

JUNTOS POR UNA
INFANCIA Y
ADOLESCENCIA
MEJORES





QUIÉNES SOMOS

Nuestra **misión**

La Fundación ANAR es una organización sin ánimo de lucro que ayuda a niños/as y adolescentes en riesgo, cuyos orígenes se remontan a 1970, y se dedica a la promoción y defensa de los derechos de los niños/as y adolescentes en situación de riesgo y desamparo, mediante el desarrollo de proyectos tanto en España como en Latinoamérica, en el marco de la Convención de los Derechos del Niño de Naciones Unidas.



Programas ANAR

Líneas de Ayuda ANAR



> Escuchar

a los niños/as , adolescentes, familias, centros escolares, que nos llaman a través de las líneas telefónicas y el chat



> Ayudar

llegar allí donde están los niños/as y adolescentes para ayudarles en sus problemas o inquietudes, protegerles, y empoderarles de una forma integral en todas sus necesidades



> Centro de Estudios Prevenir

es revertir a la sociedad, lo que los menores de edad nos dicen para que se adopten las medidas preventivas, educativas y legislativas necesarias para mejorar su realidad.

QUÉ HACEMOS

Líneas de Ayuda ANAR



Teléfono/Chat ANAR de Ayuda
a Niños/as y Adolescentes

900 20 20 10



116 111



Teléfono/Chat ANAR para casos de Niños, Niñas
y Adolescentes Desaparecidos

116 000



Teléfono/Chat ANAR de la
Familia y los Centros Escolares

600 50 51 52



Teléfono/Chat ANAR de Violencia
de Género en Menores de Edad

900 20 20 10



Teléfono/Chat ANAR
del Acoso Escolar

900 018 018



<https://www.anar.org/>



> Hogares de Acogida

Acoger

acoger en nuestros hogares a niños/as y adolescentes en situación de desamparo



> Centros Escolares

Prevenir y motivar

es vincularnos con el sistema educativo promoviendo que niños/as y adolescentes alcancen mayores niveles de reflexión y entendimiento de su realidad





NO AL BULLYING



MATERIAL DE APOYO



LA CAMPAÑA



ESTUDIOS

Acabar con el **bullying** comienza en ti



Ver vídeo

No



BULLYING

www.acabemosconelbullying.com

¿QUÉ TEMAS VAMOS A TRATAR HOY?

1. Diferenciar entre el acoso y las dificultades de convivencia
2. Acoso escolar sus formas y sus consecuencias
3. Dificultad de los menores para pedir ayuda: Cómo ayudarles para que nos cuenten lo que les está pasando.
4. Señales de alarma que os ayuden a identificar el acoso escolar.
5. Pasos a seguir ante la sospecha de una situación de acoso o violencia en el centro escolar.
6. La necesidad de ayuda psicológica ante situación de acoso o ciberbullying
7. Cómo ayudar al hijo/a acosador :Consecuencias legales
8. Prevenir desde la familia

Diferenciar entre el acoso y las dificultades de convivencia



DIFICULTADES DE RELACIÓN

- 1. IMPONER/SOMETER:** Alumnos que quieren imponer sus criterios a los demás (lo que los chicos llaman “es un marimandón/a; o la identificada como líder en el grupo de las chicas) Convivir es vivir con otro y no para el otro ni contra el otro (imponer los criterios es borrar al otro, es someterle)
- 2. AISLAMIENTO:** chicos/as que no pueden arriesgarse a compartir con otros cosas personales, porque creen que lo suyo no es importante, y entonces no dan oportunidad a que los demás les conozcan;
- 3. CONFLICTOS RELACIONALES** que surgen cuando aparece un tercer amigo y aparecen los celos y la dificultad de reorganizar la amistad de nuevo etc.
- 4. RECHAZO A LO DIFERENTE:** el encuentro con lo raro, lo inesperado, lo nuevo, lo que no encaja con lo anterior y conocido o con lo esperado y deseado, aparece siempre como un desencuentro respecto de lo considerado natural o normal, poniéndolo en crisis. Cuando las diferencias no pueden ser puestas en palabras, jugadas, aparece el malestar . **Susana Rodríguez, campeona paralímpica de triatlón “ el deporte me salvó, cuando era pequeña no podía jugar en el parque con el resto de niñas”**



Susana Rodríguez «Siempre tuve que convivir con comentarios como 'Esa niña tiene el pelo blanco', o 'es fea', o Copito de Nieve, o Blancanieves...», ha explicado Rodríguez, Nacer con albinismo le provocó una grave deficiencia visual que tampoco le facilitó hacer amigos y le llegó a hacer lamentar ser así. «Escuchar todo eso no te hace bien, te hace darte cuenta de que eres diferente en el mal sentido de la palabra», confiesa quien el año pasado lograra ser portada de la revista Time. Su círculo de amigos y su familia fueron quienes le dieron la confianza para llegar a ser la gran deportista que es hoy

¿Qué es el acoso escolar? Hacer daño deliberada y reiteradamente

- Esquema relacional de **poder/sumisión** “**la víctima tiene dificultades para defenderse**”
- Se produce de forma **reiterada** y a **lo largo del tiempo**. “el mismo alumno es víctima una y otra vez”
- Es intencionado “actúan deliberadamente para hacer daño”
- Ley del silencio que activa sentimientos de culpa y vergüenza que afecta a la dignidad”



Testimonios

- Edad 4 años, Maria y Anabel son inseparables juegan juntos todos los días, en el patio del colegio. Erik, todos los días se acerca y ellas no le permiten jugar, se marcha llorando..
- Edad 5 años, Enrique y Héctor recogen piedras en el patio que guardan en el bolsillo del babi para tirarlas a Ana.
- Elisa 7 años, siempre quiere jugar con Estrella pero todos los días la pega, la tira de las trenzas o la rompe sus cosas , al final siempre Estrella acaba llorando.
- Mario 8 años, los niño/as no quieren estar con el porque es un” pegón y molesta”
- Se metían con Esther (10 años) por ser la favorita de su profesora, se burlaban de ella y después le decían que era broma, a su cumpleaños nadie acudió.



Testimonios

- Agreden a un compañero(12 años) por considerar que tiene **trato especial con sus profesores**. “ Me tiraron la mochila a una fuente y no pude utilizar los libros estaban mojados ” “ me asusté porque creía que se había estropeado el móvil que estaba en al mochila”
- “Sus compañeras de clase crearon una cuenta falsa en Instagram haciéndose pasar por un chico del equipo de balonmano.
- Desde las redes sociales se **metían con una compañera por suspender trabajo grupal** “Por whatsapp le empezaron a mandar mensajes insultándola “gilipollas por tu culpa la hemos cagado” y audios en los cuales le faltaban al respeto. Después le decían que era broma y que se lo tomaba toda a mal.
- **Discriminar** a compañeros por su físico , características personales, estatus social etc Ray Zapata “ En el colegio nunca me eligieron para el futbol, no se me daba bien y era de otros país, Cuando empecé con la Gimnasia, siguieron mintiéndose conmigo, muchos de esos hoy dicen que son mis admiradores” Corolina Marín “ “Me cambié de colegio porque se metían con mi aspecto físico por tener mucho bello”

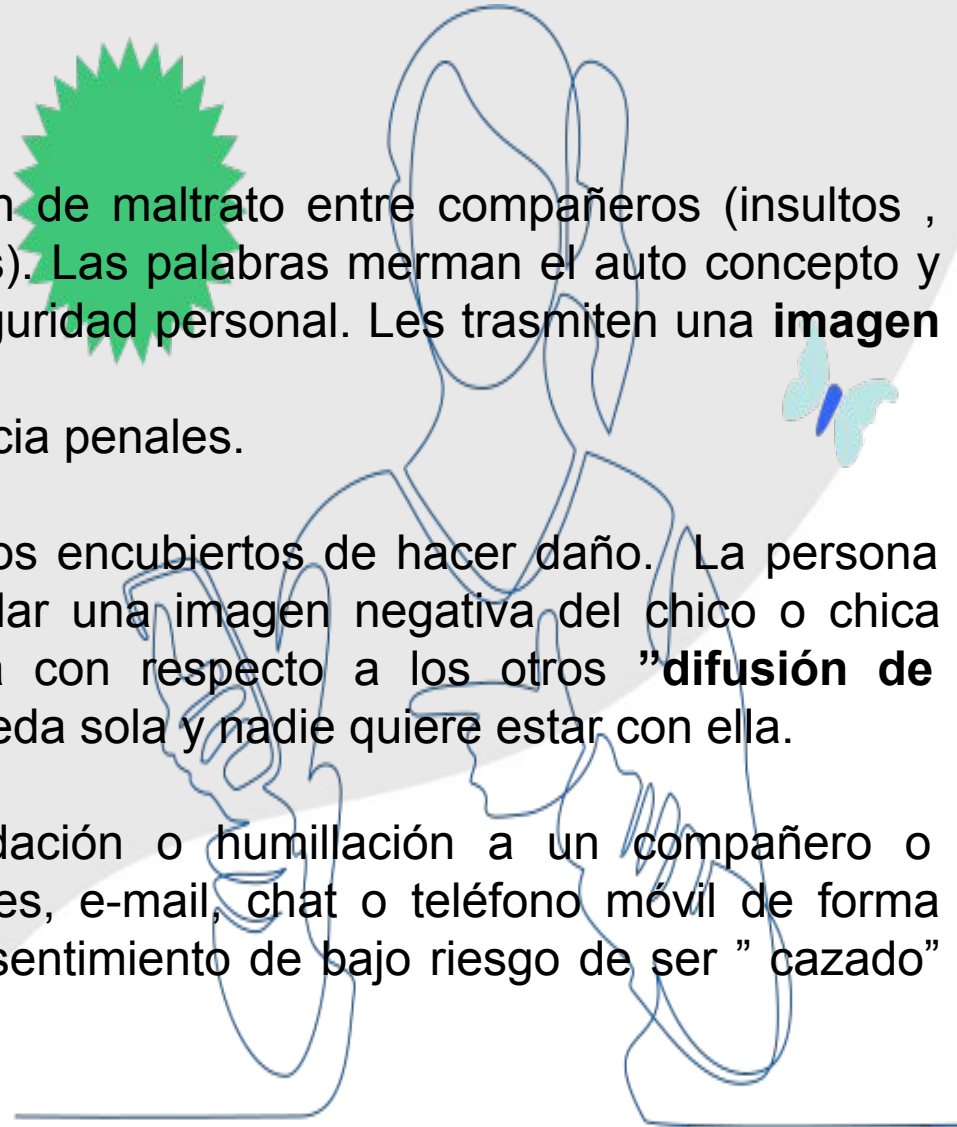
FORMAS DE ACOSO ESCOLAR

1. ACOSO DIRECTO:

- El **acoso verbal** es la forma más común de maltrato entre compañeros (insultos, burlas, mofas, amenazas y humillaciones). Las palabras merman el auto concepto y la autoestima. Favorece la pérdida de seguridad personal. Les transmiten una **imagen negativa** de sí mismo.
- **Acoso físico** que puede tener consecuencia penales.

2. EL ACOSO INDIRECTO emplea métodos encubiertos de hacer daño. La persona que hace daño manipula al resto para dar una imagen negativa del chico o chica víctima. Intentan dejar mal a la víctima con respecto a los otros "**difusión de rumores**". Gradualmente nota que se queda sola y nadie quiere estar con ella.

3. EL ciberbullying es el acoso, intimidación o humillación a un compañero o compañera a través de las redes sociales, e-mail, chat o teléfono móvil de forma reiterada y prolongada en el tiempo. El sentimiento de bajo riesgo de ser "cazado" hace que se sientan impunes.



TODOS FORMAMOS PARTE DEL PROBLEMA “TODOS SOMOS RESPONSABLES”

- **Ayudantes:** sujetan a la víctima impidiendo escape de la situación o difundiendo rumores que los cabecillas iniciaron.
- **Reforzadores:** se ríen, animan con gestos faciales, aplausos o palabras.
- **Observadores** lo aprueban con **el silencio**, se apartan cuando ocurre la situación o por miedo no defienden o **apoyan a la víctima**



<https://www.youtube.com/watch?v=KhM-Emr0z1E>

CONSECUENCIAS:

- El “**acosado/a**” se siente atrapado, no consigue salir, no puede cambiar nada, acepta que no puede defenderse “**indefensión aprendida**”.

El “**agresor/a**” obtiene éxito social en el grupo, se siente poderoso y esto les hace sentirse bien y continuar. Aprenden a **usar la violencia como forma de conseguir beneficio**.

El **grupo** acepta la violencia como una forma de relación **normalizada**, se justifican diciendo: “es para divertirnos” “no es para tanto” “que se defienda” / efecto “manada”. Aprenden a tolerar las injusticias del entorno legitimando el sufrimiento y el abuso.



¿CÓMO DETECTO SI MI HIJO ESTÁ SIENDO ACOSADO?

SEÑALES DE ALARMA



SEÑALES DE ALARMA /SOCIAL/FÍSICAS/ PERSONALES

- **Dificultad de concentración** y descenso del rendimiento académico
- Si vemos que el niño **se aísla** o no se relaciona como antes
- Empieza a manifestar **enfermedades psicosomáticas** -dolor de barriga o de cabeza-
- Pone **excusas para no ir al colegio**.
- Vuelve del colegio con material roto o perdido.
- Presenta **cambios posturales**, muestra una mirada huidiza.
- Cambia **el carácter** (agresividad, ira, apatía, tristeza)
- Cambios en el **aspecto físico** (ropa o estilo de vida)
- **Autolesiones o ideación suicida** (motivado)



SOSPECHO QUE A MI HIJO LE PASA ALGO, PERO NO ME HA DICHO NADA

¿QUÉ HAGO PARA QUE ME CUENTE LO QUE LE PASA?

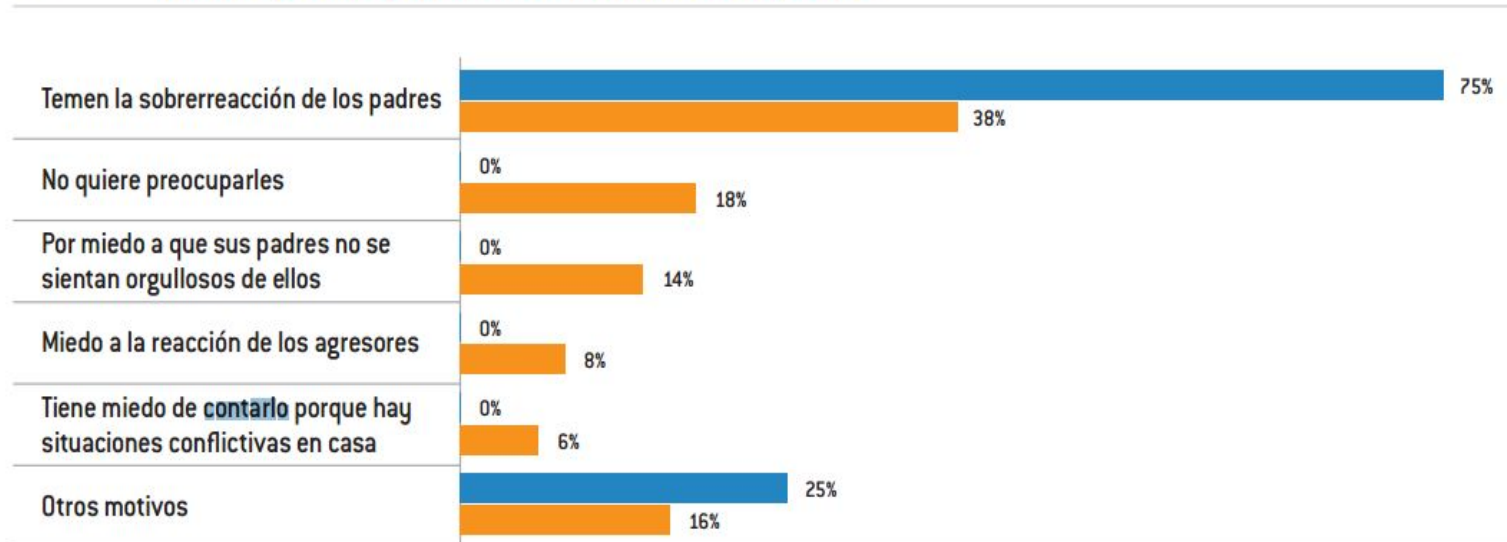


DIFICULTADES PARA PEDIR AYUDA

Alrededor de un **70%** de los menores afectados cuentan su problema a sus padres, pero tardan una media de 13 meses en pedir ayuda.

Al principio el menor suele pensar que va a poder controlar la situación solo y recurre a sus mayores cuando la situación se agrava y se sienten solos e indefensos.

Gráfico 67. Motivos por los que no contaron el caso a los padres



Dificultad para pedir ayudar



Video del osezno

<https://www.youtube.com/watch?v=xD-JclbMJz8>

¿QUÉ HAGO PARA QUE ME CUENTE LO QUE LE PASA?

- Establecer una dinámica de comunicación y confianza **preguntando sobre la normalidad del día a día.**
- **Si estamos preocupados transmitirsele con tranquilidad, calma** “me preocupa que te pueda estar pasando algo porque te veo triste, ausente” “todos tenemos miedo de contar lo que nos pasa” o “nos avergonzamos cuando nos humillan”
- **Trasmitir manejo de la situación** “vamos a poder superarlo”
- **Habla con tu hijo/a sobre cómo resolver sus problemas** : ponle algún ejemplo de tus dificultades y cómo has sabido resolverlas. Desde ahí le estás demostrando dos poderosas lecciones: que todos tenemos problemas y que necesitamos contar con otro para buscar soluciones.
- **Ayudarles a buscar alternativas:** él siente que esta en un callejo sin salida ¿Qué necesitas para sentirte mejor?.
- **Transmitirle la idea de transitoriedad y de confianza en los otros:** el chico/a que está en esta situación siente que jamás va a salir de ella. Poder explicarle que los sentimientos que tiene en este momento (miedo, sentirse pequeño etc.) son pasajeros y que pronto va a recuperar su estabilidad emocional, le va a dar tranquilidad. Que puede **contar con sus profesores**, que tienen experiencia y están formados para ayudar cuando algo va mal.

Errores “comunes” en relación a la ayuda:

SOBREPROTECCIÓN	AUTOESTIMA VERGÜENZA
SOBRERREACCIÓN	RETROTRAIMIENTO JUEGO DE FIDELIDADES
NO CONTAR CON NUESTRO HIJO	DECONFIANZA EN SÍ MISMO Y EN LOS DEMÁS

¿QUÉ PASOS HE DE SEGUIR UNA VEZ QUE SÉ QUE MI HIJO/A ESTÁ SIENDO ACOSADO?



1. **Reconocer la situación** y **mantener la calma** “Ningún padre está preparado para abordar una situación de acoso”

2. **No dejarle al margen** de las actuaciones que se lleven a cabo:

- Informarle sobre los pasos que vamos a seguir
- Escuchar su opinión sobre ellos y hacerle participe del proceso
- No olvidarnos que es el protagonista

4. **Informar** al profesor/a o tutor o a los responsable para exponerle el problema y la preocupación:

- Mantener una actitud conciliadora colaboradora con el centro
- Dar un plazo para que investiguen y se tomen medidas (Protocolo de actuación) las cosas no se resuelven de forma inmediata.
- Comprobar si las medidas se cumplen (plazo razonable)

5. Buscar asistencia psicológica y la **valoración de un profesional**

6. Otras opciones : Lineas de ayuda ANAR y denuncia (también está incluido dentro del Protocolo de actuación si lo consideran acciones graves)



Plan de actuación:

El protocolo deberá iniciarse cuando el personal docente y/o auxiliar, padres o madres **detecten indicios de violencia** o por parte de los niños, niñas o adolescentes.

1ª.- Detección, obtención de información y asignación de la persona responsable (coordinador de bienestar)

2ª.- Valoración del caso y determinación de las medidas que configuran el plan de actuación.

3ª.- Desarrollo del Plan de Actuación:

- Protección del menor o víctima (buscar una red de apoyo social, compañeros, profesionales...).
- Trabajar a nivel individual y en el aula para recuperar la convivencia.
- Favorecer el trabajo cooperativo y de reflexión como actividad para el grupo.
- Medidas de mediación si es posible.
- Sanción si se considera necesario.

4ª.- Evaluación y seguimiento del caso.



¿ ES NECESARIA LA AYUDA PSICOLÓGICA?



¿ ES NECESARIA LA AYUDA PSICOLÓGICA?

- La ayuda psicológica puede ser necesaria en muchos casos, tanto en relación con las **víctimas**, como con los “**acosadores**”. Hay niños /as **que necesitan ayuda psicológica para enfocar las relaciones interpersonales desde otra perspectiva, con más empática y basadas en el respeto y en la defensa de sus Derechos.**
- Pero esta ayuda debe ir siempre acompañada de un plan de acción eficaz y del **compromiso de todos por acabar el acoso** y el sufrimiento de la víctima.
- El **apoyo familiar y la rapidez en el entorno escolar** con que se tomen las medidas oportunas es muy importante para afrontar la situación con éxito.



¿QUÉ HAGO SI MI HIJO/A ES EL ACOSADOR?



¿QUÉ HAGO SI MI HIJO/A ES EL ACOSADOR? INVOLUCRARSE EN EL PROCESO DE RECUPERACIÓN DEL A CONVIVENCIA

- Aceptarlo y NO negándolo o justificándolo.
- Acompañar para el cambio
- Ayudarle a plantearse varias cuestiones como ¿por qué hace esto? ¿Qué quiere conseguir? ¿Qué beneficios obtiene?”
- Ayudarle para que **reconozca y repare el daño**
- Pedir **orientación a los profesionales** y expertos.
- Ayudarle a ver que **cosas deben cambiar en sus relaciones con los compañeros.**
- Y **reflexionar sobre nuestra apropiada conducta como padres o madres** (¿en qué medida hemos podido reforzar el egocentrismo, la insolidaridad, competitividad...).
- Conocer la **repercusiones legales** que este tipo de conductas tiene para los hijos y los progenitores (reclamación de daños y perjuicios de los actos ilícitos de los hijos).

- La actuación de los chicos agresores tiene que ver con ser aceptados por el grupo de iguales ¿Porque actúa así? ¿Quiere impresionar a los demás? ¿Es capaz de empatizar con los otros? ¿Es por diversión? ¿Hay conflictos no resueltos con la víctima?.

- Analizar los beneficios obtenidos ¿le está sirviendo para algo, por ejemplo ser el centro de atención, destacar sobre sus compañeros o tener un grupo sólido de amigos?,

- **¿Cuáles son las necesidades?**

- Es necesario ayudarle a encontrar otra manera de conseguir estas ganancias sin tener que humillar a nadie ni caer en conductas violentas

- Es necesario ayudarle a entender como se pueden establecer relaciones no violentas para conseguir ser aceptados y que hay otras formas de relación con los iguales no competitivas.



¿Qué se puede hacer para prevenir el acoso escolar?



¿Qué se puede hacer para prevenir el acoso escolar?

- **Apoyo incondicional** si un niño no se siente seguro o aceptado en la familia, sus frustraciones las llevará al colegio y las enfocará hacia sus compañeros en forma de conductas agresivas. - Que se le acoja y acompañe ante las dificultades esto facilita que aprendan a ser bien tratado y diferenciar cuando él o los otros no lo son. Un niño respetado es un niño que respeta
- **Atención y escucha continuada** favorece el desarrollo de la autoestima, la seguridad personal, la confianza en si mismo, la empatía y el respeto al otro
- **Si desde la familia utilizamos un adecuado método de resolución de conflictos los niño/as lo desarrollen de manera espontánea y lo apliquen en el colegio:**
 - 1º hay que tener en cuenta a todas las partes
 - 2º analizar los posibles motivos que les han llevado a actuar así
 - 3º buscar soluciones que involucren a todas las partes
 - 4º asumir la responsabilidad
 - 5º comprometerse con cambios para la solución

- **Educar en expresión de sentimientos, que la comunicación familiar sea de calidad, ayudémosles a poner nombre a los malestares o a los miedos** y pedir ayuda cuando lo necesiten.
- **Ayudarles a expresar a través del juego**, el dibujo, cuentos a identificar y expresar sus sentimientos, hacerles ver hay situaciones que producen dolor, tristeza . Darles oportunidades para que se pregunten ¿ como me siento yo ? y ¿Cómo se sienten los otros?.
- Establecer **rutinas** en las que se favorezca la comunicación compartiendo tiempo **de calidad para que los menores tengan la oportunidad de expresar** libremente sus vivencias, pensamientos, emociones y acontecimientos que les ocurren día a día.
- **Evitar censurar su opiniones continuamente**, porque si se sienten juzgados de forma continuada, desconectarán del discurso de los progenitores y dejarán de escuchar.


- **Promover la cooperación frente a la competitividad y el individualismo,** la competitividad favorece conductas abusivas como forma de anular a sus posibles competidores. Desde casa es necesario reforzar el esfuerzo y disfrute de una actividad, más que los resultados obtenidos.
- **Educar en el ejemplo,** actuar con los hijos e hijas de la misma forma que me gustaría que ellos actuaran con los demás.
- **Favorecer la empatía en nuestro día a día** es algo que se aprende y puede enseñarse. Cualquier tipo de violencia suele tener en su origen en una falta de empatía por la víctima, sus emociones y lo que está sintiendo.
- **Educar en la diversidad y las diferencias.** Si la diferencia y la diversidad se ven como algo a evitar, los niños que destaquen por alguna cualidad diferencial serán más propensos a sufrir acoso escolar . Es importante que les ayudemos a ser tolerantes haciéndoles ver que deben respetar a todos sus compañeros, **evitando criticar a personas por su físico, forma de vestir, peso o cualquier otra condición.**

Enseñarles el verdadero concepto de vivir en sociedad

• **Educar en la “solidaridad”** estimulando a los hijos a no callar ante la violencia o las injusticias. Ayudar a los hijos tomar conciencia de la responsabilidad y capacidad que tienen para poder frenar situaciones de acoso escolar entre compañeros..

- La mayoría consideran que **no tienen ninguna obligación ética o moral de brindar ayuda al compañero** por ello, cuando en el aula observan cómo uno o varios alumnos se burlan de otro, no consideran que tienen que ayudar.
- **Consideran que el sufrimiento ajeno no les incumbe** salvo cuando se trata de un amigo o amiga.

”Voy a mi rollo”, “Voy a mi bola”, “paso”, “no es mi problema” son expresiones cotidianas con las que los niños y niñas legitiman su forma de responder a las necesidades de los otros.

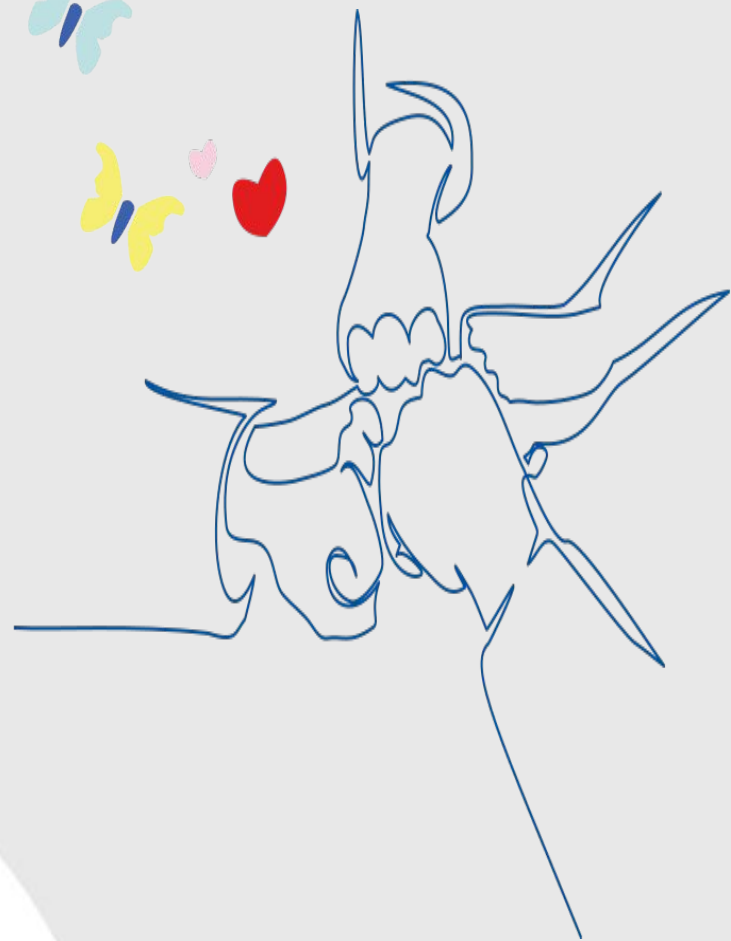


Africa

Un antropólogo propuso un juego a los niños de una tribu africana. Puso una canasta llena de frutas cerca de un árbol y le dijo a los niños que aquel que llegara primero ganaría todas las frutas. Cuando dio la señal para que corrieran... todos los niños se tomaron de las manos y corrieron juntos, después se sentaron juntos a disfrutar del premio. Cuando él les preguntó por qué habían corrido así, si uno solo podía ganar todas las frutas, le respondieron: UBUNTU ¿cómo uno de nosotros podría estar feliz si todos los demás están tristes?

UBUNTU, en la cultura Xhosa significa: "Yo soy porque nosotros somos."

www.desmotivaciones.es



¡Gracias!



Os animamos a estar cerca de todos los contenidos de ANAR siguiéndonos en nuestras RRSS. Una fuente de consejos y mensajes positivos que refuerzan lo escuchado y promueven una comunidad



@FundacionANAR

Web: www.anar.org