

Construyendo aulas seguras y respetuosas

El acoso escolar, o bullying, es una realidad que impacta de manera significativa a la comunidad educativa en Colombia. Se manifiesta a través de agresiones físicas, verbales y emocionales que afectan el bienestar y el desarrollo de niños, niñas y adolescentes.



Según el informe PISA 2022, el

23%

de los estudiantes colombianos reportaron ser víctimas de acoso escolar de manera regular o constante en sus instituciones educativas.¹

Esta cifra sitúa a Colombia en el puesto 11 entre los países con mayor incidencia de bullying, superando el promedio de la OCDE.

Estrategias para prevenir el acoso escolar

Fomentar la empatía como base para una convivencia sana

Romper el silencio: no ser indiferentes también es clave

Prevenir, más allá de castigar

Construir redes de apoyo

Estar atentos a las señales de alerta



Fomentar la empatía como base para una convivencia sana

Prevenir el acoso escolar comienza con la promoción de valores fundamentales como la empatía, el respeto y la solidaridad. La adolescencia es una etapa clave en el desarrollo social y emocional, por lo que es esencial enseñar a los jóvenes a reconocer y comprender las emociones de los demás. Esto no solo ayuda a prevenir actitudes agresivas y excluyentes, sino que también fortalece una convivencia sana.

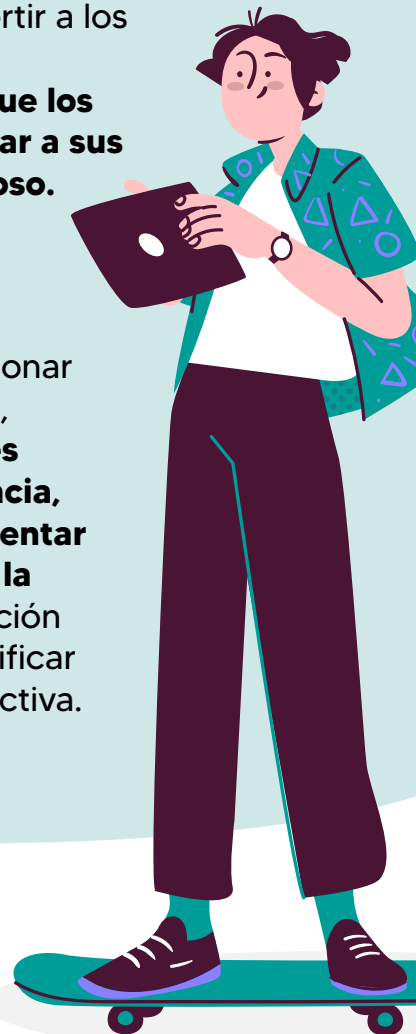
La empatía se construye a través de la escucha activa, el diálogo y, sobre todo, el ejemplo de los adultos.

Romper el silencio: no ser indiferentes también es clave

El acoso escolar no solo involucra a la víctima y al agresor, sino también a quienes son testigos y no actúan. En el aula, es fundamental que los docentes fomenten una cultura de cero tolerancia al acoso, enseñando a sus estudiantes que el silencio puede perpetuar el daño. El miedo, la indiferencia o la creencia de que "no es asunto mío" pueden convertir a los observadores en cómplices involuntarios. **Debemos incentivar el diálogo y brindar herramientas para que los estudiantes se sientan seguros al alzar la voz, apoyar a sus compañeros y denunciar cualquier situación de acoso.**

Prevenir, más allá de castigar

La prevención del acoso escolar va más allá de sancionar conductas; se trata de construir un ambiente seguro, inclusivo y respetuoso en la escuela. **Para lograrlo, es fundamental establecer normas claras de convivencia, generar espacios de participación y diálogo, y fomentar actividades que fortalezcan el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.** Además, la formación constante de docentes y familias es clave para identificar señales de alerta y actuar de manera oportuna y efectiva.





Construir redes de apoyo

Los adolescentes necesitan sentirse acompañados, escuchados y valorados. Como docentes, nuestro rol es clave para fortalecer redes de apoyo dentro y fuera del aula. Una comunidad escolar basada en la confianza y el respeto dificulta que el acoso se mantenga. Para ello, **es fundamental generar espacios donde los estudiantes se sientan seguros para hablar, ofrecer canales de comunicación accesibles y contar con protocolos claros de atención y seguimiento** que permitan actuar de manera efectiva ante cualquier caso de acoso.

Estar atentos a las señales de alerta

Como docentes, es fundamental estar atentos a los cambios repentinos en el comportamiento de los estudiantes. El retraimiento, el miedo a asistir al colegio, las alteraciones en el sueño o el apetito, y signos de tristeza o ansiedad pueden indicar que un adolescente está enfrentando una situación de acoso. **Reconocer estas señales a tiempo nos permite intervenir de manera adecuada, brindar apoyo y prevenir consecuencias emocionales graves**, como la baja autoestima, el aislamiento o la depresión.

Prevenir el acoso escolar es una tarea que nos involucra a todos, y como docentes, tenemos el poder de transformar vidas. Cada palabra de aliento, cada espacio de escucha y cada acción que fomente el respeto puede marcar la diferencia en la historia de un estudiante.

Construyamos juntos escuelas donde nadie tenga miedo de ser quien es, donde la empatía sea el lenguaje común y donde cada niño, niña y adolescente se sienta seguro y valorado.



Referencias

Garaigordobil, M. (2013). *Bullying y cyberbullying: Estrategias de evaluación, prevención e intervención*. Madrid: Pirámide.

López, V. & Rodríguez, C. (2005). El clima escolar como factor de riesgo o protección frente al acoso. *Revista Psicothema*, 17(4), 549-554.

Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001). Bullying behaviors among US youth. *JAMA*, 285(16), 2094-2100.

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell.

Ortega, R. (2010). Convivencia escolar y prevención de la violencia. *Revista de Educación*, 352, 37-54.

1 <https://lee.javeriana.edu.co/w/noticias-bullying?utm>