# ¿Qué es el bullying?

El bullying o acoso escolar es la [violencia](https://concepto.de/violencia/) repetida entre pares, en la que uno o más individuos hostigan o maltratan a otro. Se caracteriza por el desequilibrio de poder entre el acosador y la víctima, y puede incluir daños físicos o psicológicos. Se trata de un fenómeno escolar, ya que sucede o se inicia dentro de la escuela.

Las situaciones de bullyingimplican una forma de[discriminación](https://concepto.de/discriminacion/) por motivos como características físicas, orientación sexual, [nacionalidad](https://concepto.de/nacionalidad/), condición socioeconómica, creencias religiosas, discapacidad, entre otros.

El bullying es una vulneración de derechos de la infancia y la [adolescencia](https://concepto.de/adolescencia-2/), y representa un factor de riesgo para el desarrollo psicosocial de las víctimas. Involucra a toda la comunidad educativa, ya que tiene consecuencias negativas tanto en las víctimas como en los agresores, los testigos y las familias. Además, tiene impacto sobre la calidad educativa y el [bienestar](https://concepto.de/bienestar/) general de los estudiantes.

El acoso puede darse en persona, dentro y fuera del recinto educativo, o a través de [redes sociales](https://concepto.de/redes-sociales/). En todos los casos, el entorno es clave para que estas [conductas](https://concepto.de/conducta/) se sostengan ya que, de alguna forma, tolera o normaliza la violencia como una respuesta válida.

# Características del bullying

Es importante diferenciar el bullying de otras formas de violencia que suceden dentro de la escuela, como peleas esporádicas, hechos de vandalismo o conflictos entre grupos. Para que un hecho de violencia se clasifique como bullying, debe cumplir condiciones específicas:

* Intencionalidad. Uno o varios compañeros deciden dañar a otro.
* Desequilibrio de poder. Hay una relación de asimetría entre agresor y víctima, es decir que quien sufre el acoso presenta algún tipo de desventaja frente a quien lo agrede.
* Repetición. Es una conducta reiterada y que se prolonga en el tiempo, no un episodio aislado.
* Relación entre pares. Se produce siempre entre iguales (estudiantes).

# Tipos de bullying

El bullying se manifiesta de diversas formas, que dependen de la situación en que se presenten. Una forma de clasificarlas es:

* Bullying psicoemocional. Son acciones u omisiones que desvalorizan, intimidan o controlan. Pueden alterar la [autoestima](https://concepto.de/autoestima/) y afectar aspectos cognitivos, conductuales, afectivos o sociales del estudiante. Por ejemplo, prohibiciones, [coacciones](https://concepto.de/coaccion/), amenazas, humillaciones o chantajes.
* Bullying físico directo. Son acciones u omisiones intencionales que causan daño corporal. Por ejemplo, empujones, golpes o la negativa a brindar ayuda en caso de necesitarla.
* Bullying físico indirecto. Implica daños a las pertenencias de los estudiantes. Por ejemplo, sustracción, destrucción, desaparición, ocultamiento o retención de objetos personales.
* Bullying sexual. Son acciones u omisiones que lesionan la [libertad](https://concepto.de/libertad/), [seguridad](https://concepto.de/seguridad/) e integridad psicosexual. Por ejemplo, hostigamiento, acoso, violación, uso denigrante de la imagen o la omisión de denunciar una situación de acoso.
* Bullying verbal. Es el uso del lenguaje para manifestar acciones violentas. Por ejemplo, insultos, humillación, desvalorización o asignación de sobrenombres descalificativos.
* Ciberbullying. Es la violencia que se ejerce mediante el uso de plataformas virtuales y herramientas tecnológicas. Suele ser masiva y anónima. Por ejemplo, a través de [redes sociales](https://concepto.de/redes-sociales/), mensajes de texto, foros o páginas web.

# Causas del bullying

Muchos estudiantes que ejercen el acoso escolar han aprendido comportamientos agresivos en otros contextos, como la familia, el entorno cercano o a través de los [medios de comunicación](https://concepto.de/medios-de-comunicacion/) y redes sociales. A su vez, los valores culturales y sociales desempeñan un papel fundamental, ya que pueden fomentar o frenar la agresión.

Las causas del acoso escolar combinan factores emocionales e instrumentales:

* Factores emocionales. Quienes ejercen este tipo de violencia suelen experimentar frustración y dificultad para controlar sus impulsos. En muchos casos, recurren a la agresión como una forma de liberar estas [emociones](https://concepto.de/emocion/).
* Factores instrumentales. El acoso también puede incluir la búsqueda de un beneficio social o de ejercer poder dentro de un grupo.

# Consecuencias del bullying

El acoso escolar tiende a naturalizar la violencia, la [crueldad](https://concepto.de/crueldad/) y la [injusticia](https://concepto.de/injusticia/) en el ámbito escolar. Tiene efectos negativos en la víctima, en el agresor y en los espectadores.

Consecuencias para los agresores

Las principales consecuencias para los agresores son:

* Dificultad para establecer relaciones saludables.
* Tendencia a desarrollar una personalidad con poco control sobre la agresión.
* Propensión a involucrarse en conductas antisociales o delictivas.

Consecuencias para las víctimas

Las principales consecuencias para las víctimas son:

* [Autoestima baja](https://concepto.de/baja-autoestima/) y falta de seguridad.
* [Ansiedad](https://concepto.de/ansiedad-2/) e inestabilidad emocional.
* Trastornos de sueño y de la alimentación.
* Dolores de cabeza y agotamiento físico.
* Disminución en el rendimiento académico.
* Aislamiento y problemas para socializar.
* Desmotivación y desinterés.

Consecuencias para los espectadores

Las principales consecuencias para los espectadores son:

* Insensibilidad ante las agresiones hacia sus compañeros y normalización de la violencia.
* Desarrollo de pasividad frente a situaciones de injusticia.
* Comportamiento inestable, ya que en ocasiones apoyan al agresor y en otras pueden ser aliados de la víctima.
* Culpa o remordimiento por no intervenir.

# Prevención del bullying

La prevención del acoso escolar requiere acciones integrales que involucran a toda la comunidad educativa.

Es fundamental incluir el tema del bullying en los planes de estudio y abordarlo de manera activa en las clases. Esto permite sensibilizar sobre sus consecuencias y enseñar a los estudiantes a detectarlo y prevenirlo. Además, es necesario fomentar el desarrollo de [habilidades sociales](https://concepto.de/habilidades-sociales/) y emocionales que permitan a los estudiantes resolver los conflictos de forma constructiva.

Por otro lado, es importante crear espacios escolares seguros y supervisados, especialmente en áreas comunes como pasillos, comedores, baños y patios.

Una vez que se detectan situaciones de bullying, se deben llevar a cabo acciones concretas, como sancionar a los agresores de acuerdo con las normativas de cada [institución](https://concepto.de/institucion/). Asimismo, es esencial fomentar una actitud activa en todos los estudiantes para generar un ambiente de apoyo y colaboración.