

A photograph showing a hand reaching out towards a dark doorway. The room is lit with a strong blue light, creating a dramatic and somewhat somber atmosphere. The hand is positioned in the foreground, with fingers slightly spread, as if about to enter or touch the door. The doorway is a dark, rectangular opening in the center of the frame.

Es básico entender que cada uno de nosotros por separado quizá no pueda hacer gran cosa. Pero que muchos juntos podemos cambiarlo todo. Está en nuestras manos. No debemos olvidar una frase que resume el papel del espectador, de todos los que estamos alrededor de esta tragedia... lo dijo Martin Luther King:
"No recordaremos las palabras de nuestros enemigos, sino el silencio de nuestros amigos".

AUTORA:
Isabel Menéndez Benavente
Psicóloga

Resumen del argumento

Jacinto está muerto. Su cuerpo ha aparecido estrellado contra las rocas del acantilado. Pero, ¿por qué iba a suicidarse un chico de 14 años?

Poco a poco iremos conociendo su historia y la de otros cuatro chavales, compañeros de instituto. Son aquellos que le sometieron a malos tratos continuos hasta que lograron arrebatarle el deseo de vivir. El miedo, la cobardía, la violencia y la ignorancia son los detonantes de la tragedia.

Pero hay otros protagonistas, entre otros, Cecilia, que estaba enamorada de Jacinto, y que ya nunca tendrá un futuro junto a él; Miguel Ángel, su amigo que, si bien no volverá a sufrir malos tratos, vivirá con la angustia de pensar que no supo o no quiso ver lo que Jacinto iba a hacer; sus profesores, testigos silenciosos de lo que ocurría en su clase y que colaboraron con su inmovilidad; los padres de los acosadores, cuya ignorancia dio su fruto en aquellos hijos violentos y faltos de humanidad...

Todos han participado, todos han sido testigos o protagonistas de la tragedia. Pero Jacinto está muerto, ya no hay vuelta atrás.

Cómo leer este libro

Esta no es una novela más: es un libro sobre la vida que muchas personas están soportando ahora mismo. Y precisamente por eso, resulta necesario que leer esta novela sea un trabajo en el que todos, sin excepción, nos involucremos. No puede ser una obligación más, una tarea escolar o algo que «hay que hacer». No, debería servir como piedra de toque para reflexionar sobre un problema tan importante como el del *bullying*.

Y es que todos pensamos que cosas como esta les pasan a otros, que no ocurren en nuestro centro educativo; podemos pensar, incluso, que esto es una novela y que el autor ha exagerado mucho... pero ¿estamos totalmente seguros? Tal vez a nuestro alrededor no haya agresiones brutales ni palizas, u otro tipo de violencia física... pero ¿hay violencia verbal? Las risas, los motes, las humillaciones, las mentiras, los falsos rumores a menudo dejan una huella mucho más dolorosa, profunda y duradera que un cardenal o un moratón. ¿Seríamos capaces de asegurar que a nuestro lado, en nuestra clase, ningún chico o chica está sufriendo maltrato de sus compañeros, ninguno está sintiéndose acosado y solo?

El 40% de los adultos que necesitan atención psicológica han sido acosados en su infancia. Es una cifra que debe hacernos pensar. Por eso, esta novela puede ser también un punto de partida para un trabajo mucho más importante: el de llegar a entender y a asumir, los sentimientos propios y los ajenos. Que cada uno los reconozca en uno mismo, que sepa interpretarlos en los demás, que pueda controlarlos.... Es necesario que todos hagamos nuestra una máxima muy sencilla: “no hacer o decir a los demás, lo que no nos gustaría que nos hicieran o dijeran a nosotros”. Es decir, simplemente, que nos pongamos en el lugar de los otros.

Al final, se trata de trabajar la “empatía”. Ser empático significa entender el sufrimiento de los acosados, identificarse con ellos y, por tanto comprender, su dolor.

Ninguno de los acosadores de esta novela era empático, quizá porque nadie nunca lo había sido con ellos... Por eso nadie entendió su rabia, su frustración, su incapacidad para sentir. Ese es el motivo por el que nadie pudo ayudarles y llegaron a estos extremos.

Pero vayamos por partes.

De los agresores

En esta novela, los agresores son adolescentes aparentemente "normales". Sin embargo, algunos carecen de cierta capacidad intelectual, mientras que otros sufren, a su vez, la violencia (física o verbal) y el abandono (otra forma de maltrato) por parte de sus respectivas familias. Esto les ha vuelto tan violentos que necesitan descargar su ira de manera constante, sin sentir remordimientos, sin sentir nada... Pero no todos los agresores son así. A veces pueden parecer buenos chicos, o que, simplemente, pretenden llamar la atención...

- Se puede realizar una ficha de cada uno de ellos (Segis, Salva, Cafre y Alan), respondiendo a las siguientes cuestiones:
 - ¿Qué motivaciones tiene cada uno de ellos para ejercer la violencia?
 - ¿Alguno de ellos puede salvarse de esa espiral de violencia? ¿Por qué? ¿Cómo?
 - ¿Qué relación tienen entre ellos como amigos?
 - ¿Qué diferencias hay entre ellos?

Estos personajes son eso, personajes de una novela. Pero en la realidad también existen:

- ¿Hay en nuestro entorno personas que se parezcan a estos personajes?
- ¿Has participado en alguna escena de violencia similar a las que describe el libro? Y aunque no hayan llegado a la violencia física, ¿has visto cómo alguien ha tenido posiciones de dominio, de agresión, de discriminación, de envidia y de rabia hacia otro compañero de forma sistemática?
- ¿Cómo un niño "normal" se puede ir convirtiendo en un acosador?
- ¿Qué consecuencias en la vida de una persona puede tener el ser un acosador?
- Enumera todas las ideas que se te ocurran para evitar que un alumno se convierta en acosador.

Para el profesor:

- Insistir en la diferencia entre reírse **con** alguien o **de** alguien. Entre pelearse con igualdad de fuerzas o cebándose en el más débil. Llamar a alguien "*sudaca*, *bola de sebo*, *gordo*, *negro*, *friki*", aunque sea con intención «cariñosa», puede resultar ofensivo y llegar a ser acoso. Insistir a los chavales en que tienen derecho a no incluir en su círculo a quienes no les gusten, pero no a maltratarlos.
- Ayudarles a reconocer que todos hemos sido acosadores en algún momento. Pero reconocerlo y pedir disculpas rompe el acoso.
- Los acosadores necesitan ayuda. Es labor nuestra que los alumnos sepan verlo en sus propios compañeros. A veces no son conscientes.

De los agredidos

En esta novela hay dos acosados claros: Jacinto y Miguel Ángel. Reciben palizas, vejaciones... es algo terrorífico y extremo, podríamos decir que la situación parece ya irreversible. Pero maltratados hay más: Manuela, Osvaldo, Cecilia, y en cierto modo, todos los que temen a los agresores, aunque estos sólo descarguen su rabia con los más débiles...

Comenzamos con Miguel Ángel y Jacinto.

- ¿Qué rasgos tienen en común que han hecho que los dos fueran acosados?
- Analiza qué sentimientos priman en ellos: el miedo, la humillación, la cobardía, la culpa...
- ¿Cómo podrían haber actuado ambos para evitar el desenlace?
- ¿Qué consecuencias puede tener para su vida futura el ser acosados?
- Describe con todas las palabras que puedas los sentimientos que llevan a Jacinto a tomar esa decisión. También los de Miguel Ángel para seguir callando y aguantando.

De nuevo, como en el caso de los acosadores, Jacinto y Miguel Ángel son personajes. Pero muchos jóvenes viven una vida como la suya.

- ¿Hay en tu entorno alguien que haya sido o esté siendo acosado?
- ¿Alguna vez te has sentido acosado? Describe cuándo y por qué.
- ¿Qué rasgos convierten a alguien en acosado? ¿Son diferencias físicas? ¿Intelectuales? ¿Formas de ser?
- El ser diferente, (no seguir la moda, tener diferente raza, distinta orientación sexual, distinto estatus económico, que no le guste el fútbol o jugar a la videoconsola o que no beba el alcohol) el no ser como "los demás", convierte a alguien en friki y por tanto en diana del acoso. ¿Por qué?

De los espectadores

Es curioso. Incluso en la propia novela, hay un terrible silencio: el de los espectadores. En la novela, los otros 22 alumnos de esa clase no existen, simplemente no aparecen en el libro. Ni apenas el resto de alumnos del colegio. Salvo los ocho alumnos protagonistas, los demás son, sencillamente, invisibles.

¿Es que nadie veía nada? ¿Nadie se acercó a alguna de las víctimas para ofrecer su ayuda? ¿Para preguntar? ¿Para defender?

Cecilia es una espectadora. Y dice en alto algo que, probablemente, todos hemos pensado alguna vez: *"todos somos culpables"*. No sufre el acoso, y tampoco es acosadora. Es amiga de los acosados.

- Describe las emociones de Cecilia. Sabe que hay acoso. Ella no es agredida, pero su amigo y el chico que le gusta sí. ¿Por qué no actúa?
- ¿Como es su entorno familiar? Ha sufrido una pérdida. ¿Puede esto influir a la hora de no querer enfrentarse a la verdad?
- ¿Cómo se siente Cecilia tras la muerte de Jacinto?

Y en la vida real:

- ¿La "ley del silencio" se aplica también en tu entorno? ¿Por qué?
- Enumera las razones por las que los otros alumnos, esos que no aparecen en el libro, no intervienen para nada. Serán las mismas razones que nos hemos dicho muchas veces para no intervenir, para no verlo, para no enfrentarnos a la verdad. Las justificaciones para no actuar.
- ¿Qué se puede hacer en caso de ser espectador de un acoso? ¿Qué podrían haber hecho esos compañeros que no aparecen en la novela?

Para el profesor

- Es fundamental insistirles en que *"la unión hace la fuerza"*. Que se unan entre todos y denuncien el acoso, que ayuden a la víctima, que se enfrenten pacíficamente a los agresores, que hablen, que acudan a los adultos, etc.
- Concienciar a los alumnos que los espectadores también son víctimas y agresores, porque siempre se posicionan de una u otra forma y, por lo tanto, aplicar las soluciones anteriores, para salir de ambas situaciones.
- La ley del silencio tiene que ver con el miedo a ser víctima, a "marcarse"... Hablar de la valentía y de la falsa creencia de que denunciar es acusar. Insistir en que el silencio también genera *bullying*.

De los profesores

Los profesores no tienen la solución, pero sí forman parte de la cadena. Quizás están sobrecargados de trabajo, quizá no sepan cómo manejar una situación que se da entre los chicos. Por eso necesitan ayuda, e información. La mejor: la que venga de los afectados directos.

Hablemos de Marisa y Osvaldo

- ¿Qué diferencias hay entre ellos?
- ¿Por qué Osvaldo al principio niega la evidencia?
- ¿Que consecuencias tiene en la edad adulta el acoso? Analízalas en Osvaldo.
- ¿Por qué ni Miguel Ángel, ni Cecilia, ni el propio Jacinto han acudido a estos profesores? ¿Hubiera servido de algo?
- Manuela parece valiente... ¿pero realmente lo ha sido?

Y ahora:

- ¿Cómo crees que debería actuar un profesor ante un caso de acoso?
- ¿Qué características debería tener un profesor para que el acosado, el espectador, o el amigo del acosado denunciara el acoso?
- Enumera las razones por las que no acudirías a denunciar como espectador, acosado, o amigo del acosado, un maltrato al profesor.
- ¿Has visto «mirar para otro lado» a algún profesor ante un caso de acoso? En caso afirmativo, ¿Por qué crees que habrá actuado así?

Para el profesor

- A veces un profesor simplemente no actúa porque no conoce la situación de acoso. Insistir en la necesidad de que la víctima o los espectadores se lo hagan saber.
- Hacer un cierto examen de conciencia ante el alumno. ¿A qué tenemos miedo como profesores?
- Preguntarles «¿cuándo sucede?» «¿por qué creéis que no me entero?»
- Como profesores, debemos conseguir que nos sientan como personas cercanas. El profesor mismo puede ofrecerse para ser receptor de las denuncias sobre este tema. Dejar un email, o un móvil para casos urgentes... Puede informarse sobre el caso de forma anónima si alguien no se atreve, pero sobre todo, el profesor debe brindarse para hacer de mediador en cualquier conflicto.

Decálogo anti-bullying

Para el acosador

1. Ponte siempre en el **lugar del otro**. No hagas a los demás lo que no te gustaría que te hicieran a ti.
2. A nadie le gusta que le tiren las cosas, que le insulten, que se rían de él o que le llamen con motes. **No lo hagas**.
3. **No juzgues** a nadie por las apariencias, no te dejes llevar por la opinión de los demás acerca de un compañero. El hecho de que alguien no te caiga bien, no implica que utilices la violencia de ningún tipo.
4. **No excluyas** a nadie de tus actividades, trata de entender cómo te sentirías tú si te excluyeran.
5. No digas mentiras sobre otros, **no difundas rumores**, no utilices Internet o el anonimato del móvil para hacer daño o amenazar.
6. Cuando tengas conflictos debes **aprender a resolverlos** sin violencia. Negocia, dialoga. Acude a un adulto si crees que no puedes resolverlo.
7. El acoso no es solo un daño físico (pegar, empujar). Eres también acosador cuando **hieres con palabras**, con insultos, tratando de aislar a alguien, haciendo que se sienta solo y mal.
8. Aunque creas que eres el mejor, el líder, ¿**tienes amigos** que te quieren? ¿o quizás sólo te temen?
9. Si utilizas ahora la violencia, ella te acabará **utilizando a ti**.
10. La **violencia no para**: nunca será suficiente, engendrará más y más violencia y puede que termine arruinando tu vida y tu futuro.

Para el espectador

1. Si estás viendo que un compañero o compañeros abusan de otro, **debes actuar**. Tu obligación es decir basta, no reírte, ponerte del lado de la víctima, acudir a un adulto.
2. Aunque quieras creer que el compañero que es objeto de burlas o acoso no sufre, sabes que no es cierto. Está sufriendo un daño que a veces es irreparable y tú eres responsable, aunque sólo sea como espectador. Si ejerces o **consientes el maltrato**, quizás estés consiguiendo que alguien sea para siempre una persona infeliz.
3. Decirle a los adultos lo que sucede no es ser "acusica". Ni ser cobarde. Eres más **cobarde si no actúas**. Cobardes son quienes actúan en grupo para hacer daño a otro compañero que está solo.
4. **No son bromas**. En las bromas nos reímos todos con todos. No todos de uno. Esa es la diferencia.
5. Haz que la víctima se lo cuente a sus padres o a otro adulto, a su profesor... **Ve con él** si eso le hace sentirse más seguro.
6. Si no se atreve, di que tú puedes hacerlo, y acude a **pedir ayuda** en su nombre. Si el colegio tiene un programa de informe de agresiones, como una línea de teléfono especial o un buzón, o un email, úsalo. Si no sabes qué hacer dirígete a alguna asociación, a algún teléfono de ayuda a menores.
7. No es "su problema": las agresiones no son peleas igualitarias, están abusando de una persona igual que tú, pero más débil o distinto... **No te justifiques**, no son "cosas entre nosotros".
8. Recuerda que tú, con el silencio y la pasividad **estás alentando** a los agresores, ellos piensan que pueden ganar, y no es cierto.
9. La **unión** hace la fuerza. Involucra a todos los que puedas, amigos, profesores, a los padres. Pero cuéntalo, haz que los demás entiendan lo que está pasando, trata de que tus amigos te apoyen.
10. **Ayuda** al que lo necesite, y cuando tú necesites ayuda, alguien te ayudará.

Para el acosado

1. **Tú no eres culpable** de nada. Tú no tienes la culpa de ser agredido. Recuerda que tú no eres el del problema. Es el agresor el que tiene un problema.
2. **Tienes derecho** a ser diferente: todos tenemos derecho a ser distintos, a tener una forma de ser propia, un físico, unas ideas. Nadie puede imponerte nada que tú no quieras.
3. Tú no tienes que hacer frente a esta situación **sólo**.
4. No eres inferior, ni cobarde, por no responder a las agresiones, pero **sí tienes que ser valiente** para enfrentarte de una vez a la situación.
5. Si alguien te está haciendo daño y estás sufriendo, **acude a un adulto**: tus padres, y también tus profesores.
6. Si sientes que no les puedes contar esto a tus padres, habla con otro adulto en quien confíes: un familiar, el tutor, el orientador, un psicólogo. Si **no te atreves**, empieza por contárselo a alguien de tu edad, alguien que pueda entenderte y ayudarte.
7. Habla con quien **ha visto las agresiones**, para que te apoye. Trata sobre todo de mostrar lo que sufres, no sientas que es una humillación, porque no lo es.
8. Haz que al adulto le quede claro que esa situación te afecta profundamente. El acoso psicológico es más sutil, pero a veces más dañino. Haz un esfuerzo para comunicarte, para **que sean conscientes** de lo que realmente estás sufriendo.
9. Si sientes que no puedes hablar, que no te atreves, **escríbelo**. Una carta, un email...y envíalo a alguien en quien confíes.
10. Pero, sobre todo, tienes que saber que **no estás solo**, que siempre hay una salida, y que debes seguir luchando. No dejes que ganen, porque de esa forma, todos perdemos.

Buscar más información

http://www.cnice.mecd.es/recursos2/convivencia_escolar/

Conferencia patrocinada por la Comisión Europea para combatir la violencia en la escuela.

<http://www.mec.es/cesces/seminario2000-2001.htm>

Seminario sobre "La convivencia en los centros escolares como factor de calidad. Construir la convivencia" del Ministerio de Educación y Ciencia.

[http://www.el-](http://www.el-refugioesjo.net/acoso/modules.php?name=mobbing&file=04)

[refugioesjo.net/acoso/modules.php?name=mobbing&file=04](http://www.el-refugioesjo.net/acoso/modules.php?name=mobbing&file=04)

El Refugio de Esjo es una página dedicada a informar y combatir la violencia en la vida cotidiana. Tiene un apartado muy interesante dedicado al *bullying*.

<http://argjokin.blogcindario.com/categorias/2.html>

La mirada de Jokin, página dedicada al acoso escolar.

<http://www.mtas.es/injuve>

Web del Instituto de la Juventud: listado con materiales para la prevención de la violencia y la lucha contra la exclusión desde la adolescencia:

Página sobre acoso escolar, con el rincón virtual de Jokin, foros, trabajos, noticias, etc.

<http://www.acosomoral.org/indexbully.htm>

Más y completa información sobre *bullying*.

De las familias

En el entorno familiar es donde realmente se debe comenzar la educación, donde los valores deben enseñarse no con palabras, sino con hechos. Por distintas circunstancias, ninguna de las familias que aparecen retratadas en la novela parece ser realmente una familia que apoye a sus hijos. Ninguno de ellos pudo hablar con sus padres. La comunicación era nula. Y la familia es básica para prevenir el acoso.

- En la novela hay varios tipos de padres. Los de los agresores y los de los agredidos. Haz una ficha con las características de cada una de las familias.
- ¿Qué hubiera tenido que pasar para que Jacinto pudiera haber confiado en sus padres? ¿Qué le impide a Jacinto contárselo a sus padres, o a su hermano mayor?
- ¿La familia de Jacinto le ayudaba a fomentar la seguridad en sí mismo, su autoestima?
- Existe una clara diferencia en las reacciones de los dos hermanos de la víctima, Patricio y Cosme, ambos agresores a su vez. ¿Cómo reacciona cada uno de ellos? ¿Cuál de las dos formas de reaccionar nos ofrece mayor esperanza?
- ¿Cómo debe ser una familia para que uno de sus miembros no se convierta en acosado ni en acosador?
- ¿Qué valores se deben fomentar para que no sea tampoco un espectador pasivo?

Para el profesor

- El profesor debe transmitir a las familias que deben tener **tolerancia cero** ante la agresividad. Pero no pueden ser violentos, insultar, pegar, etc. y luego decir a sus hijos que no lo hagan. Los chicos hacen lo que ven, no lo que se les dice.
- Insistir a los padres en que deben **comunicar** emociones y fomentar que sus hijos las puedan comunicar. Hay que dedicarles tiempo. El error de muchos padres es consentir porque no pueden atender a sus hijos. No implicarse, no querer «ver» en el caso de las familias de los acosadores o no detectar, en el de las víctimas. Favorecer la seguridad en sus hijos, la toma de decisiones.
- **Establecer límites** es fundamental, aunque a los chavales no les guste que se los impongan en casa. Que un padre aprenda a **decir no** a veces puede cambiar el futuro de un acosador, que puede no tener claro dónde acaba su libertad y dónde empieza la del otro.

Del colegio

En la novela se indica que en el tablón de anuncios del colegio había mucha información: sobre drogas, sobre educación sexual, sobre SIDA... pero no había nada sobre acoso.

Desgraciadamente, sólo a raíz de la muerte de algunos jóvenes como consecuencia del *bullying*, los colegios han comenzado a hacer un esfuerzo. Pero no es suficiente con alarmarse. Hay que actuar.

En este centro:

- ¿La información que hay sobre *bullying* es suficiente? ¿Qué falta?
- ¿Cómo debería actuar el colegio para informar a los alumnos y prevenir este tipo de hechos? Prepara una lista de posibles acciones.
- ¿Que ayudaría más a que todos los implicados entendieran el problema? Charlas, películas, novelas como esta, educación emocional, trabajos en grupo, jornadas, información escrita, *email* o buzón para denuncias, teléfono de atención y asistencia... Poned en marcha alguna de estas propuestas u otras que se os ocurran.

Para el profesor

- Ya en este momento, implicar a los chicos en la realización de una jornada o jornadas sobre este problema, para llamar la atención de todo el centro, de los padres, de su entorno social, de su ciudad, etc.
- Que ellos hagan trabajos, hablen con otros profesores, con los demás alumnos del colegio..., hacer que todos colaboren en un programa *antibullying*. Proponer que la información aparezca visible y que ese programa se institucionalice, no que sea producto del momento o de la alarma social, sino aplicar el programa como se hace en otras escuelas europeas.
- Trabajar con los conflictos antes de que se conviertan en acoso. Proponer desde el centro trabajar la inteligencia emocional y la resolución de problemas.