

**LIBROS CÚPULA**

**CARMEN CABESTANY**

**EL  
BULLYING  
ES COSA  
DE TODOS**



**LIBROS CÚPULA**

A la venta desde el 26 de abril de 2023

# LIBROS CÚPULA



## EL BULLYING ES COSA DE TODOS CARMEN CABESTANY

*Un testimonio desde dentro de la realidad del bullying  
y de lo que todos podemos hacer para ponerle fin*

El acoso escolar tiene muchas caras y todas se muestran con rigor en este libro: las mentiras, las coacciones, la manipulación, la censura, la prevaricación... En definitiva, lo que algunos ocultan, lo que casi nadie dice y lo que muchos no saben.

Carmen Cabestany, una de las mayores expertas en la lucha contra el bullying, nos da las claves para erradicar esta lacra social, a la vez que denuncia los errores que se están cometiendo.

Esta obra es el resultado de sus veintisiete años de docencia y de doce más en la directiva de la Asociación NACE (No Al Acoso Escolar). Es también un homenaje de la autora a todos los niños que han pasado por su vida. Ellos le han enseñado la realidad oculta del maltrato en las aulas, lo que no está en los manuales que todo el mundo lee.

Un testimonio valiente y objetivo, basado en la experiencia de los muchos casos que la autora ha tenido que atender y con ejemplos reales de situaciones vividas.

# LIBROS CÚPULA

*«El acoso escolar, por desgracia, existe y causa mucho daño a quien lo sufre. A veces, de por vida... Es un deber moral y social acabar con él, pero este objetivo es tarea imposible si no mostramos la realidad tal y como es»*



En el bullying o acoso escolar hay muchos protagonistas y todos viven entre nosotros. **Víctimas, victimarios y observadores están insertos en diferentes ámbitos** (familiar, escolar, sanitario...) y **solo desde la colaboración entre esos ámbitos y desde el trabajo bien hecho se puede terminar con este estigma.**

La autora, **Carmen Cabestany**, no solo **expone y comparte, sin tapujos ni florituras, situaciones que ha vivido en primera persona** desde su ejercicio como docente, sino que también llama a filas a cada uno de los lectores que se embarcan en estas páginas. Nos hace comprender que **el acoso escolar es un problema compartido**, en el que **todos tenemos en nuestras manos parte de la responsabilidad y parte de la solución. Todos podemos hacer algo y solo mediante este esfuerzo conjunto y coordinado podremos reducir y prevenir cada vez más este tipo de situaciones** que son, sin duda, una lacra que nos impide hablar de progreso y sí, no obstante, de fracaso como sociedad.

## **SÍ ES PARA TANTO: EL BULLYING, EN CIFRAS**

Se estima que aproximadamente **dos millones de menores en toda España sufren acoso escolar o bullying**. Esta cifra es sobrecogedora.

De esos dos millones de víctimas, **entre cien mil y doscientos mil, aproximadamente, sufren un acoso de alta intensidad.**

## **¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DE BULLYING?**

El acoso escolar o bullying es **un maltrato entre iguales, reiterado en el tiempo**, con intención de hacer daño por parte de quien agrede e indefensión por parte de la víctima. Es decir, hay **un desequilibrio de fuerzas y, por tanto, un abuso de poder.**

Esta es la definición convencional, pero, algunas veces, hay excepciones. Por ejemplo, **aunque, en principio, para que sea acoso tiene que haber reiteración, debemos matizar**

# LIBROS CÚPULA

que un solo acto, si se prueba brutal, cruel o humillante, puede ser considerado como tal. Asimismo, pese a que he dicho, y es verdad, que la víctima no suele tener capacidad para defenderse, **en ocasiones, tenemos una «víctima activa» que sí intenta defenderse**, aunque fracasa; o, incluso, una víctima que de inicio no se defiende, pero que, en un momento dado, sí se rebota frente a sus agresores.

## NOS INCUMBE A TODOS

**Todos nos encontramos en una «balanza imaginaria» que tiene, en un extremo, a la víctima; en el otro, al victimario; y en el centro, a un montón de agentes y observadores** (alumnos, profesores, padres, directores, inspectores, médicos, psicólogos, técnicos, policías, periodistas...) **que, en algún momento, han de decidir dónde se posicionan.** Si se ponen al lado de la víctima y actúan correctamente, el acoso escolar se frenará. Si se ponen al lado del victimario, el bullying continuará y, con toda probabilidad, irá en aumento. Y si quieren permanecer «neutrales» en el centro de la balanza, condenarán a la víctima; es más, su silencio e inacción los convertirá en cómplices, en colaboradores necesarios del maltrato.

**La autora, en este libro, trata de abarcar a todos los sectores sociales implicados**, explica por qué lo están y cómo pueden verse afectados en un caso de acoso escolar.

## NADIA, UN CASO QUE SIRVE DE EJEMPLO

Nadia **tenía catorce años, cursaba 2.º de Secundaria y llevaba un año y medio sufriendo acoso escolar.** La madre, desesperada, ya no sabía qué hacer. Me contó que se metían con ella, la humillaban, le decían que era una bola de sebo, la llamaban «Chips Ahoy» y, como si no fuera suficiente, también la insultaban a través de las redes sociales. Así un día tras otro, sin parar... Como es lógico, Nadia no aguantaba más esta situación, por lo que, cada vez que su madre le decía que tenía que ir al instituto, ella le contestaba que, **si la obligaba a ir, se tiraría por la ventana.** Lo cual ponía a Lucía en una situación límite. Por un lado, si su hija dejaba de ir al instituto, los Servicios Sociales se le echarían encima y le podrían retirar su custodia. Por otro, si la forzaba a ir, Nadia podía cumplir su amenaza y tirarse por la ventana. ¿Qué hacer? ¿Y si su hija cumplía su palabra y de verdad se suicidaba?

El caso de Nadia reúne el ejemplo de **complicidades varias en el entorno e irregularidades en las actuaciones por parte de instituciones involucradas** en su caso: un padre que no da credibilidad a estas situaciones o que las minimiza, unos compañeros de clase que, con su silencio, contribuyen a que el acoso siga sucediendo, unos profesores que no intervienen, la Policía, que no sigue los pasos más ortodoxos, unos inspectores que carecen de empatía, los Servicios Sociales, que añaden, en su incompetencia, una forma de maltrato a la familia en su gestión del caso... **A menudo, los agentes que tienen que intervenir para ayudar a encontrar una solución, no solo no lo hacen, sino que suman toda una serie de daños colaterales.**

# LIBROS CÚPULA

*Parcialidad, revictimización, errores de atribución... Focalizar sobre la víctima en vez de sancionar a los victimarios es uno de los errores más comunes en el manejo institucional de estas situaciones*

## TRADUCTOR: LO QUE SE DICE VS. LO QUE SIGNIFICA



***Está exagerando*** = Los niños no exageran, al contrario, cuentan la mitad de la mitad por vergüenza, por miedo o por no hacerles daño a sus progenitores.

***Es demasiado tímido, sensible, raro...*** = Centrarse en las características de la víctima para justificar el maltrato es injusto, es una revictimización y es tanto como decir que se lo merece.

***Es un hecho puntual*** = Así lo suelen ver los profesores, pero lo que sucede en realidad es que ellos lo han visto puntualmente y desconocen que ha habido una larga lista de agresiones.

***Lo estáis sobreprotegiendo*** = Es una de las excusas que suelen dar los colegios para culpabilizar a la familia. Intentar evitar que los niños sean maltratados no es sobreprotegerlos, es protegerlos, es velar por ellos y cumplir con la responsabilidad que los padres tienen como tutores legales.

***Ya se cansarán*** = No se cansan, al contrario, se envalentonan. Si nadie actúa, lo más probable es que el acoso aumente y vaya escalando hasta llegar a situaciones muy graves.

***El agresor tiene problemas*** = Es posible. Por eso también merece ayuda. Pero sus problemas nunca pueden ser una justificación para agredir a un compañero. Ayuda al agresor sí, consecuencias también.

**En la comunidad educativa, conformada por alumnos, profesores, padres, direcciones y órganos de los centros escolares y la Administración educativa, suele imperar la LEY DEL SILENCIO. En general, hoy día, aún desconocen la envergadura del acoso escolar**



# LIBROS CÚPULA

## SIN PÚBLICO, NO HAY ACOSO

En los colegios sigue estando «mal visto hablar de bullying»; por ende, no se habla de sufrimiento, de secuelas de por vida, de suicidio, de empatía, de compasión, de solidaridad, de responsabilidad, de justicia... Es decir, no se habla de cómo los alumnos deben posicionarse frente al maltrato y no se les explica algo fundamental: que ellos son los ojos, la nariz y los oídos del acoso (lo ven, lo oyen y lo «huelen»), pero no son la boca ni las manos (no dicen nada ni actúan contra él). Ellos son el público que necesita el agresor para sentirse bien; sin ellos, no habría bullying porque ese maltratador no encontraría placer en maltratar si nadie observara ese maltrato.



Ante un caso de maltrato, los chavales pueden optar por: sumarse abiertamente al agresor o agresores y participar en sus vilezas; no participar directamente, pero jalearse, animar y alentar al maltratador; permanecer impassibles, instalándose en una aparente «neutralidad», o posicionarse al lado de la víctima informando a los profesores o a los padres.

Desgraciadamente, los que ayudan a la víctima suelen ser muy pocos, ya que eso supone situarse, abiertamente, frente al agresor. Cuando este ve que alguien va a ayudar a quien sufre, le amenaza con utilizar la violencia contra él, con ridiculizarle, con excluirle del grupo e, incluso, ¡con hacer más daño aún a la víctima si esta recibe su ayuda!

## PADRES VS MADRES ANTE EL ACOSO: DIFERENCIAS



Cuando se produce un caso, la familia de la víctima se ve afectada en muchos aspectos y en todos sus miembros. Primero, viene el desconcierto, luego, la duda sobre cómo actuar, después, los nervios, la ansiedad, la desesperación ante el sufrimiento del hijo, o del hermano, o del nieto... A veces, la situación se agrava porque hay desacuerdo entre los padres: uno quiere actuar y el otro no. En ocasiones, el padre relativiza, no concede importancia al tema, mira para otro lado, dice que lo que tiene que hacer su hijo, sobre todo si es varón, es defenderse... En suma, practica la política del avestruz, esconder la cabeza debajo del ala. La madre, en cambio, suele ser más proactiva y busca una solución. El problema es que ella no solo tiene que lidiar con la situación de su hijo, sino también con la inacción del padre. Si bien hay algunos casos en los que se da esta situación a la inversa, lo cierto es que no son muy frecuentes.

# LIBROS CÚPULA

## DISCAPACITADOS EMOCIONALES NO PUEDEN SER PROFESORES

Respecto a las **habilidades socioemocionales del profesorado**, es urgente que se consideren como un **requisito a la hora de acceder a la docencia**. Los niños son «material sensible» y los profesores deben reunir las condiciones adecuadas para acompañarlos con garantías durante su estancia en la escuela. Por tanto, hay que **modificar YA el sistema de acceso para que solo ejerza como docente quien esté plenamente capacitado** (es evidente que no me estoy refiriendo a saberse los ochenta temas que hay que aprender para ser funcionario público).

Muchos colegios, en su afán de esconder los casos de acoso escolar que puedan tener, no solo dejan en indefensión a la víctima, que es lo más grave y constituye una revictimización y un nuevo maltrato, sino que desatienden los ruegos de la familia cuando va a solicitar protección para su hijo.

«Voy a comentar un caso real y muy revelador. Se trata de una madre que le dice al responsable de un Equipo de Asesoramiento Psicopedagógico que teme que su hija acabe igual que una chiquita que se había suicidado por acoso escolar en el mismo barrio, a lo que él responde sin empacho: **«Bueno, señora, ya sabemos todos que nacemos para morir»**. Nunca una frase encerró tanta brutalidad, tanta falta de sentimientos y de empatía. **¡No puede ser que alguien tan deshumanizado esté tratando con niños!»**

**Los niños deben ser protegidos por toda la sociedad, pero, sobre todo, por la familia y por el colegio**

## ACUDIR A LA POLICÍA: OTRO PERIPLO

La Policía, como los profesores, **tampoco recibe una formación específica para abordar este tipo de situaciones**, aunque **sí tienen protocolos de actuación**. Recuerdo un caso en que los Mossos d'Esquadra de una ciudad pequeña, ante un caso de acoso escolar grave (traumatismo craneal y facial, vejaciones e insultos intolerables) en una estudiante de dieciocho años, y cuyos agresores sí eran mayores de catorce —por lo tanto, imputables— y sí habrían cometido un delito, primero disuadieron a la víctima de denunciar para, a posteriori, ¡pretender hacer un careo entre víctima y agresores! Ya no es solo que no apliquen correctamente el protocolo de actuación, es la **falta de formación en salud mental y en atención a las víctimas de maltrato**.

**NUNCA se debe enfrentar a una víctima con su agresor, no solo por lo perjudicial que es para la propia víctima (miedo a contar la verdad delante de su agresor, vergüenza, etcétera), sino porque parece que se banaliza la situación, como si algo tan grave pudiera solucionarse con un apretón de manos entre los implicados**

# LIBROS CÚPULA

## DECÁLOGO DE NACE PARA ERRADICAR EL ACOSO ESCOLAR

- 1.** Visibilizar el acoso escolar en los centros educativos, porque lo que no se nombra no existe.
- 2.** Recoger el tema del bullying en el PEC (Plan Educativo de Centro), como uno de sus ejes principales, y en el PAT (Plan de Acción Tutorial) para que el tema se aborde en las tutorías.
- 3.** Incorporar la educación emocional desde la etapa de Infantil y trabajar las emociones en situación y no de forma teórica.
- 4.** Obligar a todos los colegios a tener un Plan de Prevención del acoso escolar efectivo.
- 5.** Concienciar y formar al profesorado de manera adecuada y amplia sobre el tema, incluyendo el bullying en los planes de estudios de Magisterio, Pedagogía y Psicología, y también en la formación permanente.
- 6.** Informar a los padres para que sean capaces de detectar un posible caso de maltrato en sus hijos (como víctimas o como victimarios) y para que puedan actuar correctamente y con rapidez.
- 7.** Ante un posible caso de acoso escolar, aplicar el protocolo con rigor y transparencia, y con la participación de agentes externos, porque el centro no puede ser juez y parte en el asunto.
- 8.** Promover campañas amplias de sensibilización contra el bullying.
- 9.** Implicar a todos los agentes sociales (medios de comunicación, Judicatura, Administración, asociaciones, clubs, etcétera) en la lucha contra el acoso escolar, porque erradicarlo es cosa de todos.
- 10.** Fomentar la transparencia para conocer las cifras reales del acoso escolar en España (cuántas víctimas hay, cuántas de ellas tienen que cambiar de centro, cuántos protocolos se abren y con qué resultado se cierran, cuántos casos de suicidio obedecen a maltrato en las aulas, qué incidencia tiene el acoso escolar en las patologías psiquiátricas...).





# LIBROS CÚPULA



## SOBRE LA AUTORA: CARMEN CABESTANY

Es profesora y Presidenta de la **Asociación No al Acoso Escolar**. Atesora 27 años de trayectoria profesional como profesora de Lengua y Literatura Españolas y de Francés, y es la creadora de un novedoso Plan de Tutoría Holística. Ofrece charlas sobre Educación Holística a profesionales de la educación y es formadora de profesores en **Técnicas Contra el Acoso Escolar**.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS DEL LIBRO

### *INTRODUCCIÓN*

- Capítulo 1 Un caso como punto de partida
- Capítulo 2 La comunidad educativa
- Capítulo 3 Los políticos y sus intereses
- Capítulo 4 Las fuerzas de seguridad
- Capítulo 5 La Justicia
- Capítulo 6 El ámbito sanitario
- Capítulo 7 Los medios de comunicación
- Capítulo 8 El ámbito deportivo
- Capítulo 9 El mundo artístico
- Capítulo 10 El mundo empresarial
- Capítulo 11 Las asociaciones
- Capítulo 12 Las consecuencias
- Capítulo 13 La solución

### *EPÍLOGO*

### *BIBLIOGRAFÍA*



**Recuerda que una piedrecita en un estanque es capaz de crear muchas onditas que pueden llegar muy lejos. Recuerda que cada niño que sufre puede ser el tuyo, o el mío, y en cierto modo lo es. Recuerda que ellos son los ciudadanos del futuro y serán lo que serán en función, sobre todo, de cómo haya sido su infancia y del acompañamiento que hayan recibido, o no, por parte de los adultos: de todos y cada uno de nosotros.**

# LIBROS CÚPULA

## EL BULLYING ES COSA DE TODOS

**Carmen Cabestany**

Libros Cúpula, 2023

15 x 23 cm.

208 páginas

Rústica con solapas

PVP c/IVA: 16,95 €

A la venta desde el 26 de abril de 2023



### **Para más información a prensa y entrevistas:**

Lola Escudero. Directora de Comunicación Libros Cúpula

Tel: 619 212 722

[lescudero@planeta.es](mailto:lescudero@planeta.es)

