
ROSA MARTÍNEZ SÁNCHEZ,
PSICÓLOGA

Las etapas del bullying

Quienes han estudiado esta temática, señalan que las etapas que en que se hace presente el bullying o acoso escolar son las siguientes:

Primera etapa: se da de forma verbal. Aquí los agresores hacen bromas, chistes, burlas, etc. Las que, en primer lugar, se muestran como no ofensivas, pero encubiertamente resaltan de forma negativa o peyorativa aspectos físicos (color de piel, estatura, contextura corporal, malformaciones genéticas), procedencia social, nacionalidad u otro.

Segunda etapa: el acoso toma mayor fuerza, a las agresiones verbales se suman agresiones físicas como: empujones, patadas, tirones de pelo, robos de objetos personales, entre otros. Las agresiones se dan en la sala de clases o en el resto del establecimiento como: recreos y baños. En esta etapa el agresor ya ha sumado aliados que le acompañan en los ataques y lo apoyan.

Tercera etapa: identificada como de la culpa, la víctima siente que las agresiones que recibe son su responsabilidad, es decir, empieza a creer que se merece lo que le ocurre. En esta etapa, ya la víctima no sabe cómo actuar, ni a quién acudir, por esto busca aislarse, disimulando lo que siente y piensa cuando recibe agresiones.

Cuarta etapa: las agresiones son recurrentes. En la víctima el terror va en aumento, en esta etapa es donde se hacen evidente los síntomas de depresión o ansiedad. Al igual que los cambios en el comportamiento de la víctima como irritabilidad, incluso puede dejar de comer y se mantiene sola y aislada. Lo más lamentable es que en esta etapa, inician pensamientos suicidas como posible solución a lo que está viviendo.

Quinta etapa: El abandono o aislamiento total de la víctima. Aquí quiere alejarse de todos los que le rodean, tanto en el recinto escolar como en su casa. Lo que le permite sentir un clima falso de calma o tranquilidad, llegando a pensar que es la manera como puede tener seguridad. Sin embargo, es tanta la presión que siente, que, en esos momentos de soledad, es cuando empieza a pensar posibles soluciones, que le permitan salir de manera definitiva de las agresiones, lo que va acompañado de sentimientos de rabia e impotencia.

Sexta etapa: el sentimiento de odio va en aumento, se suman los planes de venganza de forma más estructurada, las cuales pueden estar dirigidas no solo a su agresor o agresores, sino también a los testigos que nunca lo apoyaron o que nunca actuaron, así como también hacia sus padres. El sentimiento de vacío, puede también conllevar a la víctima a recrear la manera de cómo atentar en contra de su vida, busca opciones que sean rápidas y sin dolor.

Séptima etapa: es el momento cuando ejecuta o lleva a cabo su plan. Ya sea el suicidio o el asesinato de sus agresores o testigos. Desafortunadamente, en esta etapa ya no hay retorno, el plan está previsto de forma que no exista errores en su ejecución. Aquí llevara a cabo su plan, de manera que pueda dar fin al acoso o agresiones a la que está siendo víctima.