el alumno se siente molesto por la broma, el bromista usualmente no continúa, ya que los comentarios nunca tuvieron la intención de herir.

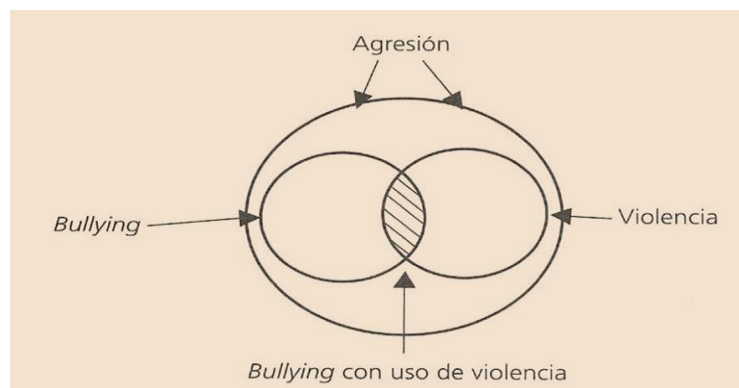
- **Conflicto:** *“es una situación en que dos o más individuos con intereses contrapuestos entran en confrontación, oposición o emprenden acciones mutuamente antagonistas, con el objetivo de neutralizar, dañar o desacreditar a la parte rival, para lograr así la consecución de los objetivos que motivaron dicha confrontación”*. “No es legítimo [asociar conflicto](#) con violencia, [porque mientras](#) el [conflicto](#) responde a situaciones cotidianas de la vida [social](#) y escolar, en la que se dan enfrentamientos de intereses, discusión y [necesidad](#) de [abordar](#) el problema, la [violencia](#) es una de las maneras de enfrentarse a esa situación” (Etxeberría, Esteve y Jordán, 2001, 82).

Además, el conflicto forma parte de la convivencia humana y constituye una fuente de aprendizaje, desarrollo y maduración personal, ya que la persona debe poner en marcha una serie de mecanismos que favorezcan una gestión positiva del mismo.

- **Pelea:** *“es un enfrentamiento entre dos o más [personas](#), grupos de individuos, corporaciones u otra clase de entidades”*. Las peleas pueden ser *físicas, verbales o incluso simbólicas*, según el caso.

Las peleas en los centros escolares suelen ser la resolución violenta de una discusión o de un conflicto. Cuando el diálogo no prospera entre los alumnos y no se ponen de acuerdo, es probable que alguno tome la decisión de provocar una pelea a golpes con la intención de imponer su punto de vista por la fuerza. Este tipo de peleas, son el resultado de una combinación de circunstancias.

- Puede ser que un niño amenace a otro con el típico: “Nos vemos a la salida” y en compañía de sus amigos se sienta valiente y empiece a golpear. Si esta situación se produce por un hecho concreto siendo un evento único, no estaríamos hablando de Bullying. Si antes de iniciarse a golpes, el alumno violento ha estado amenazando e intimidando al otro en diversas ocasiones, sabe que tiene alguna ventaja de cualquier tipo y se empodera, entonces sí es una situación de acoso escolar.



Lo mejor que podemos hacer es estar alerta a cualquier señal de actitudes violentas en clase, o en el contexto escolar, y establecer límites y consecuencias para cualquier signo de conductas agresivas entre los educandos. Por otro lado, no se debe de utilizar el término Bullying o Acoso Escolar de forma generalizada al conflicto, como si se tratara de una moda y no de un fenómeno social que necesita ser atendido de forma seria y profesional.

DIFERENCIAS ENTRE CONFLICTO ESCOLAR Y BULLIYNG	
CONFLICTO ESCOLAR	BULLIYNG
<ul style="list-style-type: none"> - Conducta accidental. - Su objetivo no es dañar. - Conflicto en igualdad de condiciones. - Se maneja siguiendo los pasos de resolución de conflictos como puede ser la mediación. - No existe un patrón de agresor. - Cuando se soluciona adecuadamente, deja un aprendizaje positivo en los alumnos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Es una conducta intencional y continuada en el tiempo. - Los objetivos principales son provocar daño, y ganar control sobre otra persona, a través de la agresión verbal o física. - Es necesario implementar un protocolo de actuación específico. - Cuando no se llega a una solución, puede provocar en la víctima: bajo rendimiento académico, baja autoestima, deserción escolar, e ideas suicidas.

4.2. Lgtbifobia.

La identidad de género se configura a través de la vivencia íntima del propio género, incluyendo la vivencia del propio cuerpo y su sexualidad así como de la vivencia social del género en aspectos como la vestimenta, el lenguaje y otras pautas de comportamiento que se identifican con la socialización en uno u otro género.

Así pues, la identidad sexual o de género se construye a lo largo de la vida, configurándose mediante el autoconcepto y por la percepción de las personas del entorno sobre la misma, y puede ser ya estable en la primera infancia.

La realidad de las personas con diversidad de género forma parte de la diversidad del ser humano, aunque no siempre es visibilizada, comprendida, valorada e incluida con normalidad a nivel social, debido al desconocimiento se enfrentan a obstáculos para su participación social que conectan con un sistema de creencias que perpetúan la discriminación.

Tanto desde el ámbito escolar como familiar se debe tratar esa diversidad, mediante la transmisión de los valores de igualdad, pluralidad, diversidad y respeto.

La manifestación en alumnos con diversidad de género puede suponer, en determinados casos, una situación de especial vulnerabilidad y llegar a provocar problemas de integración o de rechazo social, que en el ámbito educativo pueden desembocar en abandono o fracaso escolar, con la consiguiente repercusión negativa en el futuro personal y profesional. Las dificultades a las que pueden enfrentarse las personas con diversidad de género aconsejan desarrollar actuaciones que permitan atenderlas adecuadamente en el ámbito educativo, contando con sus familiares y su entorno, para conseguir su plena inclusión social, y evitar posibles situaciones de rechazo o discriminación.

Por todo ello, en el ámbito educativo es necesario abordar estas situaciones proporcionando información y formación a la comunidad educativa y favoreciendo el aprendizaje y la práctica de valores basados en el respeto a las diferencias y en la tolerancia a la diversidad sexual y de género.

4.2.1. Definiciones

Para conocer de forma general a este colectivo, es necesario saber definiciones incluidas en el artículo 3 de la **Ley 3/2016, de 22 de julio, de Protección Integral contra la LGTBifobia y la Discriminación por Razón de Orientación e Identidad Sexual en la Comunidad de Madrid**.

- a) **LGTBI**: siglas que designan a personas Lesbianas, Gais, Trans, Bisexuales e Intersexuales.
- b) **Persona Trans**: toda aquella persona que se identifica con un género diferente o que expresa su identidad de género de manera diferente al género que le asignaron al nacer. El término trans ampara múltiples formas de expresión de la identidad de género o subcategorías como transexuales, transgénero, travestis, variantes de género, u otras identidades de quienes definen su género como “otro” o describen su identidad en sus propias palabras.

- c) **LGTBIfobia:** rechazo, miedo, repudio, prejuicio o discriminación hacia mujeres u hombres que se reconocen a sí mismos como LGBTI.
- d) **Discriminación directa:** hay discriminación directa cuando una persona haya sido, sea o pueda ser tratada de modo menos favorable que otra en situación análoga o comparable, por motivos de orientación sexual, expresión o identidad de género o pertenencia a grupo familiar en el que todos o alguno de sus componentes sea una persona LGBTI.
- e) **Discriminación indirecta:** hay discriminación indirecta cuando una disposición, criterio o práctica aparentemente neutros puedan ocasionar una desventaja particular a personas por motivos de orientación sexual, expresión o identidad de género o pertenencia a grupo familiar en el que todos o alguno de sus componentes sea una persona LGBTI.
- f) **Discriminación múltiple:** hay discriminación múltiple cuando además de discriminación por motivo de orientación sexual, expresión o identidad de género o pertenencia a grupo familiar, una persona sufre conjuntamente discriminación por otro motivo recogido en la legislación europea, nacional o autonómica. Específicamente se tendrá en cuenta que a la posible discriminación por expresión, identidad de género, orientación del deseo o pertenencia a un grupo familiar con presencia de personas LGBTI, se pueda sumar la pertenencia a colectivos como inmigrantes, minorías étnicas, personas con discapacidad, mujeres, etcétera.
- g) **Discriminación por asociación:** hay discriminación por asociación cuando una persona es objeto de discriminación como consecuencia de su relación con una persona, un grupo o familia que incluya a personas LGBTI.
- h) **Discriminación por error:** situación en la que una persona o un grupo de personas son objeto de discriminación por orientación sexual, identidad de género o expresión de género como consecuencia de una apreciación errónea.
- i) **Acoso discriminatorio:** cualquier comportamiento o conducta que por razones de orientación sexual, expresión o identidad de género o pertenencia a grupo familiar, se realice con el propósito o el efecto de atentar contra la dignidad y de crear un entorno intimidatorio, hostil, degradante, ofensivo o segregado.
- j) **Represalia discriminatoria:** trato adverso o efecto negativo que se produce contra una persona como consecuencia de la presentación de una queja, una reclamación, una denuncia, una demanda o un recurso, de cualquier tipo, destinado a evitar, disminuir o denunciar la discriminación o el acoso al que está sometida o ha sido sometida.
- k) **Victimización secundaria:** perjuicio causado a las personas LGBTI que, siendo víctimas de discriminación, acoso, trato vejatorio o represalia, sufren las consecuencias de una mala o inadecuada atención por parte de representantes de instituciones públicas, policía o cualquier otro agente implicado.
- l) **Violencia intragénero:** se considera como tal a aquella que en sus diferentes formas se produce en el seno de relaciones afectivas y sexuales entre personas del mismo sexo, constituyendo un ejercicio de poder, siendo el objetivo de la persona que abusa, dominar y controlar a su víctima.
- m) **Diversidad de género:** comportamiento distinto respecto de las normas y roles de género impuestos socialmente para el sexo asignado de cada persona.

n) **Acciones afirmativas:** se entienden así a aquellas acciones que pretenden dar a un determinado grupo social que históricamente ha sufrido discriminación un trato preferencial en el acceso a ciertos recursos o servicios, con la idea de mejorar su calidad de vida y compensar la discriminación de la que fueron víctimas.

o) **Terapia de aversión o de conversión de orientación sexual e identidad de género:** Por este término se entienden todas las intervenciones médicas, psiquiátricas, psicológicas, religiosas o de cualquier otra índole que persigan la modificación de la orientación sexual o de la identidad de género de una persona.

p) **Identidad sexual o de género:** el sexo autopercebido por cada persona, sin que deba ser acreditado ni determinado mediante informe psicológico o médico, pudiendo corresponder o no con el sexo asignado en el momento del nacimiento, y pudiendo o no involucrar la modificación de la apariencia o la función corporal a través de medios farmacológicos, quirúrgicos o de otra índole, atendiendo a la voluntad de la persona.

q) **Persona intersexual:** persona que nace con una anatomía reproductiva o genital que no parece encajar en las definiciones típicas de masculino y femenino.

r) **Coeducación:** a los efectos de la presente Ley, se entiende como la acción educativa que potencia la igualdad real de oportunidades y la eliminación de cualquier tipo de discriminación por razón de orientación sexual, identidad de género o expresión de género.

4.2.2. Nociones básicas sobre homosexualidad y transexualidad.

Para poder hablar de homosexualidad y transexualidad, es necesario aclarar una serie de conceptos claves:

1. Orientación sexual

La orientación sexual es, según la **APA (Asociación Americana de Psicología)**, la atracción emocional, romántica, sexual o afectiva duradera hacia otra persona, se puede sentir esta orientación hacia personas del mismo sexo o el contrario, si es por las personas de su mismo sexo se definiría a la persona como homosexual, si es por el sexo contrario heterosexual y por ambos sexos bisexual. Hay que tener en cuenta que no en todas las personas es igual el proceso de orientación sexual, algunas sienten que es fijo desde la infancia-adolescencia y en otras va cambiando y modificándose a lo largo de su vida. De esta manera, diríamos que homosexual es la persona que se siente atraída afectiva y sexualmente por las personas de su mismo sexo. La palabra homosexual, se utiliza generalmente en castellano, para designar a las personas de ambos sexos, hombre y mujer, que se sienten atraídos por los de su mismo género. El término gay tiene una connotación más política. La palabra lesbiana se utiliza sólo para mujeres y tiene una connotación más cultural.

2. Identidad de Género.

Cuando se habla de transexualidad y transgenerismo es necesario que se aclaren conceptos como el de la Identidad de género. En un principio, es preciso distinguir entre las distintas dimensiones del concepto de sexo en el ser humano, así hablaríamos de **sexo biológico, sexo psicológico y sexo social**.

- ✚ El **sexo biológico** es la suma de todos los elementos sexuados del organismo.
- ✚ El **sexo psicológico o identidad de género** es como la persona se define y se identifica mentalmente. La persona se identifica con un género u otro.
- ✚ El **sexo social** es el *género* o *sexo público* que puede ser de hombre o de mujer. Es importante señalar la categoría de *rol de género* que se configura como el conjunto de normas y prescripciones que dictan la sociedad y la cultura sobre el comportamiento femenino o masculino.
- ✚ El **sexo de asignación**: Es el sexo que se le da al recién nacido, normalmente se asigna por la observación de los genitales externos. Solamente en el caso de que la apariencia de los genitales pueda parecer ambigua se realizan otro tipo de pruebas.
- ✚ El **sexo de crianza**: A partir del sexo de asignación, al niño o niña se le educa en la sociedad en relación a la construcción de género que cada cultura tiene asignada a un sexo o a otro.

Cuando hablamos de **transexualidad** o **transgenerismo** nos estamos refiriendo a personas cuyo sexo biológico no corresponde con su sexo psicológico y social.

Según las definiciones anteriores, por lo tanto, podemos hacer estas aclaraciones:

- **Diferencia entre transexualidad y homosexualidad:** Vemos claramente la diferencia si recordamos que no es lo mismo identidad de género que orientación sexual. Un transexual es una persona en la que **no** coincide su sexo mental (identidad de género) con su sexo genital y cromosómico. Un homosexual es una persona con una identidad de género sí coincidente con su sexo de asignación pero que tiene una orientación sexual hacia personas de su mismo sexo. De esta manera es posible que una persona sea trans y homosexual al mismo tiempo, pues son cosas distintas.
- **Diferenciar entre transexualidad, transgenerismo y travestismo:**
 - **Trans:** termino amplio que implicaría todas las formas de entender la disconformidad entre el sexo de asignación y el sexo psicológico/género.
 - **Transexual:** es un término usado para designar la disforia de género, suele utilizarse más en el discurso médico. conlleva que la disconformidad lleva a un proceso transexualizador.
 - **Transgénero:** en España es un término utilizado para aquellas personas para las que no prima la necesidad de un proceso transexualizador. en América Latina es el término utilizado en general. traducción del Transgender inglés.

- **Travesti:** en España es un término relacionado casi exclusivamente con un tipo de fetichismo.

También es importante aclarar una serie de definiciones que hacen referencia a las personas trans para no caer en errores que puedan llevar a equívocos a dirigirnos a los/las transexuales y transgéneros. Una **mujer trans** o transexual femenina es una persona que aunque tenga un sexo de asignación de varón se siente y se define como una mujer. Un **hombre trans** o transexual masculino es una persona que se identifica como hombre aunque haya sido asignado del sexo femenino al nacer. Siempre hay que hacer la definición de la persona por el sexo sentido (identificación de género) y no el asignado al nacer.

El proceso transexualizador pasa por un diagnóstico psicológico, un tratamiento hormonal y un proceso quirúrgico.

- **Espectro de género:** Alternativa al modelo binario que reconoce el género como un aspecto complejo del yo, influenciado por el sexo de asignación y crianza, la expresión de género y la identidad de género de una persona. Cada una de estas dimensiones de género se puede representar como un espectro en lugar de hacerlo de una forma binaria rígida. La interacción de estos tres aspectos en la construcción identitaria conduce a un conjunto infinito de posibilidades sobre cómo la gente puede entender y expresar su propio género, y cómo otros lo experimentan también.
- **Cissexual o cisgénero:** Término que hace referencia a todas las personas cuyo sexo de asignación coincide con su identidad de género. Es decir serían aquellas personas que no son trans.

4.2.3. Orientaciones a familias.

- ❖ **En el caso de que nuestros hijos/as,** tengan un comportamiento de género no normativo, debemos siempre respetar y no menospreciar ésta. Entender que cada niño y niña se expresa en el género de una forma única, a veces concordante con los parámetros que la sociedad marca y a veces no. Pero siempre válida. Colaborar con el centro educativo para evitar la discriminación del menor por razón de intolerancia de género.
- ❖ **En el caso de que nuestros hijos/as** se identifiquen con un género distinto al que se le ha asignado al nacer hay que tratar de entender y comprender lo que el menor nos quiere transmitir. La respuesta nunca puede ser represora. A veces el menor necesita explorar sobre su propia identidad de género y hay que permitirle su propio ritmo. Acompañar y respetar al menor en el proceso del descubrimiento y afianzamiento de la propia identidad. Consultar con profesionales especialistas en el tema, siempre que sea necesario.

- ❖ **En el caso de niños/as con una identidad de género distinta a la asignada al nacer**, el centro educativo tiene que respetar la identidad de género del menor y el libre de desarrollo del menor en el mismo centro. Deben de dirigirse al menor por el nombre y el género sentido (y no el legal) el menor tiene derecho a utilizar los baños, vestuarios y uniformes asignados a su género sentido.

➤ *Más información en:*

http://www.educa2.madrid.org/web/convivencia/tipo-de-acoso-entre-iguales?p_p_id=advanced_content_menu_WAR cms tools_INSTANCE_wLYxvgl2cAt1&p_p_lifecycle=0&p_p_state=normal&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-2&p_p_col_count=1&advanced_content_menu_WAR cms tools_INSTANCE_wLYxvgl2cAt1_struts_action=%2Fadvanced_content_menu%2Fview&advanced_content_menu_WAR cms_tools_INSTANCE_wLYxvgl2cAt1_selectedTab=1474362002463

4.3. Violencia de Género

Durante los últimos años se han producido grandes avances en la igualdad entre hombres y mujeres, y las generaciones más jóvenes han nacido en una sociedad más igualitaria que en épocas anteriores.

En España, existe un marco legislativo muy avanzado, que nos sitúa en la vanguardia con respecto a otros países del entorno, y que ha permitido visibilizar el fenómeno de la violencia de género como la expresión más grave de la desigualdad, una vulneración de los derechos humanos, como un problema social existente al que hay que dar una respuesta desde las instituciones.

Pero el hecho de que exista este desarrollo legislativo en materia de igualdad y violencia de género, no quiere decir que se hayan incorporado en la realidad de los distintos agentes socializadores valores y prácticas en los que prime la igualdad.

Todos somos agentes de socialización, la escuela, la familia, los medios de comunicación, los grupos de iguales. Y es muy importante reflexionar sobre el papel que juegan cada uno de estos agentes respecto a los valores, estereotipos y roles que se transmiten.

Los mensajes que reciben los alumnos no siempre hablan de igualdad y la mayoría de las veces probablemente reciban mensajes contradictorios en un momento en que la construcción de su identidad está en pleno auge. Desde los medios de comunicación, series de televisión, canciones, la moda y a veces desde sus propios adultos de referencia, en la familia, se siguen transmitiendo determinados mensajes que favorecen el mantenimiento de estereotipos sobre cómo deben ser las mujeres y cómo deben ser los hombres.

Es importante desarrollar en los adolescentes la capacidad crítica, su capacidad de reflexionar sobre los contenidos y los modelos que desde los medios de comunicación y la cultura se les ofrecen.

El inicio cada vez más temprano de las primeras relaciones afectivas y la creencia por parte de los adolescentes de que han nacido en una sociedad igualitaria y que por tanto ese es un problema de adultos, favorece el mantenimiento de estas tendencias. No es cierto que estén superados los roles tradicionales y los adolescentes, chicos y chicas, tienen dificultades en identificar como violencia determinadas actitudes de abuso emocional que sí lo son, lo que conduce a una normalización de la violencia. La violencia psicológica sigue estando invisibilizada.

Existe una normalización de la violencia de baja intensidad muy acusada. No se identifica como tal, comportamientos como insultos, empujones, cuestiones que se encubren bajo el disfraz de la broma.

Efectivamente, no se reconocen las conductas de abuso emocional como violencia. La población adolescente, cuando piensa en maltrato, piensa en agresiones físicas graves, y no se entiende que en el inicio de las situaciones de violencia de género graves se encuentran este tipo de comportamientos abusivos que a base de repetición llegan a ser considerados como normales y minimizados. Esto es un peligro ya que se está dejando el camino despejado para agresiones más graves.

Es importante informar sobre el riesgo que determinadas conductas pueden tener en relación al uso de las nuevas tecnologías: facilitar contraseñas y realización de fotografías de carácter íntimo como pruebas de amor. Se debe reflexionar sobre la intimidad personal así como sobre la intimidad de pareja.

Las familias deben estar atentas a las señales que pueden manifestar y, sin ser críticos ni juzgar, mostrar interés, escuchar, explicar que el respeto está en la base de cualquier relación afectiva y pedir ayuda.

4.3.1. ¿Qué es la violencia de género?

La Asamblea General de Naciones Unidas, en la “Declaración sobre la Eliminación de la violencia contra la mujer” de 1993 definió la violencia contra la mujer como *“Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se produce en la vida pública como en la privada”*.

En el año **1995**, la **IV Conferencia de las Naciones Unidas sobre la Mujer**, declaró que la violencia contra la mujer *“es una manifestación de las relaciones de poder históricamente desiguales entre hombres y mujeres, que han conducido a la dominación de la mujer por el hombre, la discriminación contra la mujer y a la interposición de obstáculos contra su pleno desarrollo. La violencia contra la mujer a lo largo de su proceso vital dimana especialmente de pautas culturales, en particular de los efectos perjudiciales de algunas prácticas tradicionales o consuetudinarias y de todos los actos de extremismo relacionados con la raza, el sexo, el idioma o la religión que perpetúan la condición inferior que se le asigna a la mujer en la familia, el lugar de trabajo, la comunidad o la sociedad”*.

Por su parte, la **Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género**, en su artículo 1.1. Define la **violencia de género** como aquella que, *“como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre éstas por parte de quienes sean o hayan sido sus cónyuges o de quienes estén o hayan estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aun sin convivencia. Asimismo, se indica que “comprende todo acto de violencia física y psicológica, incluidas las agresiones a la libertad sexual, las amenazas, las coacciones o la privación arbitraria de la libertad”*.

La **Ley 5/2005, Integral contra la violencia de género en la Comunidad de Madrid**, supone un paso más en la prevención y erradicación de la violencia de género al incorporar otras manifestaciones de violencia contra la mujer que se producen más allá del ámbito de las relaciones afectivas en la pareja o ex pareja: agresiones o abusos sexuales, acoso sexual en el trabajo, inducción a la prostitución, trata de mujeres con fines de explotación sexual y la mutilación genital femenina.

4.3.2. ¿Por qué se produce?

En el fenómeno de la violencia de género intervienen múltiples factores, de índole psicológica, cultural y social. La violencia de género se produce en una sociedad patriarcal que sigue perpetuando la superioridad de los hombres sobre las mujeres y que asigna diferentes atributos, roles y espacios en función del sexo.

La cultura asigna modelos diferenciados a hombres y a mujeres, que establecen su papel en la sociedad y las características que definen a cada sexo. Construir una identidad masculina o femenina en base a estos estereotipos sexistas limita la libertad individual y restringe las distintas formas de ser, sentir, pensar y comportarse.

El hombre que maltrata ha interiorizado una identidad masculina basada en una serie de rasgos como la fuerza y el dominio. Por su parte, educar a las niñas en un modelo de feminidad basado en rasgos como la fragilidad o la pasividad puede fomentar la interiorización de la indefensión, la dependencia y la dificultad para poner fin a una relación abusiva.

Asumir la violencia como forma de resolver los conflictos que están presentes a lo largo de nuestra vida conlleva la imposición del propio criterio y de los propios objetivos. Educar en la empatía, la expresión emocional y el consenso son claves para mejorar la convivencia y la resolución positiva de los conflictos.

Por otro lado, en el imaginario romántico de nuestra cultura abundan mitos y falsas creencias que se aprenden e interiorizan desde la infancia, a través de cuentos, de películas, series, en casa, en la escuela, en internet, etc. Este ideal amoroso a menudo normaliza y justifica comportamientos abusivos, favoreciendo el establecimiento de las relaciones “asfixiantes” basadas en el control.

Del estudio “**La evolución de la adolescencia española sobre la igualdad y la prevención de la violencia de género**” (2013), de M^aJosé Díaz Aguado, se extrae que el 73% de los adolescentes han escuchado alguna vez de una persona adulta cercana que “los celos son una expresión de amor”. Por otra parte, una de cada tres chicas adolescentes afirma sufrir un control abusivo por parte de su pareja.

Algunos mitos de amor romántico:

- “Mi pareja cambiará gracias a mi amor”.
- “Los polos opuestos se atraen y se entienden”.
- “El amor verdadero lo puede todo”.
- “He de encontrar mi media naranja”.
- “El amor verdadero dura toda la vida”.
- “En el amor la pasión es eterna”.
- “El amor es lo fundamental de la existencia”.
- “Soy capaz de dar la felicidad a la otra persona”.
- “En el amor se debe renunciar a la individualidad”.
- “Los celos y el control son una muestra de amor”.

Es importante conocer que existe un vínculo entre este modelo amoroso ficticio y la violencia de género, para poder fomentar relaciones sanas, basadas en la igualdad, respeto mutuo, autonomía y comunicación.

4.3.3. ¿Cómo pedimos ayuda?

En el año **2013**, la **Comunidad de Madrid** puso en marcha el **Programa No Te Cortes**, para ofrecer apoyo, orientación y atención a aquellas chicas y a sus familias que, en sus incipientes relaciones de pareja, viven situaciones que les hacen sospechar que se encuentran en una situación de maltrato.

El objetivo del programa es ayudar a las adolescentes y a sus familias a identificar situaciones de maltrato y ponerles freno es uno de los objetivos prioritarios de la Comunidad de Madrid en su lucha contra la violencia de género.

Acciones que comprende el programa:

- **Línea de ayuda online:** en la página web de la Dirección General de la Mujer (www.madrid.org/ayudaonlineadolescentes) se ha publicado una guía con información práctica para las adolescentes y para sus familiares que ayude a detectar situaciones de maltrato en las relaciones de pareja. Se facilita una dirección de correo electrónico para consultas (vgjovenes@madrid.org)
- **Línea de ayuda telefónica:** de carácter gratuito y confidencial se establece una línea de ayuda telefónica para menores atendida por psicólogos. Atiende las 24 horas del día, todos los días del año. Fundación ANAR: 116111.

- **Unidad especializada de atención psicológica a mujeres adolescentes víctimas de violencia de género:** proporciona atención presencial a chicas menores de edad, previa autorización paterna o materna, en su caso, que estén viviendo situaciones de violencia de género. Así mismo, también da cobertura a las familias que identifiquen o sospechen que sus hijas puedan estar en una relación de pareja abusiva y necesiten apoyo para ayudarlas.

La sensibilidad de las familias para poder reconocer en sus hijas situaciones de este tipo y la implicación y el apoyo en su proceso de recuperación es fundamental.

SEÑALES QUE SE DEBEN TENER EN CUENTA

◇ INFORMACIÓN PARA CHICAS

Ha intentado aislarte de tus amigos.	No le gusta que vayas a ninguna parte sin él.
Cada vez que estáis con amigos, se pone borde y monta numeritos.	A veces te deja plantada.
No le gustan tus amigos y te habla mal de ellos.	Te hace creer que no vales nada.
Se burla de ti, te insulta y te ridiculiza.	Te avergüenza en público.
No se fía de ti, te acusa injustamente de coquetear con otros chicos.	Critica constantemente tus opiniones o tu forma de pensar.
Te trata como si fueras menos competente que él.	No suele valorar ni alabar tus cualidades o tus aciertos.
Encuentra defectos en casi todo lo que haces.	Sientes que cuando le cuentas tus cosas muestra poco interés.
Te ha pegado, empujado alguna vez.	Alguna vez se pone tan nervioso contigo que sientes miedo.
Dice que le provocas, que “le llevas la contraria”, para que “salte”.	Te amenaza con mensajes en el móvil o Internet.
Ha difundido mensajes, insultos o imágenes tuyas por Internet o móvil sin tu permiso.	Te ha grabado sin que tú lo supieras.
Intenta saber quién te llama y escribe al móvil y tus contactos en las redes sociales.	Si no quedas con él, te pide explicaciones, no quiere secretos entre vosotros.
Es él quien decide dónde quedar, a qué hora, con quién.	Controla tu manera de vestir, maquillarte, de hablar, de comportarte.
No se fía de lo que cuentas, y lo comprueba.	Siempre quiere tener la última palabra en vuestras discusiones, no escuchando tu opinión.
Te confunde haciéndote pensar que lo que te ha	A veces da órdenes, y otras veces no te

molestado ha sido una broma.	habla.
No expresa lo que siente, pretende que tú lo adivines.	Te has sentido obligada a conductas de tipo sexual en las que no querías participar.
Te ha intimidado con frases, insultos o conductas de carácter sexual.	Pone en duda tus sentimientos por él si no accedes a sus deseos.
Amenaza con abandonarte si no haces lo que quiere.	Te provoca sentimientos de lástima.
Promete cambios que no cumple.	Amenaza con suicidarse si le dejas.
A veces utiliza en tu contra secretos que le has contado confidencialmente.	No pide disculpas por nada.

◇ REVISAR TU RELACIÓN DE PAREJA

Una relación es sana cuando dos personas se quieren, se respetan y se divierten estando juntas.	Los celos no son una expresión de amor.
Es tratarse bien, con ternura y sin faltarse el respeto.	Es saber escuchar a la otra persona y poder contarle tus problemas.
Es tener confianza mutua y no comprobar si lo que hace o dice tu pareja es verdad.	Es tener diferentes puntos de vista y poder hablar sobre ellos sin que ninguno imponga su opinión.
Es compartir experiencias y momentos juntos, sin dejar de disfrutar de tiempo y espacio para ti misma, para estar con tus amigas, familia o realizar tu hobby favorito sin que te moleste que tu pareja también lo haga.	Es no abusar de la pareja pidiéndole constantemente que haga cosas por el otro.
Es poder expresarnos con total libertad y sin temor a que nuestra pareja se enfade por decir lo que pensamos.	Es no enfadarse si el otro nos lleva la contraria.
Es aceptar y respetar las opiniones, gustos, actividades y amistades de la otra persona.	Es apoyarse y ayudarse mutuamente en planes y proyectos aunque estos no siempre coinciden.
Es reconocer cuando nos hemos equivocado.	

◇ INFORMACIÓN PARA LAS FAMILIAS. OBSERVA SI TU HIJO/A:

No sale con sus amigos habituales.	Se aísla cada vez más.
Recibe llamadas telefónicas que condicionan su estado anímico.	Acepta comentarios degradantes y humillantes.
Calla ante insultos verbales y maltrato físico en su relación afectiva.	Se siente torpe, inseguro/a y demuestra dependencia de su pareja.
Manifiesta temor o miedo físico con respecto a su	Su pareja es celosa, controladora y posesiva.

pareja.

Su pareja reclama atención continua, exclusividad y dedicación a tiempo completo con respecto a su relación sentimental.

El chico con el que sale tiene comportamientos e ideas machistas: es intransigente e intolerante y descalifica sistemáticamente a la otra persona.

Su pareja suele tener gran capacidad de persuasión y manipulación y por ello confunde a la víctima.

- *Más información:* Red de atención integral para la violencia de género en la Comunidad de Madrid:

http://www.madrid.org/cs/Satellite?c=CM_InfPractica_FA&cid=1142695661770&idConsejeria=1109266187278&idListConsj=1109265444710&idOrganismo=1109266228570&language=es&pagename=ComunidadMadrid%2FEstructura&sm=1109266100977

4.4. Delitos del odio

Cuando nos referimos al racismo, la xenofobia y otras formas de intolerancia, no hace falta subrayar, en qué medida se oponen unos y otras a la convivencia elementalmente humana. El artículo 2 de la **Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948 de Naciones Unidas** así lo expresaba refiriéndose a todos los derechos básicos, incluido el de educación:

“Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición”.

De forma breve y clara, la **Real Academia Española** define el **racismo** como *“la exacerbación del sentido racial de un grupo étnico que suele motivar la discriminación o persecución de otro u otros con los que convive”*. No obstante, diversos estudios concluyen que no existen las razas, motivo por el cual, desde el punto de vista psicosocial se plantean definiciones alternativas que aunque no son tan fieles a lo que entendemos cotidianamente por racismo, si tienen en cuenta dicha consideración. Así, en términos psicosociales, el racismo consiste en actitudes negativas respecto de personas, grupos y valores, asimiladas inconscientemente a través del grupo familiar, y sujetas luego a la criba de racionalidad que les impone la línea evolutiva de cada persona. Como tal actitud, no siempre son conscientes o premeditadas las bases que llevan a los sujetos o los grupos, que se consideran superiores en algún ámbito, a menospreciar y perjudicar a otros sujetos o grupos que no comparten sus formas de vida, ideas o religión (**García y Sanz, 2016**).

Por otro lado, la RAE define **xenofobia** como la *fobia a los extranjeros*. De nuevo, aunque refleja el significado cotidiano que le damos a la palabra, no debemos olvidar que no es del todo fiel a la realidad, ya que no hay una fobia al extranjero como tal (fobia= temor patológico a algo, como en claustrofobia), sino precisamente lo contrario (hostilidad, rechazo u odio activo al extranjero).

Como consecuencia de este tipo de actitudes, en ocasiones, se genera violencia en cualquiera de sus formas. Muchas veces, esta violencia no suele ser más que el resultado utilizado por los jóvenes para responder a determinadas funciones psicológicas y sociales cuando no se dispone de recursos positivos para ello. Concretamente, **Díaz-Aguado (1996)** propone tres funciones que pueden explicar la adopción de una identidad racista o xenófoba:

- 1) *Integración en el grupo de referencia*; el hecho de compartir las actitudes y conductas del grupo al que se pertenece puede aumentar la cohesión intergrupala y la sensación de seguridad.
- 2) *Reducción de la incertidumbre sobre la propia identidad*, lo que favorece la clasificación de la realidad social por categorías simplistas. Resolver conflictos de intereses, activando sesgos calificadores que inducen a explicar la conducta de los miembros de otro grupo de la peor forma posible. Estos sesgos conducen a la justificación de la discriminación y la violencia.
- 3) *Proporcionar experiencias de poder y protagonismo social*, derivadas del impacto social que actualmente tienen las graves conductas violentas que se observan en algunos jóvenes.

Puesto que cualquiera de estas formas de intolerancia va surgiendo en algunas personas paralelamente a la conciencia del “nosotros” y “ellos”, la cual forma parte del desarrollo social de la persona, existe el convencimiento generalizado de que la educación es una de las herramientas más poderosas para prevenirlas.

Concretamente, para prevenir el racismo y la xenofobia se torna fundamental educar en la interculturalidad, para lo que tanto el sistema educativo, como sus profesionales deben reconocer y considerar la diversidad cultural como una oportunidad de enriquecimiento y no como un obstáculo para la convivencia, la comunicación y la interacción educativa. **García Fernández y Goenechea** enumeran los principios de la educación intercultural (**Rubio, Aparicio, García y Sanz (2016)**):

- ✓ El reconocimiento, aceptación y valoración de la diversidad cultural, sin etiquetar ni definir a nadie en función de ésta, evitando la segregación en grupos.
- ✓ La defensa de la igualdad y otros valores como el respeto, la tolerancia, el pluralismo, la cooperación y la corresponsabilidad social.
- ✓ La lucha contra el racismo, la discriminación, los prejuicios y estereotipos mediante la formación en valores y actitudes positivas hacia la diversidad cultural
- ✓ La visión del conflicto y su resolución constructiva como elemento positivo para la convivencia.
- ✓ El compromiso, la implicación y participación de toda la comunidad educativa en la gestión democrática del centro.
- ✓ La revisión del currículo para superar el etnocentrismo, desde referentes universales del conocimiento humano y la valoración de lenguas y culturas.
- ✓ La capacitación del profesorado para trabajar en contextos de diversidad cultural y emplear metodologías de enseñanza cooperativas y recursos adecuados.
- ✓ Una atención específica a los estudiantes que no dominan la lengua de acogida, propiciando su éxito escolar a partir de un enfoque comunicativo de la enseñanza.

En resumen, para prevenir el racismo, la xenofobia y otras formas de intolerancia en la escuela lo primero es construir espacios inclusivos de convivencia intercultural, presididos por los valores democráticos y la participación de toda la comunidad.

5. EDUCACIÓN PARA LA DIVERSIDAD

La diversidad en educación responde a realidades que intervienen en el proceso educativo desde lo social, pedagógico, psicológico, cultural, personal etc. En especial desde el enfoque pedagógico centrado en los fundamentos conceptuales, leyes, métodos científicos, que se revelan en el proceso de enseñanza aprendizaje, se considera la educación en y para la diversidad como la dirección científica-metodológica, en la práctica pedagógica dirigida a la respuesta educativa de todos y a cada uno, en pos de la igualdad de oportunidades, donde la proyección de trabajo del maestro tiene en cuenta las potencialidades, posibilidades y necesidades de desarrollo en el proceso de enseñanza aprendizaje y en la integración social.

L.S.Vigostki, (1923) desde sus postulados hace referencia a la educación en y para la diversidad basado en la igualdad de oportunidades, la cooperación, interacción, colaboración, y cooperación en función del respeto a la individualidad y como apertura de la solidaridad.

Este modelo de educación parte del principio de que la educación no se centra en la escuela, es mucho más que las actividades que se realizan en las aulas y en ella están implicados todos los agentes sociales dentro y fuera de la escuela, tales como: familia, barrio, medios de comunicación... Por tanto, afecta a la comunidad en general.

La educación inclusiva, como derecho universal, requiere de políticas tendentes a que todos los ciudadanos reciban una educación de calidad, con equidad y excelencia, así como el disponer de los recursos necesarios para ello. En base a este postulado, **Riese, (2008)** y **Verdugo, (2009)**, señalan también que demanda una planificación y evaluación continua, implica un gran cambio escolar, inmediato y a largo plazo, y requiere de una acción concertada de distintos agentes sociales: administración, profesorado, familias, organizaciones e investigadores.

La filosofía de la inclusión defiende una educación eficaz, ya que no basta con que los alumnos con necesidades educativas específicas de apoyo educativo estén integrados en las escuelas, sino que deben participar plenamente en la vida escolar y social de la misma. La convivencia y el aprendizaje en grupo es la mejor forma de beneficiar a todos (**Forest & Pearpoint, 1992**). Para ello, la educación es el medio más adecuado para que los alumnos puedan construir su personalidad, desarrollar al máximo sus capacidades, y conformar su propia identidad personal, a la vez que logran configurar la comprensión de la realidad que les rodea y en el contexto social que les ha tocado vivir, integrando la dimensión cognoscitiva, la afectiva y la axiológica.

Desde la perspectiva de la orientación y la formación integral **Zavala, Valdez & Vargas (2008)** plantean la inteligencia emocional como un constructo que agrupa habilidades sociales y habilidades emocionales, y una vez que la persona las integra, constituye el soporte fundamental para el abordaje de los procesos de socialización y realización personal.

Bisquerra (2000: 243) define la **educación emocional** como: *“Un 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 el 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.”

La educación emocional y social de los alumnos se refiere a la enseñanza y el aprendizaje de habilidades, conocimientos y valores que promueven la aptitud emocional y social. El educar las emociones reduce la violencia, enriquece las capacidades adaptativas y constituye el fundamento del aprendizaje, el respeto a los demás y el desarrollo sano en los niños. Esto se debe a que decodificamos nuestros propios sentimientos y los de los demás, estableciendo la posibilidad de resolver problemas y enfrentarnos a una amplia gama de desafíos del aprendizaje (Cohen, 2003). La infancia es un periodo clave para que el niño vaya poniendo nombre a las emociones y sepa asociarlas a los diferentes cambios, a medida que va madurando (López, 2007).

Para lograr un desarrollo integral de los hijos es necesario que desde todos los contextos en los que se desenvuelve se promueva el aprendizaje de valores relevantes para educar en y para la diversidad como son:

- 1. La empatía:** *es la capacidad para ponerse en el lugar del otro y saber lo que siente o incluso lo que puede estar pensando.* El niño tiene que aprender a ponerse en el lugar del otro y entender cómo piensan y sienten los demás ya que se trata de un valor necesario para la convivencia.
- 2. La humildad:** *es la virtud que consiste en conocer las propias limitaciones y debilidades y actuar de acuerdo a tal conocimiento.* Es necesario que los niños aprendan que no es superiores ni a nada ni a nadie en ningún sentido a pesar de mostrar seguridad en las capacidades que poseen. Vivir con una actitud humilde le permitirá conocerse mejor, valorar sus fortalezas e intentar mejorar sus debilidades. Actuar sin humildad es egoísmo.
- 3. La autoestima:** *es la percepción que tenemos de nosotros mismos. Abarca todos los aspectos de la vida, desde el físico hasta el interior, pasando por la valía o la competencia. La valoración que hacemos no siempre se ajusta a la realidad y esa valoración se forma a lo largo de toda la vida y bajo la influencia de los demás.* Es importante que los niños aprendan a valorarse a sí mismos. Esto sirve de base para educar la empatía. Una buena forma de fomentar la autoestima es a través de una herramienta muy poderosa: el elogio.
- 4. El compromiso:** *es la capacidad que tiene el ser humano para tomar conciencia de la importancia que tiene cumplir con el desarrollo de su trabajo dentro del tiempo estipulado para ello.* Al comprometernos, ponemos al máximo nuestras capacidades para sacar adelante la tarea encomendada. Teniendo en cuenta que conocemos las condiciones que estamos aceptando y las obligaciones que éstas nos conllevan, ya que supone un esfuerzo permanente hacia la consecución del objetivo establecido.
El compromiso es un valor que demuestra madurez y responsabilidad. Se va adquiriendo progresivamente con los años. Debemos hacer ver a nuestros hijos el valor de la palabra dada. Una buena forma de hacerlo es a través del ejemplo.
- 5. La gratitud:** *es un sentimiento de aprecio y valoración por las acciones que otros hacen a favor nuestro.* Implica una suerte de deuda moral con quien nos hace bien. Deuda que no significa hacer un cálculo para redimirla, sino elevar la estima por quien nos hace un favor o nos prodiga un bien, y estar abiertos a la posibilidad

de corresponder por el beneficio recibido. Es importante y valioso que nuestros hijos aprendan a mostrar gratitud y ser agradecidos.

- 6. La amistad:** *es una relación afectiva que se puede establecer entre dos o más individuos, a la cual están asociados valores como la lealtad, la solidaridad, la incondicionalidad, el amor, la sinceridad, el compromiso, entre otros, y que se cultiva con el trato asiduo y el interés recíproco a lo largo del tiempo.* Se debe enseñar a los hijos el valor de la amistad, del afecto mutuo que nace del contacto “con el otro”. Actualmente, y bajo el poder del uso de las redes sociales se debe de explicar y promover que el verdadero valor de la palabra amistad va mucho más allá que el agregar a amigos en sus redes sociales.
- 7. El optimismo:** *es la predisposición a entender y a analizar la realidad desde su aspecto más positivo.* Es muy importante que nuestros hijos aprendan a vivir la vida con entusiasmo, buscando siempre el lado positivo de las cosas a pesar de los reveses que nos presenta la vida.
- 8. La paciencia:** *es la capacidad que posee un sujeto para tolerar, atravesar o soportar una determinada situación sin experimentar nerviosismo ni perder la calma.* Los niños deben cultivar la paciencia y aprender a diferir gratificaciones huyendo del “lo quiero aquí y ahora”. Esto ayudará a controlar y canalizar su impulsividad mostrando una actitud paciente y serena frente a la vida.
- 9. El esfuerzo:** *es la energía o el vigor que se pone en la realización de algo, venciendo obstáculos. El esfuerzo también se considera una virtud del ánimo, relacionada con la fuerza o el empeño con que afrontamos una dificultad o nos proponemos alcanzar un objetivo.* En este sentido, el esfuerzo requiere de valores como la constancia, la confianza y la esperanza en lo que nos proponemos. Los niños tienen que aprender que todo lo que quieren conseguir requiere de un esfuerzo.
- 10. La felicidad:** *es un estado del ánimo que supone una satisfacción. Quien está feliz se siente a gusto, contento y complacido.* Este debe ser el objetivo de la educación que ofrecemos a nuestros hijos, conquistar su felicidad y que sean capaces de transmitir y contagiar esa felicidad a los demás. Para ello es importante cultivar la alegría, el optimismo, el sentido del humor, etc.

Facilitar un desarrollo de la inteligencia emocional, de las habilidades que tiene una persona para relacionarse de forma eficaz consigo mismo y con su familia, compañeros, profesores u otras personas de su entorno, es importante para cualquier niño, pero fundamental para niños con algunas necesidades concretas. Si todos trabajamos en y para la diversidad, haciendo uso de los valores mencionados, podremos desarrollar una sociedad tolerante y respetuosa, en donde la diversidad no sea más que aprender del otro.

LLAMADA A LA ACCIÓN

1. **Cineforum en familia.** Ver la película (en función de la edad de tu hijo te hacemos diferentes propuestas) y coméntala con tus hijos.

Atrévete con este reto y después charlamos sobre ello en nuestro grupo Facebook o en Twitter.

- **Video bully dance**

Video preparado para concienciar, prevenir y paliar el problema del acoso escolar. En él se exhiben de forma caricaturizada conductas antisociales que se van agrabando con la edad y que acarrear consecuencias negativas imprevisibles tanto para los niños.

https://correoweb.madrid.org/OWA/redir.aspx?C=eeXX_mpgQ0S9VEOQiaz0YIQOy_Qv2tNlqM_yhOE1PyGnxHqN_UyWxF9MhrAPLLNUbOLKjdcG_o9o.&URL=https%3a%2f%2fwww.youtube.com%2fwatch%3fv%3d3LlzQ0ci3Jk



Bully Dance, Canadá

- **Cobardes (2008) +13**

<https://www.youtube.com/watch?v=TUjY-KIYTJQ>

Cobardes narra la historia de dos estudiantes de secundaria, uno la víctima y el otro el agresor. Guille es, aparentemente, un chico bastante común: buenas notas, deportista y con una buena relación con su familia. Descubre hacer de 'chulito' en clase le hace popular y ganar



Cobardes Trailer

respeto, por lo que, sin dudarlo, elige a una víctima, Gabriel, y, con el pretexto de ser pelirrojo se pasa el día acosándolo con sus amigos. La película trata dos temas principales: **el acoso escolar y el miedo.**

- **Cyberbully (2015). +13 (En inglés)**

https://www.youtube.com/watch?v=fk_YSO0py7s



Casey Jacobs es una adolescente británica de 17 años. Un día, se ve envuelta en los chantajes de un hacker que comienza a publicar **injurias y calumnias** sobre ella en la red.

La película hace un trabajo reflexivo sobre el **anonimato en el acoso cibernético**, la presión social en los adolescentes para participar en las relaciones online y como puede afectar este tipo de acoso no solo a la víctimas, sino a sus familias.

- **Karate Kid (2010). +8**

<https://www.youtube.com/watch?v=iR5DtOnEgP8>

Daniel Larusso de la costa este de Estados Unidos, se muda a Los Ángeles dispuesto a hacer nuevos amigos. Sin embargo, acaba siendo acosado por los Cobras, un grupo de estudiantes de kárate, cuando empieza a salir con Ali, la antigua novia de uno de ellos.

En este sentido, le pide ayuda a Miyagi, un maestro de artes marciales, para que le enseñe kárate. Bajo la tutela de Miyagi, Daniel desarrolla no sólo sus aptitudes físicas, sino también la seguridad en sí mismo que necesita para superar todos los obstáculos.

La película no solo trata el tema del acoso escolar y la seguridad en uno mismo, sino también el **respeto entre profesor y alumno** (otro tipo de relación en las aulas).



karate kid 2010 dre vs cheng



Bully Trailer (Documentary 2012)

Este es el primer documental que trata de mostrar cómo todos hemos sido afectados por el acoso y si hemos sido víctimas, autores o testigos silenciosos. El mundo que vivimos como adultos empieza en el patio.

Bully presenta no solo las conductas, sino también las **consecuencias**. Los padres de las víctimas suelen dar apoyo, mientras que hace una dura crítica a los administradores de las escuelas. **Bully anima a los niños (tanto a los agredidos como a los acosadores pasivos) enfrentarse a los matones e invita a reflexionar a estos y a los educadores.**

- Bully (2011).+12

<https://www.youtube.com/watch?v=KRCM5bRXI-k>

En el año 2011, más de cinco millones de niños estadounidenses fueron intimidados en la escuela, online, en el autobús, en sus hogares, a través de sus teléfonos móviles y en las calles de sus

- Acoso en las aulas (An American Girl: Chrissa Stands Strong) (2009). +8

<https://www.youtube.com/watch?v=sdaOFZNNnfM>

A mitad de curso, Chrissa Maxwell, una niña de 11 años, se muda con su familia a Minnesota.

En su nuevo colegio, empieza a sufrir el acoso de tres compañeras que dirigen un grupo de alumnas superficiales a las que sólo preocupa su apariencia externa.

La parte más valiosa de esta película son los **pasos en falso que pueden tomar tanto los padres como los administradores** de la escuela cuando se trata no solo de acoso físico, sino también cibernético.



An American Girl Chrissa Stands Strong Trailer
American Girl

Niños y adultos pueden tomar mayor conciencia sobre las conductas, comportamientos y soluciones.



A Girl Like Her Official Trailer 1 (2015) - Lexi



Odd Girl Out movie trailer

- Amigas hasta la muerte (Odd Girl Out) (2005). +8

<https://www.youtube.com/watch?v=Yy0SnBejYgI>

Vanessa comienza muy bien el curso escolar: es una chica guapa e inteligente y una brillante estudiante. Sin embargo, unas compañeras han hecho creer a su mejor amiga que Vanessa pretende arrebatarle el chico que le gusta. Este simple incidente permite a sus

compañeras someter a Vanessa a un acoso psicológico implacable.

En esta película se vuelve a tratar el **acoso a través de las redes sociales**.

- ¡Es un abusón, Carlitos! (He's a bully, Charlie Brown) (2006). +4

<https://www.youtube.com/watch?v=-0vUwenn38M>

La escuela termina y Carlitos tiene que irse de campamento durante dos semanas. Tiene miedo de estar lejos de casa y de sus amigos. Cuando llega al campamento se encuentra con una sorpresa no muy agradable.

Una manera sencilla de abordar el tema del acoso, **para que los niños de entre 4 y 7 años lo entiendan**.



Snoopy - Peanuts - ¡Es un abusón, Carlitos! - Luk Internacional

- **Una chica como ella (A girl like her) (2015). +12**

<https://www.youtube.com/watch?v=-G8qLskQJbg>

Un equipo de televisión se acerca al lugar donde una joven de 16 años trató de suicidarse debido al acoso implacable que sufría.

Una chica como ella se centra más en el **abuso psicológico** que el físico (insultos, amenazas...). Muestra algo importante y esencial: **la confesión del agresor** y la responsabilidad de un acosador pasivo de contar la verdad. En la película, Avery, la ‘cabecilla’ del grupo de acosadores, se niega a reconocer el acoso que ejercía sobre Jessica.

MATERIAL COMPLEMENTARIO

❖ Educación para la diversidad

La Inteligencia emocional.

Guía “Educación en y para la diversidad”.

❖ Guías informativas y orientativas.

Acoso Escolar. Guía para padres y madres. CEAPA.

Guía de prevención racismo y xenofobia.

“Tratémonos bien”. Guía para niños y niñas de Primaria.

“Y tú, ¿qué puedes hacer?”: Guía para adolescentes de Secundaria.

“No te enredes en la red”: Guía para conocer el ciberbullying y algunos peligros de internet y de las nuevas tecnologías.

❖ Revista

Convives 13. La voz de las familias y la convivencia.

Acoso entre iguales y ciberacoso.

BIBLIOGRAFÍA

- Torres, A.: “Mejorando la convivencia en los centros”. Consejería de Educación. Murcia.
- Aguiar, N. y Breto, C.: “La escuela, un lugar para aprender a vivir. Experiencias de trabajo cooperativo en el aula”. M.E.C., CIDE. 2005.
- Ortega, R.: “La convivencia escolar: qué es y cómo abordarla. Programa Educativo de Prevención de Maltrato entre compañeros y compañeras”. CEJA, 2003.
- Díaz-Aguado, M.J.: “Convivencia escolar y prevención de la violencia”.

- Gardner, H. "Inteligencias Múltiples: La teoría en la práctica". Paidós Ibérica. 2012.
- Ortega, R. y Del Rey, R.: Violencia escolar: Claves para comprenderla y afrontarla. Escuela Abierta, 2007, 10, 77-89.
- Olweus, D. (1993). Bullying at school. What we know and what we can do. Oxford: Blackwell.

- Campaña Comunidad de Madrid:
<http://www.telemadrid.es/noticias/madrid/noticia/ante-el-acoso-escolar-no-te-calles-cuentalo#.WH9fmug2Kj4.email>
- Educación en valores. www.acosoescolar.com/preguntas.html.
www.learning.com/easytech/onlinesafety. Guía de Acoso cibernético
- Bullying acoso escolar: ayuda, bibliografía y referencias sobre bullying.
<http://www.conflictoescolar.es/soy-padre%E2%80%A6-%C2%BFcomo-puedo-saber-si-mi-hijo-sufre-acoso-en-el-instituto/>
- Guía para padres sobre acoso escolar:
http://www.havas.k12.az.us/pdf/safety/Cyber_Bullying_Guide_ES.pdf
- Campaña Mediaset contra el acoso escolar.
http://www.mediaset.es/12meses/campanas/se_buscan_valientes/pierdas-videoclip-buscan-valientes-campana_2_2306880047.html

Módulo 4.

EL PAPEL DE LA TECNOLOGÍA EN LA FAMILIA



MEJORA DE LA CONVIVENCIA Y PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

MÓDULO 4: EL PAPEL DE LA TECNOLOGÍA EN LA FAMILIA

1. LA FAMILIA Y EL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

- 1.1. BENEFICIOS Y RIESGOS DEL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS
- 1.2. FACTORES DE RIESGO
- 1.3. PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN DESDE LA FAMILIA

2. EL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS: TELEVISIÓN, TELÉFONO MÓVIL, VIDEOJUEGOS E INTERNET

- 2.1. TELEVISIÓN
- 2.2. TELÉFONO MÓVIL
- 2.3. VIDEOJUEGOS
- 2.4. INTERNET

3. USO RESPONSABLE DE LAS REDES SOCIALES

- 3.1. REDES SOCIALES. SEGURIDAD Y PRIVACIDAD
 - 3.1.1. Principales redes sociales
 - 3.1.2. Claves para proteger la privacidad en las redes sociales.
- 3.2. CIBERBULLYING
 - 3.2.1. Diferencias entre bullying y ciberbullying
 - 3.2.2. Prevenir el ciberacoso

1. LA FAMILIA Y EL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Los niños de hoy en día, nacen y crecen rodeados de las nuevas tecnologías. La revolución digital ha cambiado el momento y la forma en la que los niños acceden a la información y comunicación en las plataformas digitales. Prácticamente no hay que enseñarles a usarlas, manejan las nuevas tecnologías por imitación y de forma mucho más natural y autónoma que los adultos.

Esta facilidad de acceso que tienen los niños a las nuevas tecnologías hace que nos planteemos:

- Cuándo es conveniente introducirlas en la vida del niño.
- Cómo hacer un uso adecuado de ellas.
- Qué beneficios tiene y qué peligros conlleva su uso.

A este respecto, presentamos algunas consideraciones importantes que los padres deben tener en cuenta si quieren hacer un uso adecuado de las mismas:

- El exceso en su uso es perjudicial para el niño. No hay una edad concreta para introducirlas en la vida del niño, pero sí se deben tener en cuenta unas pautas concretas sobre cómo hacerlo.
- Los padres deben tener presente que existe un tiempo para usar teléfonos o tablets y también un tiempo para hablar, jugar, estudiar, escuchar música o leer.
- Los padres deben conocer las nuevas tecnologías y saber manejarlas para enseñar a sus hijos a hacerlo de forma positiva, explicando los riesgos que pueden encontrar.
- No todo el contenido de Internet es apto para niños, los padres deben poner filtros a la información de Internet.
- Las nuevas tecnologías pueden ser un instrumento de aprendizaje para los niños, pues permiten disponer y acceder a un elevado nivel de información en tiempo real.
- El mal uso de las tecnologías lleva a que los niños estén expuestos a peligros como el ciberbullying. El conocimiento de este tipo de acoso les ayudará a estar más protegidos y ser más precavidos.
- Un niño puede llegar a obsesionarse con las nuevas tecnologías. Se puede decir que es adicto cuando al pedirle que deje el uso del teléfono, el ordenador o cualquier otro dispositivo, el niño se siente mal y siente la necesidad de volver a usarlos de manera inmediata.

Desde la familia, se debe conocer y entender los diferentes medios audiovisuales y tecnologías de la comunicación que consumen los hijos, para poder educarles en un uso responsable y protegerles de sus riesgos.

Esta labor se hace más compleja en la adolescencia, donde tienden a buscar su propio espacio e identidad personal. En esta edad, suelen rechazar compartir las *pantallas* (televisión, ordenador, tablet...) que utiliza el resto de la familia, prefiriendo las suyas propias, más centradas en sus gustos e intereses. Es importante entender y respetar esta cuestión, esforzarse por conocer cuáles son sus gustos y demostrarles que se conocen esos medios, aunque siempre estableciendo unas normas que regulen su uso. De este modo, los padres estarán mostrando interés por sus hijos, haciéndoles ver que están disponibles por si tienen algún problema o dificultad con las redes sociales, el uso de internet, los videojuegos, etc.

Demostrar que se tienen conocimientos sobre las nuevas tecnologías y las redes puede convertirse, además, en un modo de limitación externa, pues los hijos pueden llegar a entender que no es tan fácil engañar a los padres y esto les puede hacer modificar o regular sus hábitos en cuanto al uso de las nuevas tecnologías.

1.1. Beneficios y riesgos del uso de las nuevas tecnologías

Internet ofrece grandes posibilidades de acceso a información audiovisual, a conocimientos diversos, al aprendizaje colaborativo, a comunicarse con amigos próximos, con personas de otras culturas... El *teléfono móvil* les permite tener mayor autonomía y organizar sus relaciones y actividades de manera más ágil. Los *videojuegos* pueden desarrollar muchas capacidades en ellos: coordinación psicomotora, orientación espacial, coordinación espacio-temporal...

A pesar de esto, si su uso es inadecuado, se pueden llegar a constituir situaciones más negativas de dependencia, lo cual conlleva consecuencias a *nivel físico*: obesidad, falta de desarrollo de funciones psicomotrices, trastornos musculares, problemas visuales, etc.; y a *nivel psicológico*: aislamiento, desarrollo deficitario de habilidades sociales, visión deformada de la realidad, etc.

El mejor modo de proteger a los hijos en el uso de las nuevas tecnologías comienza por:

- Limitar su uso: La principal labor debe ser el control de la cantidad y momento de uso. En el caso de Internet y los videojuegos, hay que establecer tanto un tiempo límite al día como unas franjas horarias de uso que garanticen el espacio para el encuentro familiar y correctos hábitos saludables (alimentación, sueño...).
- Crear un clima de no exclusión y confianza en torno a Internet.
- Controlar qué les proporcionamos y cómo lo hacemos: es preferible que el ordenador sea de uso familiar, que esté conectado a Internet, en un lugar público de la casa.
- Acompañar y permanecer alerta. Es importante que los más pequeños no usen Internet, los videojuegos o el ordenador sin contar con la supervisión del adulto.

El uso de las nuevas tecnologías por parte de los hijos no supondrá un problema si es controlado y está en equilibrio con el resto de actividades del menor.

Suelen haber indicios de un empleo inadecuado cuando el incremento de su uso produce una interferencia en la vida cotidiana y el niño o adolescente pierde interés por otras actividades, comienza a relegar las tareas escolares, a ausentarse de actividades extraescolares o reduce el tiempo de dedicación la comunicación familiar, la lectura, el deporte, las relaciones sociales, etc.

En estas etapas, sobre todo en la adolescencia, las nuevas tecnologías pueden llegar a ocupar un papel importante en la vida de los alumnos, priorizando su uso a cualquier otra actividad. Como consecuencia, comienzan los conflictos con los padres y la negación, por parte del adolescente, de la existencia de un problema, al mismo tiempo que aparecen las mentiras para dedicar más tiempo al ordenador, los videojuegos o el teléfono móvil.

Estas tecnologías están basadas en la espectacularidad, en el ofrecimiento de un gran número de estímulos, en la inmediatez de las respuestas. Acostumbrados a ello, los menores con un uso abusivo pueden tener dificultades para concentrarse, por ejemplo, ante una explicación del profesorado o ante una lectura. Asimismo, puede incidir negativamente en la capacidad de implicarse en procesos que requieran esfuerzo, paciencia, perseverancia.

1.2. Factores de riesgo

Podemos clasificarlos en factores personales, familiares y sociales.

1. **Personales:** Algunas variables personales como la impulsividad, la intolerancia o una ineficaz forma de afrontar los problemas juegan un importante papel a la hora de precipitar una problemática en el uso de las nuevas tecnologías. No obstante, a pesar de contar con un acceso sencillo y una disponibilidad amplia a las nuevas tecnologías en la sociedad actual, tan sólo una parte de la población presenta problemas relacionados con un mal uso de las mismas.
2. **Familiares:** Si el proceso de socialización de la familia se desarrolla de forma adecuada, el niño interiorizará pautas de comportamiento socialmente adaptadas a todos los niveles. El problema se da cuando existen complicadas situaciones familiares, donde los horarios laborales de los padres hacen que los niños pasen muchas horas solos. Este tiempo se malgasta en consumir de forma indiscriminada contenidos que en muchas ocasiones son inapropiados para los menores. Otros problemas pueden ser debido a patrones educacionales pobres, faltos de normas y límites.
3. **Sociales:** Los medios de comunicación y las nuevas tecnologías han adquirido un importante papel socializador. A través de ellos, el menor recibe la influencia de miles de mensajes que van modelando su forma de pensar, sentir y manifestarse. Los menores, a medida que van creciendo, invierten mucho tiempo delante del televisor o navegando por Internet.

Los medios audiovisuales y las nuevas tecnologías de la comunicación son uno de los canales de socialización más importantes en la actualidad. Lo son, no sólo por los contenidos que transmiten, sino por las formas de establecer relaciones que ofrecen, de acceder a información, de crear contenidos, de comunicarse.

Los niños y adolescentes de hoy en día, han crecido rodeados de una oferta variada de contenidos audiovisuales y tecnologías de la comunicación. Su pasado, presente y futuro está ligado al lenguaje, las herramientas y las funcionalidades de estas tecnologías. La relación que establezcan con el uso de la televisión, Internet, los teléfonos móviles y los videojuegos, puede ser beneficiosa o perjudicial, dependiendo del uso responsable que hagan de ellos y de la educación, las normas y los límites que les hayan establecido al respecto. En esto la familia tiene una gran labor que hacer.

A este respecto, se debe enseñar a los hijos a que aprovechen al máximo estos medios, evitando algunos *riesgos* que se puedan derivar de su mal uso, como por ejemplo:

- El acceso a las relaciones: Las nuevas tecnologías sirven para crear y mantener relaciones sociales (los móviles, Internet, las redes sociales o el correo electrónico). Podemos relacionarnos con personas de todo el mundo aunque esto puede convertirse en un riesgo, pues abre las puertas a que los menores se comuniquen con personas que no conocen y que se puedan convertir en un peligro para ellos.
- El acceso a contenidos: Las nuevas tecnologías y la televisión permiten un acceso sencillo y rápido a una gran cantidad de información. Muchos de estos contenidos suponen una gran oportunidad para la información, el entretenimiento y la educación. Sin embargo, otros, pueden afectar negativamente a su proceso de maduración: por lo inadecuado para su edad, por el tipo de valores que transmiten, etc.
- La exposición a la violencia. La observación de escenas violentas en los medios puede dar lugar a la reproducción de esos actos en la vida real y a la desensibilización.

1.3. Prevención y protección desde la familia

La familia tiene, ante cualquier problema, el potencial preventivo más importante de entre todos los agentes que influyen en los hijos. El papel de los padres, siempre coordinado con el de los centros educativos y de otras instituciones, es fundamental. Para ello, vamos a estudiar algunos *factores* que favorecen el desarrollo de la labor de los padres:

La comunicación familiar: permite un adecuado clima de convivencia. Dialogar no sólo es hablar, sino también saber escuchar. Para que el diálogo sea efectivo, los padres debemos hablar pero, sobre todo, escuchar e intentar entender el punto de vista de nuestros hijos. La escucha es un elemento básico en la comunicación eficaz, la persona que escucha, intenta comprender y dar sentido a lo que oye. Para comprender lo que alguien expone debemos intentar entender lo que siente esa persona.

Establecimiento de normas y límites: es importante fijar unas normas de comportamiento y unos límites claros y precisos. En este sentido, la tarea principal de los padres es establecer las normas que consideren adecuadas y procurar que los hijos las cumplan. Hay que ser muy firmes y no ceder ante la presión de los menores.

Realizar actividades de ocio y tiempo libre: Los padres deben enseñar a los hijos a utilizar el tiempo de descanso y entretenimiento de forma adecuada, ofreciéndoles posibilidades de ocio y motivarles para que se impliquen en ellas; es importante descubrir las aficiones que estimulan a los hijos y fomentar su práctica y, por supuesto, tener en cuenta su opinión, para que se sientan implicados en las propuestas para su tiempo libre. Estas actividades son útiles pues favorecen el desarrollo personal de los hijos, es muy importante que ellos puedan vivirlas como una experiencia lúdica, distinta de las actividades escolares. A pesar de la conveniencia de que los hijos practiquen actividades diversas y variadas hay que tener cuidado con no caer en el error de llenar su tiempo de ocio con demasiadas tareas.

Hoy en día, muchos niños, jóvenes y adultos hacen un uso excesivo de las nuevas tecnologías en su tiempo libre. Dedicar parte del tiempo de ocio a navegar por Internet o jugar a los videojuegos no resulta problemático. El riesgo surge cuando se le dedica más tiempo del adecuado y se abandona la práctica de otras actividades de ocio por estar más tiempo conectados o jugando.

Las nuevas tecnologías resultan muy divertidas y atractivas, especialmente para los más jóvenes. Esto les lleva a dedicarles un tiempo excesivo. Los padres deben establecer límites y fijar el tiempo y el momento de uso.

En cuanto al **establecimiento de normas**, lo importante es aplicar normas y utilizar medios que protejan a los hijos de los riesgos de un uso inadecuado de los medios audiovisuales y las tecnologías de la comunicación. Todos los extremos pueden resultar perjudiciales y afectar negativamente al desarrollo de los menores, tanto el exceso de límites como la ausencia de ellos. Los niños que no reciben normas de sus padres se acaban mostrando inconformistas y cada vez demandan más cosas; a medida que crecen, van mostrando mayor intolerancia ante las negativas y la necesidad de satisfacer sus deseos de inmediato. Por otro lado, los niños que reciben normas muy exigentes obedecen por miedo al castigo, pero con la sensación de actuar de forma impuesta. De esta forma, a la mínima oportunidad que tengan, se mostrarán rebeldes.

Esta labor debe comenzar desde edades tempranas, con medidas como:

- Delimitar el número de horas dedicadas a la televisión y al resto de medios tecnológicos.
- Establecer horarios para su uso.
- Evitar la televisión u ordenador en su habitación.
- Valorar la edad más adecuada a la que pueden disponer de teléfono móvil.
- Establecer normas claras sobre el tipo de programas de televisión que pueden ver o las páginas web que pueden visitar.
- Conocer las características de los videojuegos que utilizan.
- Poner *filtros* en Internet.

Las normas son imprescindibles para proteger a los menores. En la medida que los hijos van creciendo, se deben ir adaptando. En la adolescencia, es importante que sean razonadas y negociadas hasta donde sea posible.

Estas normas resultan insuficientes si no les ayudamos a controlar el consumo que hacen de televisión y otros medios. Deben comprender que hay un tiempo limitado en su uso, cuál es su funcionamiento, que tengan criterio para seleccionar contenidos, que sean capaces de apagar las *pantallas* cuando sea oportuno...

Esto lo conseguiremos si seguimos algunas estrategias educativas como:

- Transmitir un modelo coherente en el uso de la televisión y de otros medios audiovisuales y de comunicación que sirvan como referente a nuestros hijos.
- Crear oportunidades de diálogo y compartir tiempos junto a la televisión, los juegos o internet que nos ayuden a conocer mejor sus opiniones y gustos, transmitir los nuestros de manera respetuosa y debatir sobre el funcionamiento de las diversas tecnologías, sus aportaciones, ventajas, inconvenientes o riesgos.

➤ Consultar: Vídeo "La familia Digital". Enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=pbx2ZkFhnYc>

2. EL USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS: TELEVISIÓN, TELÉFONO MÓVIL, VIDEOJUEGOS E INTERNET

Las nuevas tecnologías se han instalado en nuestras vidas cotidianas de forma integral. Los niños y adolescentes se están educando en una sociedad rodeados de ordenadores, móviles o tablets, lo cual genera preocupación en los sus padres, por las consecuencias de esta *invasión tecnológica*.

El uso de la tecnología en niños y adolescentes es beneficioso y necesario siempre y cuando eduquemos a los niños, desde edades tempranas, en el uso adecuado de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación. El uso de las tecnologías en niños y adolescentes no afecta negativamente a su desarrollo, además, ha quedado comprobado que no existe una capacidad innata para desarrollar habilidades digitales, sino que es necesario educar digitalmente a los niños y adolescentes.

Aunque los niños viven la era digital, son usuarios que no entienden los procesos informáticos. Deben aprender a comprender el funcionamiento de los ordenadores y dominar las herramientas tecnológicas.

Tomando en cuenta todas estas consideraciones, es necesario que los padres tengan en cuenta algunas recomendaciones de uso de la tecnología en niños y adolescentes, para evitar consecuencias negativas:

- Enseñar a utilizar las nuevas tecnologías y los recursos de la red de forma práctica y segura.
- Promover actividades tecnológicas con la familia y amigos.
- Supervisar el uso del ordenador y los contenidos consultados.
- Poner normas y límites al uso de las tecnologías.
- Conocer y compartir aficiones e intereses digitales.

No sólo debemos enseñar el uso adecuado de las nuevas tecnologías a los niños y adolescentes, sino que debemos educar en el uso responsable de los *recursos tecnológicos*. No es simplemente que los niños utilicen un ordenador, sino desarrollar una actitud digital adecuada para obtener el máximo beneficio posible de las tecnologías.

Es necesario que conozcamos y entendamos los medios audiovisuales y las tecnologías de la comunicación que consumen o pueden llegar a consumir los hijos, si realmente queremos educarles en un uso responsable, informando a los hijos de los riesgos que corren y protegiéndoles de sus riesgos.

2.1. Televisión

La televisión puede tener una gran influencia en el desarrollo del sistema de valores de niños y adolescentes y en la formación de su comportamiento. Desafortunadamente, gran parte de la programación actual es violenta, transmite valores no deseables para los chicos e incita al consumo, entre otras cuestiones. A pesar de todo esto, la televisión es considerada un importante medio de información, formación y trasmisor de valores positivos, siempre y cuando sepamos utilizarlo adecuadamente con nuestros hijos.

Algunos de los problemas que trae consigo su uso, pueden ser:

- Excesivo número de horas frente al televisor: en general, los hijos pasan un gran número de horas delante del televisor, lo que puede llevar a crear cierta adicción. Los padres deben controlar el tiempo que dedican a ver la televisión y reflexionar sobre los inconvenientes que tiene su uso, por ejemplo, en el dormitorio.
- Contenidos no apropiados: en muchos casos no llegamos a saber exactamente lo que ven en televisión. Siempre que sea posible, debe verse en familia, interesarse por los programas que ven e incluso proponerles otros que no saben que existen y pueden ser de su interés: programas sobre temas de actualidad, documentales, concursos, películas, etc.
- La publicidad y el consumismo: es importante hacerles ver que los anuncios inducen al consumo innecesario, transmiten la necesidad de comprar porque así creemos que podemos ser más “felices”.
- Favorece la pasividad y el sedentarismo: se produce una falta de interacción por parte del niño, dado que la televisión favorece poco la interacción activa, además favorece el sedentarismo y la falta de actividad física por parte del niño.

La televisión tiene efectos positivos que, con ayuda de los padres, contribuyen a un mejor desarrollo del niño, es un medio que puede favorecer procesos cognitivos y emocionales, facilita la asimilación el lenguaje, puede ser una gran fuente de conocimientos y de cultura... cosas que contribuyen a motivar al niño a hacer y aprender más cosas. Pero este objetivo no lo consigue el niño de forma individual: necesita del apoyo de los padres, para llevar a cabo un proceso positivo de asimilación de los contenidos que ofrece la televisión.

Los padres han de ser conscientes de estos aspectos positivos y:

- Ver la televisión con sus hijos o estar con ellos en algunos momentos que dure la programación elegida.
- Escoger correctamente los programas según las edades de los niños.
- Poner límites al tiempo que se dedica a ver la televisión.
- Apagar la televisión en los momentos de comida así como en los momentos de estudio. La televisión ha de estar encendida solo en los momentos que se quiera ver, no ser un acompañante constante en la casa.
- Evitar programas violentos o de contenidos inapropiados para un niño.
- Grabar o seleccionar programas educativos para verlos en cualquier momento.

2.2. Teléfono móvil

Hoy en día, para los jóvenes, el teléfono móvil se ha convertido en un instrumento indispensable en sus vidas. Es una herramienta que les facilita y les permite estar en contacto permanentemente con sus amigos de una manera rápida, sencilla y cómoda. Se ha convertido en un instrumento que facilita la construcción de una identidad personal frente al grupo de iguales y ante las personas adultas. Les permite, además, disfrutar de las nuevas tecnologías de la comunicación y la información de una manera más independiente, sin tener que negociar con el resto de miembros de la familia y pudiendo evitar más fácilmente la supervisión de los padres.

Paradójicamente, para los padres cumple una función de control, piensan que pueden localizar más fácilmente a sus hijos. En un momento como el actual, en el que la presencia de los padres en casa es menor y, por lo tanto, la supervisión presencial se complica, el móvil cumple una función tranquilizadora. Algunos autores denominan a esta función *correa digital*.

Por tanto, consideramos que el teléfono móvil es una excelente herramienta de comunicación, información y entretenimiento, pero un uso no adecuado puede conllevar importantes riesgos, especialmente cuando se trata de personas en proceso de maduración personal y social. Algunos riesgos específicos relacionados con una mala utilización de los teléfonos móviles, pueden ser:

- Su influencia negativa en otro tipo de actividades. Por ejemplo, lo negativo que resulta su presencia en el aula, en un acto cultural o social, en una reunión familiar, etc., que interrumpe y entorpece la actividad.
- Su utilización en actos de acoso entre iguales, como puede ser: mandar mensajes anónimos amenazantes o insultantes; realizar fotografías o grabaciones y distribuirlos sin el consentimiento de quien aparece en ellas.

Pautas de actuación para padres.

En primer lugar, los padres deben conocer el mundo de la telefonía móvil, sus avances, las funcionalidades de los móviles actuales, el significado que para los hijos tiene esta tecnología, los principales riesgos relacionados con su mal uso, etc. Además, como la tecnología no se detiene en su evolución, es necesario que los padres estén en disposición de actualizar su información permanentemente.

La primera regla de protección consiste en elegir el momento adecuado para que los hijos dispongan de teléfono móvil. Es difícil delimitar una edad que sirva para todos los casos, por lo que en cada familia es preciso que se tome una decisión adaptada al estilo familiar y al grado de maduración y responsabilidad de los hijos.

Es importante establecer algunas medidas que protejan a los hijos de los riesgos relacionados con su mal uso:

- El tiempo que dedican a estar con el móvil en casa debe estar contabilizado dentro de las horas pactadas.
- Se pueden delimitar los espacios donde no se use el teléfono móvil: durante la realización de tareas escolares, durante las comidas o reuniones familiares, etc.
- Dependiendo de la edad del hijo, bloquear o restringir el acceso a Internet o a determinadas páginas o aplicaciones.

Algunos riesgos podrán ser evitados si se logra, a través de una labor educativa, que los hijos interioricen algunas pautas de consumo responsable. Para ello es necesario educar a través de la transmisión de mensajes y orientaciones, pero también a través de nuestro propio modelo. Es importante explicar el sentido de las normas de protección definidas en casa en relación con el uso del móvil. De esta manera, también se les estará educando para cuando sean ellos quienes tengan que definir sus propias pautas de autoprotección.

Algunas normas en cuanto a su uso, pueden ser:

- No utilizar el móvil cuando se está cruzando una calle o conduciendo una bici o una motocicleta.
- No facilitar el número de móvil a personas desconocidas.
- Apagar el móvil (o dejarlo en *modo silencio*) cuando se está en lugares que puede molestar.
- No fotografiar ni grabar a nadie sin su permiso.
- No distribuir fotografías o grabaciones sin el permiso de las personas que aparecen en ellas.
- No distribuir fotografías ni grabaciones que denigren a las personas que aparecen en ellas.
- Al mandar un mensaje o una imagen, pensar primero si nos gustaría que nos la mandasen.

2.3. Videojuegos

El boom de los videojuegos ha irrumpido en nuestra sociedad desde hace algún tiempo con gran fuerza. Constantemente aparecen en el mercado nuevos juegos o nuevas versiones de los ya existentes y videoconsolas más sofisticadas que hacen el juego más vívido y real. Los videojuegos permiten jugar solo o en grupo e incluso ofrecen la posibilidad de jugar online con numerosos jugadores.

El diseño de determinados videojuegos hace que su uso sea tremendamente divertido y estimulante y tengan un alto poder adictivo. Muchos de ellos fomentan la competitividad y someten al usuario a una estimulación constante. Hoy en día, los videojuegos se han convertido en una herramienta de ocio frecuente, en especial entre los más pequeños. Al contrario que con otras nuevas tecnologías, como Internet o el teléfono móvil, en el caso de los videojuegos son los más pequeños los que las utilizan con mayor frecuencia, en especial los menores entre 7 y 13 años.

Los videojuegos no suponen ningún riesgo para los niños y adolescentes en sí mismos, este depende de su contenido y del uso que hagan de ellos. Es evidente que los videojuegos son divertidos y estimulantes para ellos, pero por divertidos que sean, resulta muy poco recomendable que esta actividad monopolice el tiempo libre y de ocio de los hijos.

Jugar a videojuegos es una buena forma de invertir el tiempo libre, siempre y cuando no sea la única. El exceso de tiempo dedicado a videojuegos acarreará problemas de diversa índole, desde dolencias físicas como dolores de espalda y molestias en los ojos, a problemas en el rendimiento escolar, pérdida de amigos o problemas familiares.

Pero los riesgos no sólo se derivan del exceso de tiempo, también de una inadecuada selección de contenidos.

Entre algunas de las *ventajas* del uso de videojuegos, podemos citar las siguientes:

- Favorecen la organización espacio-temporal y la coordinación óculo-motora.
- Desarrollan destrezas básicas como la rapidez de reflejos y la memoria.
- Desarrollan la puesta en práctica de estrategias y el instinto de superación.
- Mejoran el razonamiento y estimulan la concentración.

El uso de los videojuegos también cuenta con *inconvenientes* que en general son:

- Pueden producir nerviosismo y ansiedad.
- Pueden transmitir valores inadecuados.
- Pueden provocar retraso en el proceso de socialización e incluso un aislamiento.
- La excesiva concentración puede provocar falta de atención hacia su entorno.

Algunas pautas para que los padres puedan controlar un uso racional de los videojuegos:

- Hacer propuestas alternativas de ocio, depende de los padres que sus hijos se interesen por otras actividades. Las familias no deben permitir que se pasen las tardes enteras jugando con los videojuegos.
- Interesarse por todo lo que rodea al videojuego y acompañar a los hijos en algunos momentos de juego, es la mejor manera de compartir intereses, de conocer su mundo y sus inquietudes.
- Selección de estos juegos: elegir aquellos que no contengan contenidos sexistas, violentos o insolidarios. Los hay de estrategia como: el ajedrez o los deportivos; de aventuras fantásticas y educativos muy recomendables.

2.4. Internet

Internet ha convertido al ordenador, el móvil o la tablet en una puerta abierta al mundo. Nos permite conectarnos y tener información sobre cualquier tema o noticia que nos interese o contactar con amistades o conocidos a través de las redes sociales. Aunque, por otro lado, nos expone a una serie de riesgos como son el acceso a páginas con contenidos inapropiados, contactar con personas desconocidas de los que no sabemos nada, ser estafados, etc.

Los niños y adolescentes cada vez se inician antes en el uso de Internet. Esto, a pesar de ser positivo en muchos aspectos, es una fuente de preocupación e inquietud en todas las familias.

Las *ventajas* son:

- Búsqueda autónoma de información sobre temas académicos, de actualidad, de su interés...
- Uso de herramientas y materiales diversos.
- Ampliación y diversificación de sus redes sociales.

De igual manera el uso inadecuado o incontrolado de esta tecnología puede presentar algunos *inconvenientes* o problemas entre niños y adolescentes como son:

- Acceso a páginas con contenidos inapropiados: actualmente es fácil cerrar el acceso a contenidos a través del control que permiten los sistemas operativos del propio navegador o de los servidores (control parental). Se debe tener restringido el acceso a determinadas páginas cuyos contenidos no sean idóneos para los hijos.
- Establecer relaciones que acarrearán riesgos o contacto con desconocidos: hay que advertir a los hijos que si contactan con algún desconocido no den datos íntimos o comprometedores nunca. No saben quién es realmente esa persona y lo que pueda hacer con sus datos, imágenes, contraseñas, correos electrónicos, etc. Por supuesto, no quedar a solas con la persona desconocida y menos sin decírselo a sus amistades, familia, etc.

- El abuso de horas delante del ordenador puede crear cierta adicción. Se introducen en un mundo virtual, que en muchos casos puede servirle como refugio o aislamiento de la realidad, dificultando las auténticas relaciones humanas que son las que llevan consigo el contacto visual, físico, etc. Se recomienda no utilizar el ordenador más de dos horas diarias, si es de uso lúdico.
- La relación a través del ordenador modifica las percepciones de la comunicación entre las personas. Es frecuente encontrarse con comentarios que se hacen a través de una red social que no se harían si hubiera que decírselos a esa persona directamente. Con frecuencia, estos comentarios u opiniones son dañinos.

Son muchos los riesgos que acarrea el uso de Internet, algunos consejos dirigidos a las familias para poder evitar graves consecuencias son:

- Conocer el uso de Internet y las redes sociales para guiar la participación de los más pequeños.
- Establecer una comunicación abierta con los hijos, mostrarse dispuestos a resolver sus dudas y que ellos se sientan dispuestos a contar cualquier situación o contacto en la red que les haya resultado incómodo.
- Determinar una serie de normas de uso de Internet apropiadas a su edad y que sean visibles en el lugar en que está el ordenador.
- Establecer criterios para crear determinadas cuentas y para crear relaciones en cada red social.
- Tomar precauciones ante el uso de redes wifi abiertas y públicas poco seguras.
- Clarificar qué tipo de información no es conveniente que proporcionen a través de la red (datos personales, la dirección, teléfono,...).
- Utilizar filtros, motores de búsqueda específicos para niños en lugar de los genéricos, el bloqueo de ventanas emergentes, programas de control parental... Es importante revisar los historiales del navegador y de los chats a los que accedan.

Existen aplicaciones de control parental tanto para los ordenadores como para los smartphones y tabletas. Este tipo de sistemas puede ser más difícil de implementar en el ecosistema digital de las familias dependiendo de la edad del menor y el tipo de usos que haga con los dispositivos.

Se trata de una serie de herramientas destinadas a controlar el uso que los niños hacen de internet, y poder así vigilar la navegación, bloquear ciertas aplicaciones y utilizar un navegador infantil. Google, por ejemplo, ofrece una herramienta de control de tu presencia en Internet que te permite eliminar la información que no deseas que aparezca y te avisa cada vez que se muestra algo nuevo sobre ti, aunque no es la única. Hay más: Movistar Protege, Kids Place, PlayPad o Zoodles.

- *Consultar: Vídeo “Adicción a las nuevas tecnologías, prevención en el ámbito familiar”.*
Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=lnRe9Bm2cCw>

3. USO RESPONSABLE DE LAS REDES SOCIALES

3.1. Redes sociales. Seguridad y privacidad

Las Redes Sociales se han creado para fomentar las relaciones personales a través de la red. Su fin es crear un espacio en el que las personas pueden comunicarse, compartir opiniones o experiencias. A través de estas redes, se comparte todo tipo de información, fotos, opiniones, iniciativas, protestas, etc. Su objetivo es la comunicación y el entretenimiento. No obstante, debe conocerse su funcionamiento en aspectos de seguridad para poder orientar a los más jóvenes hacia un uso responsable y seguro pues, aunque a priori pueda parecer un soporte destinado simplemente al entretenimiento o la absorción de información, es precisamente a través de la interacción con otros usuarios donde se esconde el mayor riesgo.

Los menores de hoy en día son los llamados nativos digitales, han crecido con esta realidad, por eso Internet es una herramienta que manejan de manera natural y ágil. A partir de los diez u once años, se conectan a la red de forma regular. Asimismo, a medida que el adolescente se va haciendo mayor, va aumentando el tiempo que dedica a navegar por la red. El hecho de que la mayor parte de los hogares españoles cuente con conexión a Internet, facilita el acceso de los menores a la red.

Asociado a este uso, analizamos, a continuación, dos de los riesgos más comunes:

- Pérdida de privacidad. Supone un factor de riesgo puesto que cuanto más se sepa de una persona, más vulnerable es. Además, un efecto derivado de la pérdida de privacidad es una conformación de la identidad digital más compleja, compuesta de más informaciones, y más diferida, en tanto que depende en mayor medida de lo que las demás personas refieran respecto de uno.
- Mayor exigencia para la ciberconvivencia. El nivel de exigencia para la convivencia es elevado en las redes sociales porque nos “socializan”, en muchas ocasiones de forma abusiva y sin que lo percibamos.

En este uso de las redes sociales, exponemos algunos riesgos existentes para los más jóvenes y a los que se ha pasado a denominar:

- *Sexting*: publicación de fotografías con fines “sexuales” o de “coqueteo” publicadas por los menores.
- *Grooming*: acciones emprendidas por un adulto para ganarse la confianza de un menor y tratar de conseguir una cita para abusar sexualmente de él, extorsionarlo o incitar al sexting, entre otras acciones.
- *Cyberbullying*: ciberacoso psicológico entre los menores usando los canales sociales y de mensajería.
- *Hacking*: suplantación de la identidad al acceder a las cuentas o perfiles de los menores.
- *Phishing*: obtención de datos personales a través de web ficticias con el fin de realizar hacking sobre alguna persona.

Las familias son quienes deben inculcar la importancia del respeto en la Red: los hijos tienen que comportarse en el mundo virtual de la misma manera que en la vida real: con respeto. Deben conocer, además, que está prohibido circular imágenes íntimas de otros sin su permiso, insultar, faltar al respecto y, por supuesto, chantajear.

La educación es la clave para que no se conviertan en potenciales acosados o acosadores. Los menores deben conocer la importancia de proteger su intimidad: no se pueden dar detalles íntimos sobre su vida ni enviar documentos que puedan poner en peligro su integridad.

3.1.1. Principales redes sociales

El mundo actual se mueve en un espacio de interconexión entre las redes sociales, las diferentes aplicaciones (apps: juegos, utilidades, etc.) y las aplicaciones de mensajería instantánea, convertidas en potentes y activas redes sociales, donde destaca *WhatsApp*. Los chats se han convertido en un fenómeno implantado en la cultura popular, aseguran una forma de comunicación instantánea, con la posibilidad de enviar archivos de todo tipo.

En los últimos años, han surgido otras como *Line*, *Viber*, *KIK Messenger*, *Facebook Messenger*, entre otras muchas, pero con bastante menor calado social que *WhatsApp*. Aunque, en la actualidad, la que se consolida y populariza entre los más jóvenes es *SnapChat*, que permite el envío de mensajes efímeros, que solo permite que se vean durante 5 segundos, aunque se puede determinar que duren entre 1 o 10 segundos.

Hoy en día, los principales problemas de la web surgen en las redes sociales. Las más populares son: *Facebook*, *Twitter*, *Instagram*, *Pinterest*, *Foursquare (Swarm)*, *Youtube*, *Google+* y *Linkedin*. Estas redes son usadas por los menores para comunicarse y compartir información, fotos y vídeos de su día a día. Escriben su propio diario en internet sin ser conscientes de que su intimidad es observada por miles de personas.

Estos menores no están preparados para proteger su intimidad, muchos de ellos hacen un mal uso, suben imágenes a las redes sociales con contenido íntimo o en actitud sexual y esas fotografías son compartidas por otros menores sin su consentimiento.

También existen algunas aplicaciones que se están popularizando entre los jóvenes, relacionadas con la búsqueda de pareja, como es el caso de *Tinder*, *Badoo* o *Lovoo*. Todas ellas hacen uso del sistema de geolocalización del smartphone para mostrar al otro usuario el lugar aproximado en el que este se encuentra y la distancia que existe entre ambos, lo que representa uno de los principales riesgos de seguridad.

3.1.2. Claves para proteger la privacidad en las redes sociales.

Cada una de las redes sociales tiene una funcionalidad, un tipo de relación, un tipo de conversación, unas características diferentes y, por tanto, diferentes riesgos. A pesar de ello, se pueden establecer una serie de *recomendaciones* comunes:

- Ser discreto: no dar datos personales.
- No creerse todo lo que se lee.
- Pensar dos veces antes de escribir.
- Hacer un uso responsable y “profesional”.
- Estar siempre alerta ante posibles comportamientos extraños.

Una herramienta clave para la seguridad de los más jóvenes, es que los padres puedan monitorizar la actividad de sus hijos en las redes sociales para supervisar el uso que hacen de estas plataformas y controlar la reputación online de los menores, gracias a esta acción se pueden establecer procedimientos para tratar de controlar lo que se dice en Internet sobre una persona.

Algunas herramientas básicas como las **alertas de Google**, pueden ayudar a los padres a estar alerta de si se dice algo de sus hijos en alguna web. Otra buena manera de monitorizar las redes sociales de los hijos, es siguiendo la actividad pública que estos realizan o revisando los "hashtags" más usados por los jóvenes y revisar las menciones que otros usuarios hacen de él.

Una herramienta de monitorización sencilla y gratuita en su versión más básica es **Hootsuite**, aplicación de gestión de redes sociales que permite a los padres poder seguir la actividad de los perfiles de sus hijos en diversas redes sociales.

La protección de la privacidad en las redes sociales debe ser un tema relevante en la formación de nuestros menores. Para ello, se detallan las siguientes acciones:

1. Conocer y configurar de manera detallada las opciones de privacidad. Comprobar la configuración de privacidad en todas y cada una de las redes y apps.
2. Proteger los datos personales. Se trata de datos esenciales y su especial relevancia debe ser puesta de manifiesto para dotarles de una especial protección.
3. Proteger personalmente los datos. Los datos (imágenes, informaciones...) aunque en muy diferentes formas, suelen tener origen en uno mismo.
4. Mantener una actitud proactiva en la defensa de los datos propios. En las redes sociales son demasiado abundantes los datos que una persona aporta. Frente a esto se ha de informar a los demás sobre nuestro criterio al respecto, supervisar lo que se publica de nosotros y ejercer nuestro derecho a eliminarlos. El etiquetado en las fotografías es un ejemplo claro.
5. Evaluar las actitudes y condiciones de privacidad de los contactos. Los contactos, a quienes las redes sociales llaman "amigos", son un factor clave en relación a la propia privacidad. Los adolescentes pueden sumar con facilidad varios cientos de amigos. Al margen de su actitud, es importante conocer las condiciones en las que usan las redes sociales. Estas condiciones hacen referencia a sus conocimientos y competencias y a sus configuraciones de privacidad. Un contacto que pudiera ser respetuoso puede afectar de manera involuntaria nuestra privacidad con una configuración o acción inadecuada.

Además, como se ha mencionado con anterioridad, se deben establecer unas normas básicas de seguridad: crear un código de acceso al teléfono, conocer con detalle las aplicaciones que se instala, las condiciones de esas aplicaciones y la edad mínima para utilizarlas. Importante es, también, crear una contraseña segura que se vaya cambiando de forma periódica. Y, por supuesto, instalar todos los programas de gestión parental y de seguridad oportunos.

Por otro lado, La **Policía Nacional** ha creado un contrato tipo que los padres pueden firmar con sus hijos para establecer unas normas por escrito sobre el uso de las nuevas tecnologías. Este contrato incluye el compromiso de "respetar su intimidad con amigos reales dejándoles espacio para hablar de sus temas siempre que lo hagan con respeto". Los hijos deberán asumir que, hasta que no sean mayores, sus padres conocerán siempre los códigos, contraseñas de su teléfono y su mail, juegos, fotos, vídeos y apps... para su posible supervisión. Además, se establecen unos horarios para evitar que los menores estén hiperconectados y se puntualiza la edad mínima para usar determinadas redes sociales. Algunas de ellas (Facebook, Twitter, Instagram...), como otras plataformas online, tienen marcadas una edad mínima (13 o 14).

Siguiendo con las recomendaciones que la Policía Nacional hace al respecto, presentamos una serie de consejos que han publicado muy útiles para familias. Muchos de ellos van en la línea de lo presentado con anterioridad, pero que es conveniente recordar:

CONSEJOS DE LA POLICÍA NACIONAL:

- **FILTROS:** Instalarlos para controlar el acceso a los contenidos de internet de los hijos.
- **CUIDADO:** prestar atención para evitar los programas o archivos de fuentes no fiables.
- **PRECAUCIÓN:** Instalar 'apps' rastreadoras de móvil y 'tablet' que permitan recuperar el contenido en caso de extravío.
- **'WEBCAM':** Es recomendable poner un parche, tirita o celo para taparla y así prevenir el uso ajeno de la 'webcam' en ordenadores y portátiles.
- **CONTRASEÑAS:** Conocer los códigos de acceso del teléfono y del email de los hijos.
- **SÓLO AMIGOS:** No agregar a nadie que no conozcamos en la vida real y desconfiar de todo lo que nos cuenten.
- **FOTOGRAFÍAS:** No tomar ni compartir ninguna imagen íntima. En caso de que le llegue alguna ofensiva o dañina, la borraremos y exigiremos que no se reenvíe.
- **'BULLYING':** No utilizar las redes sociales para insultar o acosar a nuestros amigos, compañeros de clase o conocidos.
- **CONTENIDOS:** No compartir nunca material ofensivo con nadie.
- **PAUTAS:** Explicar y racionalizar con los menores el adecuado uso de los aparatos electrónicos, evitar la "hiperconexión" al móvil e internet y marcar unas pautas para prevenir las adicciones tecnológicas.
- **CONSUMO:** Que los hijos conozcan la importancia de saber comprar o consumir bien la tecnología, tanto los aparatos y terminales como los juegos, archivos o programas.
- **SEGURIDAD:** Comprobar que los hijos tienen bien configurados sus perfiles, cerrados a su círculo personal, y que han salido de las sesiones de correo y redes sociales si han compartido el dispositivo. También es importante recordar cuestiones básicas de seguridad en internet, como instalar un código de acceso en el móvil, cambiar las contraseñas con frecuencia y disponer de un antivirus.

➤ *Ver enlaces:*

- *Campaña lanzada por la Policía Nacional para advertir del riesgo de las Redes Sociales. Enlace: https://www.youtube.com/watch?v=FNYrbCH_KRk&feature=youtu.be*
- *Consejos de la Policía Nacional para un uso seguro de Internet. Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=2Bnxt5vAIHs>*

En la base de todo esto está la *cultura de la privacidad*: Valorarla y aprender a cuidarla. En este sentido están haciendo una destacable labor las Agencias de Protección de Datos que, más allá de la protección de datos personales realizan campañas de concienciación al respecto. Preservar la privacidad merece realmente la pena porque Internet es un difusor de información muy potente y con mucha memoria.

En el momento en que las familias comiencen a sospechar que sus hijos pueden empezar a tener problemas serios en Internet o que realmente detecten un delito deben acudir a la Policía. Es importante crear, previamente, un clima de confianza con sus hijos, apoyarles y que sepan que si son víctimas de un delito o alguien les está chantajeando pueden contárselo a ellos o a cualquier adulto de referencia que tenga el menor.

3.2. Ciberbullying

El **ciberbullying** es el uso de los medios telemáticos (Internet, telefonía móvil y videojuegos online principalmente) para ejercer el acoso psicológico entre iguales. Estaremos, por tanto, ante un caso de ciberbullying cuando un menor atormenta, amenaza, humilla o molesta a otro mediante Internet, teléfonos móviles, videoconsolas u otras tecnologías telemáticas.

Según el Estudio sobre hábitos seguros en el uso de las TIC por los menores publicado por el INTECO en Marzo de 2009 el ciberbullying se define como *acoso entre iguales en el entorno TIC, que incluye actuaciones de chantaje, vejaciones e insultos de niños a otros niños*.

Su alta prevalencia, la gravedad de sus consecuencias y las dificultades para la prevención e intervención han hecho de este fenómeno el principal azote digital de niños y adolescentes. La inmediatez, facilidad y disponibilidad para causar daño, la potencia de Internet, la dificultad de desarrollar la empatía en el entorno digital... son algunos de los factores que hacen que el ciberacoso entre iguales se haya convertido en el problema más relevante que afecta a la infancia y la adolescencia online.

Según el último informe de Save the Children sobre ciberacoso, uno de cada nueve estudiantes considera que ha sufrido bullying en los últimos dos meses y uno de cada siete reconoce haber sido víctima de ciberacoso. Además, uno de cada tres estudiantes reconoció haber insultado a través de internet o móvil, y cerca de uno de cada 10 asegura haber amenazado a otro alumno. El estudio de la organización también apunta a que las chicas de entre 11 y 14 años son las que tienen mayor probabilidad de ser víctimas de acoso escolar y ciberacoso.

En el cyberbullying, las relaciones interpersonales se caracterizan por el desequilibrio de poder, seguridad y capacidad de control sobre la situación. Quien agrede muestra distanciamiento emocional y ausencia de feedback en la relación. En la víctima hay confusión e imprevisibilidad que acrecientan su indefensión. La distancia y el supuesto anonimato de las acciones exigen a quienes lo contemplan menos posicionamientos en defensa de las víctimas, lo que reduce sus apoyos.

En resumen, el cyberbullying reúne componentes que fuerzan, consciente o inconscientemente, a quienes están inmersos en él a tomar decisiones morales en un sentido u otro. Al tratarse de adolescentes, esas decisiones modulan su desarrollo moral en el marco de la convivencia entre iguales. En ese sentido, la escuela y la familia no pueden permanecer inactivas como agentes educativos. Deben llevar a cabo actuaciones organizadas, coordinadas e intencionales para ayudar a quienes han de tomar esas decisiones a hacerlo conforme a unos valores democráticos y ciudadanos, respetando los derechos individuales y colectivos

que defiende cualquier sistema educativo y social.

Las formas que puede adoptar el *ciberbullying* son muy variadas y están muy condicionadas por las características y posibilidades tecnológicas y la imaginación de los menores acosadores.

Algunos ejemplos concretos podrían ser los siguientes (*web CyberBullying*):

- Colgar en Internet una imagen comprometida (real o fotomontajes), datos personales, elementos que puedan perjudicar o avergonzar a la víctima, dándolo a conocer en su entorno de relaciones.
- Dar de alta a la víctima en un web donde se tratan contenidos humillantes como: votar a la persona más fea, a la menos inteligente... y puntuar o votar insistentemente para que aparezca en los primeros lugares.
- Crear un perfil o espacio falso en nombre de la víctima, en redes sociales o foros, donde se escriban, en primera persona, acontecimientos personales, demandas explícitas de contactos, etc.
- Enviar mensajes amenazantes o perseguir a la víctima en espacios de Internet en los se relaciona de manera habitual provocándole miedo, inseguridad o agobio.
- Usurpar la clave de correo electrónico de la víctima para, además de cambiarla, leer los mensajes que recibe violando su intimidad.
- Hacer circular rumores en los cuales a la víctima se le suponga un comportamiento reprochable, ofensivo o desleal, de forma que sean otros quienes, sin poner en duda lo que leen, ejerzan sus propias formas de represalia o acoso.
- Dejar comentarios ofensivos en foros o participar en chats haciéndose pasar por la víctima, de manera que las reacciones vayan dirigidas a quien ha sufrido la usurpación de personalidad.

3.2.1. Diferencias entre bullying y ciberbullying

El acoso a través de los dispositivos móviles e Internet presenta características y componentes específicos que lo diferencian del bullying presencial (**Mora-Merchán y Ortega, 2007**). Algunas peculiaridades modulan y condicionan las dinámicas de acoso y las consecuencias sobre los perfiles de quienes participan en ellas:

- La mostrabilidad: el bullying sucede en espacios de convivencia habitual como la clase, el patio o la calle, mientras que en el ciberbullying se da una sensación de invisibilidad y de un anonimato que no siempre es real.
- El escenario: el ciberbullying puede manifestarse fuera de los espacios escolares completamente, aunque tenga un origen escolar. Esta externalización puede dificultar la intervención educativa, aunque la legitimación para actuar debe ser pactada y compartida en la comunidad educativa.
- El medio de ejecución: el ciberbullying limita su modalidad de ejecución al plano tecnológico prescindiendo del físico, sin embargo explota más variantes (invasión de la intimidad, enmascaramiento, suplantación,...) y vías de transmisión (mensajes, fotos, videos,...)
- El riesgo físico: es menor en el ciberbullying, en especial, para quien realiza la agresión que tiene que exponerse mucho menos que presencialmente.

- La detección: es más visible y fácil de detectar el bullying que el ciberbullying.
- Los perfiles escolares: la proximidad a perfiles escolares de fracaso y conflictividad es más común en el bullying que en el ciberbullying.
- La vigencia del maltrato: el bullying está activo mientras se produce y sucede. El ciberbullying extiende su presencia en webs, blogs,..., se muestra de forma más continuada y puede ser instalado en algunos soportes durante mucho tiempo.
- Quienes contemplan: en el ciberbullying son más, incluso aunque no pertenezcan al círculo de convivencia de quien lo recibe.
- La procedencia de las agresiones: en el ciberbullying la víctima no siempre conoce de dónde vienen los ataques ni quién los produce o puede estar apoyándolos.
- La prestación de la ayuda: las personas adultas detectan más difícilmente el ciberbullying, por lo que se hace más necesaria la comunicación de quien lo sufre para la obtención de ayuda.

Hay que ser conscientes de que las tecnologías y los medios de comunicación han facilitado la exposición de la violencia sin filtros, ni comentarios que ayuden a entender a los chicos los comportamientos agresivos que observan, ya que parece que la violencia está justificada en la sociedad en la que dichas circunstancias se producen.

Por todo ello, es importante que los padres sean conocedores de las amistades de sus hijos y responsables en acercarlos a modelos sociales positivos y solidarios, introduciéndolos en contextos de ocio y grupos de pertenencia constructivos donde se crean ambientes que prioricen los valores democráticos, de tolerancia a la diferencia y de igualdad.

3.2.2. Prevenir el ciberacoso

A la hora de prevenir el ciberacoso es fundamental que, tanto padres como hijos, sepan qué fórmulas seguras existen para usar adecuadamente las nuevas tecnologías.

Será fundamental que los padres sepan qué están haciendo sus hijos en Internet y establezcan normas sobre el uso de estas tecnologías.

Algunos consejos básicos sobre cómo actuar contra el ciberbullying, pueden ser:

- Relacionarse con personas conocidas y restringir el acceso a la información personal.
- No pensar que se está del todo seguro al otro lado de la pantalla.
- No aceptar invitaciones por Internet de personas desconocidas o bloquear el acceso a aquellas que no interesen.
- No facilitar datos personales y tener cuidado con los mensajes, fotografías, videos o información personal que se publica y con quién se comparte.
- No contestar a las provocaciones, mejor ignorarlas. Si sienten que les molestan en la red, abandonar la conexión y pedir ayuda. Cortar toda comunicación e informa de ello a algún adulto.
- Si hay amenazas graves pedir ayuda con urgencia.

- Guardar los mensajes inadecuados para poderlos poner a disposición de la autoridad competente para que actúe si así lo considera oportuno.
- Igualmente, si se observa que otra persona o compañero está sufriendo el ciberacoso, no participar y avisar a los adultos para frenar el sufrimiento del acosado.
- No fiarse de regalos o propuestas sospechosas de desconocidos, ni concertar citas con desconocidos.
- No seguir el juego al acosador. Si se siente presionado o insultado por alguien no devolver el golpe, así sólo conseguirá alargar el acoso o hacerlo más violento aún. Por el contrario, advertir a quien abusa de que está cometiendo un delito.
- Tratar con personas que puedan estar preparadas para que den indicaciones claras sobre los pasos a seguir para frenar el ciberacoso.
- Informar a los proveedores de servicios a través de los cuales se haya sufrido el ciberbullying (compañía de Internet, redes sociales...) de las actuaciones o mensajes inadecuados para que veten dichos contenidos o al usuario acosador si lo consideran oportuno.

LLAMADA A LA ACCIÓN

1. Ponte en el papel de investigador privado y busca imágenes de tus hijos en Internet. ¿Quién las ha subido? ¿ellos? ¿tú? ¿Deben ser públicas y accesibles a todo el mundo?

MATERIAL COMPLEMENTARIO

- Be strong online.
- Vodafone padres. Consejos y ayudas para padres a través de la web.
- Secure net. Herramientas para proteger a las familias online.
- Familia y nuevas tecnologías. Guía para padres y madres. Consejo audiovisual de Navarra.
- Guía para padres y educadores sobre el uso seguro de Internet, móviles y videojuegos. Consejería de políticas Sociales. Comunidad de Madrid.

BIBLIOGRAFÍA

- Aldea, S. (2004). La influencia de la “nueva televisión” en las emociones y en la educación de los niños. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, 4, 145-159.
- Ali, A. Ganuza, J. (1997): *Internet en la educación*, Madrid, Anaya Multimedia.
- Area, M. (coord) (2001): *Educación en la sociedad de la información*, Bilbao, Desclée.
- Snell, N. (1995): *Internet ¿Qué hay que saber?*, Madrid, Sams Publishing.
- Tapscott, D. (1997): *Creciendo en un entorno digital*, Bogotá, Mc Graw-Hill.
- Tejerina Rodríguez, Ofelia; Flores Fernández, Jorge, (2008): *E- Legales. Guía para la gente “legal” de Internet*, Madrid, Oficina del Defensor del Menor en la Comunidad de Madrid.
- Trejo, R. (1996): *La nueva alfombra mágica: usos y mitos de Internet, la red de redes* Madrid, Fundesco.

