

La familia **ante el** maltrato entre iguales

M.^a Inés Monjas y José M.^a Avilés



© Para esta edición
Junta de Castilla y León
Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades
Gerencia de Servicios Sociales

REA
Asociación castellano-leonesa
para la defensa de la infancia y la juventud

© Textos: **M^a Inés Monjas** y **José M^a Avilés**

Ilustraciones: **Felipe López Salán**. Pencil, Agencia de Ilustradores.

Dep. Legal: VA-544/2006

Diseño y realización editorial: **Block Comunicación**

¿Qué está pasando en el contexto familiar?

No podemos con ella” (Padres de Laura, 14 años).

“Esta casa parece una pensión; cada uno entra y sale cuando quiere y hace lo que le da la gana” (Madre de tres hijos adolescentes).

“Yo les exijo buenos modales y buenas notas, pero cuando veo lo que hacen algunos de sus amigos y otros compañeros, pienso que me estoy pasando de exigente” (Padres de Mila y Toño, 12 y 13 años).

Cuando se habla de la socialización de la familia, se consideran dos dimensiones básicas:

- Comunicación-afecto de padres a hijos, que se refiere a la sensibilización de los padres hacia las necesidades de su hijo o hija, aceptación de su individualidad, comunicación y diálogo y afecto que expresan.
- Disciplina y control, que se refiere a las estrategias de supervisión que los padres utilizan para lograr el cumplimiento de las normas.

En función de cómo se articulan estas dos dimensiones, se contemplan cuatro estilos de interacción familiar:

a. Estilo autoritario

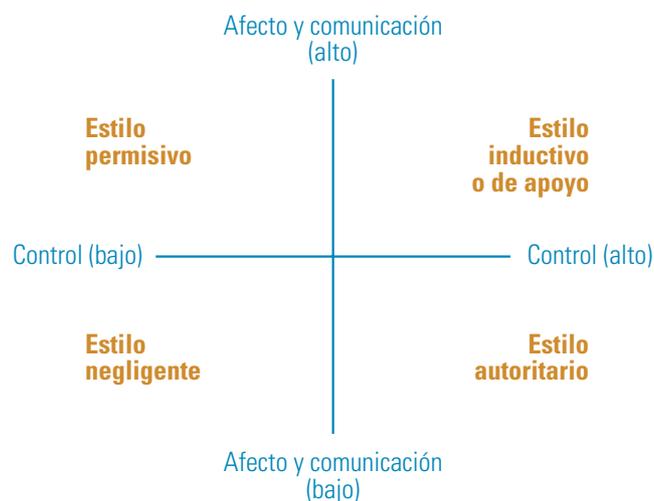
- Las madres y los padres autoritarios ejercen un alto control sobre sus hijos/as, no se comunican con ellos/as, exigen obediencia y no muestran explícitamente gran afecto por ellos/as.
- Las y los hijos tienden a ser hostiles, descontent@s, retraíd@s y desconfiad@s.

b. Estilo permisivo o indulgente

- Los padres y las madres permisivos son afectuosos, razonan con sus hijos e hijas, pero son excesivamente condescendientes, no controlando ni exigiendo demasiado de ellos/as.
- Los hijos y las hijas tienden a ser menos competentes, menos seguros/as de sí mismos/as y más dependientes.

c. Estilo inductivo, de apoyo (también llamado democrático)

- Las madres y los padres democráticos combinan el control y la exigencia con las muestras explícitas de afecto y la comunicación con sus hijos/as
- Los/as hijos/as tienden a ser seguros de sí mismos/as, controlados/as y autónomos/as.





d. Estilo negligente

- Los padres y las madres negligentes no controlan las conductas de sus hijos e hijas y tampoco les muestran afecto y cariño
- Los/as hijos/as tienen muchos problemas emocionales y afectivos.

La familia, en los últimos años, está experimentando numerosas y profundas transformaciones como lo demuestra la diversidad de familias actuales (monoparentales, homoparentales, nuevas tipologías) y los cambios, bastante significativos, en la socialización de l@s hij@s.

Especialmente en etapas evolutivas claves como es la preadolescencia y la adolescencia, las relaciones familiares pueden deteriorarse y surgen muchos conflictos (horarios de llegada a casa, colaboración en tareas familiares, dinero, resultados escolares...) pudiéndose apreciar cierto descuido en las tareas socializadoras tradicionalmente encomendadas y consideradas como competencia del núcleo familiar. Son ejemplos de ello: padres y madres desbordados y agobiados ("¡Socorro, tengo una hija adolescente!"), inseguros ("¿lo estaremos haciendo bien?, ¿nos estaremos pasando?"), que aumentan la restricción y la disciplina (sobre todo con las chicas) o que muestran dejación y dimisión y no ejercen el rol de padre o madre ("yo con este chico tiro la toalla porque no sé por donde entrarle").

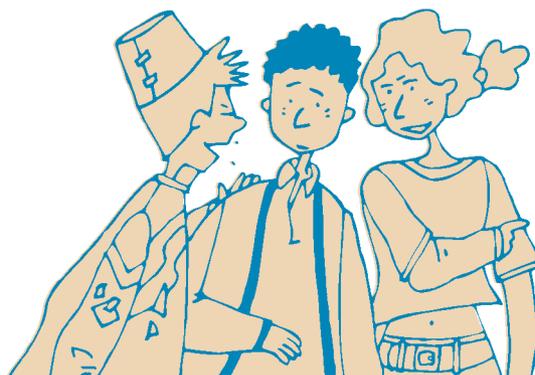
Aunque esto no ocurre en todos los casos, sociológicamente sí se está produciendo palpable tendencia a mayor permisividad, negligencia y abandono de l@s adolescentes en el contexto familiar. Se llega a hablar de "familia nominal" para hacer referencia a las familias que, sin ser conflictivas, se limitan a una coexistencia pacífica más que convivencia participativa (Elzo, 2003). Sin embargo la familia tiene que estar muy atenta, contribuyendo activamente al desarrollo de la competencia personal y social de la prole.

¿Qué es el maltrato entre iguales?

Hablamos de "Maltrato entre iguales" cuando un/a chico/a, o un grupo, pega, intimida, acosa, insulta, humilla, excluye, incordia, ignora, pone en ridículo, desprestigia, rechaza, abusa sexualmente, amenaza, se burla, aísla, chantajea, tiraniza, etc. a otro/a chico/a, de forma repetida y durante un tiempo prolongado, y lo hace con intención de hacer daño.

Un/a intimidador/a (con fuerza física y/o poder psicológico), sin ninguna razón, se mete con un chico o una chica más débil (física o psicológicamente) y, además, lo hace reiteradamente y nadie de las y los que lo observan le dice o hace nada para evitarlo, cortarlo o pararlo.

Por lo tanto el bullying no es un conflicto o problema entre iguales (un enfado, una divergencia, una faena...), ni una broma puntual (esconderle la mochila, mandarle un anónimo), ni una agresión esporádica (una pelea, un atraco), sino algo mucho más serio.



¿Quién está implicado en el maltrato entre iguales?

Cuando hablamos de intimidación entre compañeros/as hay que tener en cuenta a:

- El/La intimidador/a o agresor/a, que provoca el maltrato.
- El/La víctima, que sufre la intimidación y está indefenso/a.
- Las y los espectadores, compañeros/as que observan, conocen y/o sospechan los actos de intimidación, pero no suelen hacer nada.

¿Por qué es preocupante el maltrato entre iguales?



El bullying es importante y nos preocupa por las consecuencias que tiene ya que, si los actos de intimidación se repiten frecuentemente y duran un tiempo, tienen unos efectos psicológicos y emocionales muy negativos para las y los implicados:

- para el/la intimidador/a que sufrirá el rechazo de los otros aunque inicialmente se le acepte por miedo; que aprende a maltratar y a la larga se muestra con conductas antisociales y/o delictivas consolidadas.
- para el/la víctima que sufrirá baja autoestima, ansiedad y temor, llegando a rechazar la situación escolar, al fracaso escolar, a la depresión y hasta al suicidio.
- para las y los espectadores que se acostumbran a vivir en un clima interpersonal de abuso y de injusticia y aprenden a no hacer nada ante ello, con lo cual terminan siendo cómplices y encubriendo al agresor o agresora.

¿Qué se pretende con este programa?

- Que seas consciente de las consecuencias de las situaciones de intimidación y maltrato entre iguales.
- Que aprendas a observar en tu hijo/a signos de maltrato entre iguales y sepas lo que tienes que hacer en caso de sospechar y/o detectar que tu hijo/a está implicado en malos tratos entre compañer@s.
- Que te convenzas de la importancia del desarrollo personal y social de tus hij@s adolescentes y de los problemas que puedan tener.



Algunos casos

de maltrato entre iguales



Berta es una chica muy inteligente que siempre ha sacado muy buenas notas. Desde que pasó al instituto, **Marcos y Virginia**, dos compañeros de clase empezaron a meterse con ella a todas horas; la llaman foca y gafotas; la humillan y la ridiculizan; se burlan de ella, la hacen chistes y la cantan una canción con un estribillo que habla de una bola.

El resto de l@s compañer@s generalmente pasan aunque algunas veces les ríen las gracias. Solamente Mariví se acerca a ella alguna vez y le dice "no les hagas caso que son unos bordes".

En este momento, Berta no sabe qué hacer ni cómo defenderse de ellos.

En la última evaluación sus notas han empeorado mucho y ha llegado a suspender tres asignaturas.

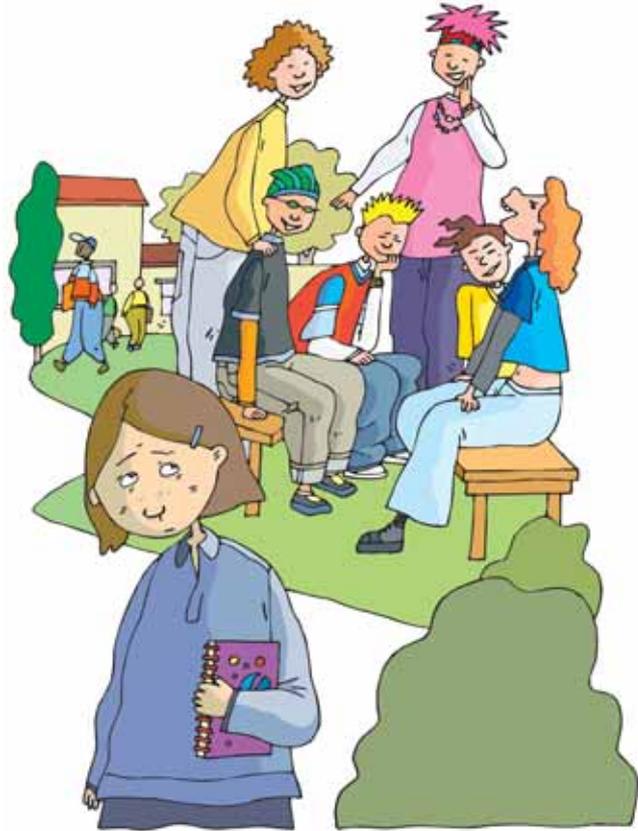
Su madre ha acudido al instituto por sus notas, pero también para comentar al tutor que, últimamente, la encuentra bastante rara: la ha sorprendido llorando en su habitación, duerme mal y hay noches que se levanta varias veces, está más triste, se está obsesionando con su peso y está muy nerviosa e irritable. "Ni siquiera ha querido celebrar su cumpleaños ¡con la ilusión que la hacía otros años!".

Sandra, María y Patricia eran muy amigas desde el colegio, pero un día discutieron bastante porque a Sandra y a Patricia les gustaba el mismo chico y a partir de entonces María y Patricia empezaron a hacer el vacío a Sandra y ahora no van con ella y no la dejan estar con ellas o con otr@s en el recreo y hacen circular rumores y chismes para desprestigiarla.

Sandra no tiene amigas ya, porque cuando trata de establecer amistad con alguien, o alguna compañera o compañero se acercan a ella, María y Patricia van enseguida a contarles bulos. Han llegado a decir que tiene sida. Hasta en clase se las ingenian para que nadie se siente a su lado.

En cualquier ocasión, dicen frases despectivas y humillantes: "**Mira la sabidilla**", "**Dejad paso a la repelente**", "**No os acerquéis que os va a contagiar**". Ahora cada vez hay más compañer@s que les hacen el coro. Sandra está constantemente recibiendo desprecios, descalificaciones, acusaciones y humillaciones.

Ha estado enferma con dolores abdominales y vómitos, metida en la cama, sin querer hablar con nadie ni hacer nada. La semana pasada ha tenido un intento de suicidio.



Lucas es el más bajo de la clase y tiene una apariencia física débil. Es un chico un poco tímido y cortado y cuando tiene que intervenir en clase lo pasa mal, tartamudea y se pone colorado.

Desde el año pasado, **Juan, Marta y Víctor**, tres compañeros del instituto que viven cerca de su casa, empezaron a gastar bromas pesadas: ¿desde cuando los enanos van al Instituto?, ¿no irías mejor a la guardería?, ¿qué llevas en la mochila?, ¿los pañales?, ¿el biberón?

Últimamente, esto se repite con bastante frecuencia de forma que muchos días a la salida del instituto le cogen la mochila, le sacan el material escolar y le estropean las cosas; le han llegado a

romper trabajos y le han quitado los rotuladores y el material de plástica. Además Marta le quita la visera, se la tira al suelo y dice: "Perdona Lucas, se me ha caído".

Su padre y su abuela le riñen porque dicen que está siendo muy descuidado con el material escolar.

Lucas no sabe a quién contárselo porque no tiene amigos ni amigas de confianza. Además le da vergüenza que alguien sepa lo cobarde que es y lo está sufriendo en silencio.



Eva tiene una compañera en la clase que se llama **Cristina** y que repite curso. A Cristina las cosas del instituto no se la dan bien y además no la gustan nada.

Como Eva es muy buena estudiante, Cristina le obliga muchos días a que le haga los deberes. Por la mañana la espera a la entrada de clase y la pide los trabajos. En alguna ocasión hasta le ha exigido que se pise la clase para hacerle alguna tarea que no traía hecha. En los exámenes tiene que ponerse a su lado y dejarle que copie o pasarle las respuestas.

Eva se levanta aterrorizada y cada vez se le hace más cuesta arriba llegar al instituto.

.....

Cada mañana a la hora del recreo **Carlos** espera a **Jesús** y le quita el bocadillo.

Todo empezó como una broma un día en que Carlos le pidió un trozo de bocata; pero progresivamente las cosas han ido cambiando y ahora le exige que se lo traiga y le tiene amenazado con que, si un día no se lo da, le va a dar una buena paliza y además le va a dejar en ridículo delante de los compañeros y compañeras.

Sus amenazas han llegado a ser tan rebuscadas que le deja notas en la mochila del tipo de "**me encanta el jamón serrano, pero no me gusta la mortadela**", "**la tortilla de patata que esté muy hecha**".

Su hermano mayor, que alguna vez le ve preparar dos bocadillos por la mañana, le ha preguntado que para quién era, pero no lo ha dado importancia.

Jesús no sabe qué hacer para evitar esta tortura que le ocurre todas las mañanas desde hace un mes.

.....

Mónica es nueva en el instituto. Ha llegado después de iniciado el curso porque han trasladado a su padre desde otra ciudad.

El primer día que llegó, cuatro chicos la cortaron el paso cuando salía del servicio, la acorralaron y la empezaron a decir burradas. Desde entonces, al menor descuido y cuando no hay profesores/as alrededor, y tampoco hay gente, por ejemplo en el servicio o en el sótano cuando bajan al gimnasio, uno se queda en la puerta vigilando y los otros la meten mano. **Juan Carlos**, que es el jefe de la panda, se ha encargado de decirle "**No te chives, que te vas a enterar, entonces si que vas a saber lo que es bueno**".

Además, desde hace quince días recibe en el móvil mensajes obscenos, pero no se atreve a enseñárselos a nadie.

Ella no sabe qué hacer ni a quién contárselo porque no tiene confianza con ningún@ de sus compañer@s. Ayer se atrevió a comentarle algo a una profesora que le dijo: "**No les hagas caso, son un poco bestias y siempre están de broma**", añadiendo después: "**Tú hazte valer y dales un buen corte**".

Mónica tiene mucha confianza con sus padres pero no les ha contado nada para no preocuparlos ya que con el traslado están un poco atareados; su padre con el nuevo trabajo y su madre tratando de buscar un trabajo en esta ciudad.

Juan Carlos y sus tres amigos han tenido un problema el pasado fin de semana porque se pasaron con unas chicas en la discoteca.

.....

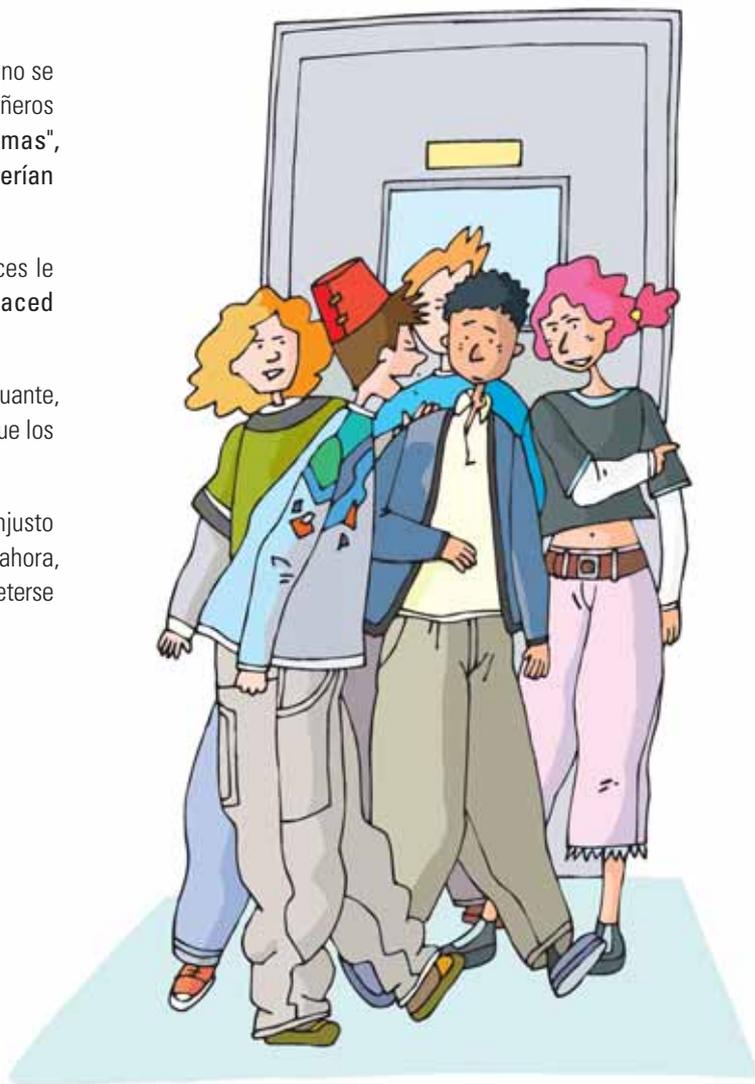
Cuando hace dos años **Alí Ismail** llegó a España, entró nuevo en el instituto. Como no sabía castellano, algunos compañeros empezaron a reírse de él. Desde entonces le hacen burla y le imitan como habla. También le insultan y le llaman "mojamé" y "moro". Cuando va por el pasillo del centro y se cruza con alguno de ellos le dicen: "cerdo, vuélvete a tu país".

Begoña y Elisa, dos compañeras de la clase, les dicen que no se pasen tanto con él y que le dejen en paz. El resto de compañeros no dicen nada porque "no me quiero meter en problemas", "cualquiera les dice nada con lo bestias que son; se volverían contra mí".

Las y los profesores, aunque se dan cuenta, porque a veces le imitan en plena clase, no hacen nada; solamente dicen, "¡haced el favor de respetar a los compañeros!".

Se lo ha comentado a sus padres, pero ellos le dicen que aguante, que todo pasará cuando hable bien. Le recuerdan además que los inmigrantes no lo tienen fácil.

Alí cada vez se encierra más en sí mismo y piensa que es injusto que le maltraten por ser marroquí; se obsesiona con esto y ahora, de vez en cuando, se pone agresivo y empieza a insultar y a meterse con los más débiles que él.





Desde principios de curso, a **Rubén**, dos chicos mayores de su instituto le quitan el dinero y últimamente le obligan a que les lleve tabaco. Aprovechan la hora del recreo y, detrás de una tapia, le piden el botín. En varias ocasiones lo han pegado y, en cuanto se lo encuentran por los pasillos, lo empujan, le ponen la zancadilla y se burlan de él. Lo han amenazado con pegarlo si no les trae lo que le piden. Además le han prohibido que se lo diga a nadie. Él se lo ha contado a su primo Jaime en vacaciones, pero le hizo prometer y jurar que no se lo va a decir a nadie.

Rubén ha robado dinero en casa para poder llevarles algo cada día, pero como sus padres han empezado a sospechar y no sabía qué hacer, se trazó el siguiente plan: en la última semana ha dejado de ir al instituto; cada mañana sale de casa, pero se esconde en el hueco de la escalera de un portal cercano y allí permanece hasta la hora de regresar a casa.

Sus padres han recibido hoy una llamada de la tutora del instituto preguntando los motivos de la ausencia de Rubén.

¿Qué hemos de hacer para prevenir el maltrato entre iguales

Los siguientes son “consejos” o sugerencias muy generales que están encaminados a mejorar la vida familiar, lo cual seguramente redundará en prevención de problemas de intimidación entre compañeras/os y también de otras dificultades de índole emocional y social en nuestros hijos e hijas.

1. Interesarnos y dar importancia a todo lo referente al desarrollo personal e interpersonal de nuestro/a hijo/a

Debemos interesarnos por su satisfacción personal e interpersonal, por sus sentimientos y no sólo por los estudios: ¿qué has hecho en el recreo?, ¿qué tal con tus amigas?, ¿cómo te has portado con la profesora de Inglés?, ¿con quién has venido para casa? Las familias, a menudo, no prestamos la debida atención a las relaciones interpersonales de nuestro/a hijo/a con otros amigos y compañeros; nos interesamos más por sus resultados académicos. Sin embargo, para su bienestar y para que su crecimiento y desarrollo psicológico sea adecuado, es muy importante cómo se relaciona con sus iguales, y lo querid@, aceptad@, valorad@ y respetad@ que es por ell@s.

2. Preocuparnos y hablar explícitamente con los/as hijos/as del maltrato entre iguales y de otros posibles problemas.

Es preciso comentar sobre el tema, charlar sobre qué hacer si les ocurre algo así, darles pistas y orientaciones, etc.

Además, es necesario aprender a reconocer signos de tu hijo/a como víctima, como intimidador/a o como espectador/a. Es preciso aprender a percibir y dar importancia a conductas extrañas o inadecuadas como:

- Está triste, ha cambiado su estado de ánimo.
- Problemas con la comida (por exceso o defecto), con el sueño (duerme mal o poco).
- Está muy irritable (antes no lo estaba).
- Se muestra agresiva/o o muy mandón/a con hermanos/as menores.
- Está más distraído/a, ensimismado/a, “ido”.
- No tiene amigas o amigos para quedar o salir en los tiempos de ocio.
- No controla sus enfados.
- Es demasiado impulsiva.
- Pone disculpas para faltar al centro.
- “Pierde” sus objetos personales con demasiada frecuencia.
- Tiene lesiones que explica con argumentos no convincentes (me caí, me tropecé, fue jugando).

3. Tener en cuenta las peculiaridades de la etapa evolutiva de la adolescencia

Desde luego es necesario conocer qué les pasa a l@s adolescentes porque nos será más fácil poner en juego las habilidades parentales adecuadas para esta edad; así, por ejemplo, habrá que respetar sus cambios de humor, sus deseos de intimidad, su aspereza afectiva en unos momentos, ¡que no está reñida con sus ganas de mimos y cercanía afectiva en otros!

4. Revisar nuestro estilo y dinámica familiar

Es preciso analizar y reflexionar aspectos como:

- ¿Qué clima familiar hay en nuestra casa?
- ¿Qué tipo de disciplina utilizamos?
- ¿Estoy siendo un modelo del comportamiento de víctima para mi hija/o?
- ¿Estoy siendo un modelo del comportamiento de intimidador/a para mi hijo/a?
- ¿Cómo es la comunicación en casa?, ¿hablamos y dialogamos o simplemente les sometemos a un interrogatorio?

5. Mejorar y potenciar la comunicación y colaboración con el centro educativo

Para contribuir a la educación y al desarrollo adecuado de nuestro/a hijo/a es preciso tener más contacto y establecer más vías de comunicación con el/la tutor/a y aumentar la colaboración, implicación y participación en las actividades del centro como reuniones, actividades extraescolares, AMPA (Asociación de madres y padres de alumnos), tratando de potenciar las escuelas de familia en el centro.



¿Qué harías si tu hijo/a estuviera en esta situación?

1

Lee con atención las historias que les suceden a Berta, Alí Ismail, Jesús, Eva, Sandra, Lucas, Mónica y Rubén.

2

Háblalo con tu hijo/a; coméntalo en tu familia.

3

Lee el siguiente apartado ¿Qué puedes hacer? y encontrarás orientaciones y sugerencias que te servirán de ayuda.

¿Qué puedes hacer?

Orientaciones y sugerencias de algunas cosas que puedes hacer si eres madre o padre de un/a chico/a víctima, agresor/a o espectador/a del maltrato entre compañeros/as.

Sospecha o conocimiento de maltrato entre iguales

(Como consecuencia de conducta observada en tu hijo/a, de una información de amigos, compañeros de tu hijo/a, del profesorado o de la revelación directa o indirecta de tu hijo/a).

Observa más, indaga, recaba más información

(De tu hijo/a y/o de sus compañeros/as, del profesorado o a través de los padres de otros compañeros).

Pregunta a tu hij@, a sus herman@s, a sus compañer@s y amig@s.

Comunica, informa y pide ayuda

(No lo podéis resolver solos en casa).

Mantened la calma. Déjate aconsejar.

No tenéis que actuar directamente con el/la agresor/a o con su familia.

Habla con el/la tutor/a, equipo directivo, orientador/a o equipo de orientación educativa y psicopedagógica.

Formula una denuncia o acción legal, si lo creéis conveniente.

Participación en la intervención

Durante todo el proceso, es preciso que colaboréis activamente junto al profesorado. Es la mejor manera de ayudar.

Apoyad a vuestro hijo/a en todo momento.

Si eres madre o padre de un/a chico/a víctima

- No esperes a que tu hijo/a te diga que ha sido víctima; cuando los agresores/as eligen su blanco van a por él/ella y lo intimidan y maltratan en silencio.
- Habla con tu hijo/a del maltrato entre iguales, explícale cómo sucede, su dinámica y pídele que te avise tan pronto como le pase. Dile que antes de hacer nada siempre hablarás con él/ella sobre lo que se debe hacer.
- Aprende a reconocer signos de que tu hijo/a puede llegar a ser víctima: daños y pérdidas en la ropa y en sus posesiones, rechazo



repentino a ir al colegio o pone disculpas para faltar, cambios en su costumbre al hablar, cambios en los patrones de sueño, cambios en la alimentación, cambios en el rendimiento académico, mayor secretismo, mayor incomunicación, llegar a mojar la cama, cambios en el humor, cambios en sus rutinas, etc. Tu hijo/a está triste, irritable, distraído/a, "ido/a", no tiene amigas o amigos para quedar o salir en los tiempos de ocio.

- Mantén la calma. Actúa rápido, pero con la mayor tranquilidad posible.
- Dirígete al centro educativo en que está tu hijo/a, informa de la situación y pide ayuda, orientación y consejo al tutor o tutora, al Equipo Directivo, al Departamento de Orientación y/o al Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica.
- En todo momento,
 - Escúchalo.
 - Apóyalo incondicionalmente.
 - Ofrecele tu confianza.
 - Valórale las pequeñas conductas de afirmación personal.
- Permanece en contacto con el centro y participa activamente junto al profesorado en la intervención que se planifique.
- Si habéis dado todos los pasos necesarios y en el centro no se afronta debidamente la situación, puede que sea el momento de tomar alguna acción legal contra los agresores/as. Ninguna institución escolar puede permitir que sus chicos y chicas se vean sometidos al acoso o maltrato de sus compañeros/as.

Si eres madre o padre de un/a chico/a agresor/a

- Debéis abordar la situación francamente, y si es posible, de forma conjunta el padre y la madre.
- Informad y demostrad a vuestros hijos e hijas, con vuestro comportamiento, que estáis claramente en contra de la intimidación y el maltrato.
- Aprende a reconocer signos de que tu hijo/a puede llegar a ser intimidador/a: es muy agresivo/a, siempre quiere llevar la razón, es dominante, no se pone en el lugar de las otras personas, sus amigos/as y hermanos se quejan de su conducta prepotente, se jacta de sus acciones agresivas.
- Pondera en su justo término la gravedad del problema; infórmate de cuándo ocurre, con qué frecuencia, en qué sitios.
- Mantén la calma. Actúa rápido, pero con la mayor tranquilidad posible.



- Dirígete al centro educativo en que está tu hijo/a, informa de la situación y pide ayuda, orientación y consejo al tutor o tutora, al Equipo Directivo, al Departamento de Orientación y/o al Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica.
- En todo momento,
 - Escúchalo.
 - Apóyalo incondicionalmente; dejad claro a vuestro hijo que lo queréis y lo apoyáis; lo que rechazáis es su conducta.
 - Ofrecele tu confianza.
 - Apoya cualquier pequeño cambio de actitud frente a la intimidación.
- Pídele que cese su conducta.
- Invítalo a que se ponga en el lugar de la víctima.
- Si la intimidación se ha producido en grupo, pídele que rompa los vínculos con esos/as compañeros/as abusadores/as. Trata de ofrecerle otras vías de integración social fuera de esos grupos.
- Aborda con tu hijo/a la posibilidad de sanciones que se puedan derivar de su conducta.
- Permanece en estrecho contacto con el centro y participa activamente junto al profesorado en la intervención que se planifique.

Si eres madre o padre de un/a chico/a espectador/a

- Ayúdalo para que sea consciente de que es un/a espectador/a, de que está conviviendo con la injusticia, la falta de solidaridad y la crueldad y ¡qué no hace nada, o casi nada, para evitarlo!
- Invítalo a que se ponga en el lugar del/de la víctima y analice cómo se siente cuando la maltratan y la intimidan.
- Haz que comprenda que él/ella puede ayudar con su información, testimonio, petición de ayuda, apoyo... hasta con sus gestos; no es cuestión de meterse directamente a resolverlo.
- Reflexiona conjuntamente con tus hijos/as para ayudarlos a que tomen sus decisiones: callar y manejar la culpabilidad y el cargo de conciencia de no ayudar a las y los débiles, o decidir que van a actuar y afrontar sin miedo, posibles consecuencias y riesgos de ser victimizado/a o ser excluido/a.
- Ayúdalo a parar la situación y a denunciar los hechos.
- Procura que se conciencie de que no puede ignorar y pasar de estas situaciones en las que algún compañer@ lo está pasando mal y que ha de adoptar una actitud contraria a la intimidación y solidaria con la víctima.
- Invítalo a que sea solidario. Estimúlalo para que desarrolle conductas de ayuda, apoyo y consuelo hacia las víctimas.
- Hazle caer en la cuenta de que el/la intimidador/a también necesita ayuda.
- Estimúlalo para que se involucre en actividades de voluntariado, de ayuda, de participación y de implicación en cultura antiviolencia y anti-bullying.

