

Cómo ayudarles a establecer relaciones de amistad basadas en el respeto mutuo.

Para prevenir el acoso, basado en el dominio y la sumisión, conviene promover su alternativa más adecuada y sostenible: las relaciones de amistad basadas en el respeto mutuo y la igualdad. Para las cuales conviene aprender una serie de habilidades que protegen del riesgo de ser elegido como víctima y del riesgo de acosar a los demás.

Con los adultos se produce el primer tipo de relación social como consecuencia del cual se adquiere la seguridad o inseguridad básica. Los iguales comienzan a influir en el desarrollo un poco después y a través de las complejas relaciones que el niño establece en dicho contexto, adquiere las habilidades sociales más sofisticadas, necesarias, por ejemplo, para compararse y diferenciarse de los demás, cooperar, competir, intercambiar, negociar o defenderse. En estas relaciones se produce el aprendizaje de un importante principio social que difícilmente puede enseñar la familia: la estrecha reciprocidad que caracteriza a la mayoría de las relaciones sociales, según la cual, por ejemplo, para que te den tú también tienes que dar.

“El niño aislado se caracteriza por no ser aceptado ni rechazado, sino ignorado por sus compañeros, entre los que pasa desapercibido”

Los estudios realizados para averiguar qué características distinguen a los/as escolares más aceptados por sus compañeros demuestran que éstos tienden a elegir a aquellos que les permiten ejercer temporalmente el control de la relación, intercambiar el estatus o mantener un estatus similar (sin dominio ni sumisión); lo cual resulta congruente con la naturaleza de las relaciones entre compañeros y las convierte en la mejor oportunidad para aprender a negociar y colaborar.

Habilidades para la amistad

Los estudios realizados en escuelas de primaria reflejan como principales habilidades para establecer relaciones de amistad basadas en el respeto mutuo, las cuatro siguientes:

■ **Llevarse bien al mismo tiempo con adultos y con iguales.** Los niños más aceptados por sus compañeros se diferencian de los rechazados por ocupar una posición positiva en el sistema escolar; logrando hacer compatible su relación con tareas y profesores con la solidaridad hacia sus compañeros. El niño con capacidad para tener al mismo tiempo éxito y amigos suele participar con frecuencia y eficacia en las tareas propuestas por el profesor y recibir su reconocimiento pero dentro de ciertos límites, sin que esta atención sea buscada por el niño ni manifestar ansiedad por conseguirla.

❏ *Colaborar e intercambiar el estatus.* La relativa ambigüedad del estatus que caracteriza a las relaciones simétricas (entre iguales) hace que una gran parte de las conductas que entre ellos se producen estén destinadas a negociar los papeles asimétricos (quién controla o dirige a quién en cada momento). El periodo evolutivo que va de los 6 a los 8 años es de máxima sensibilidad para adquirir las estrategias sociales de negociación e intercambio entre iguales. Durante estas edades, los niños suelen aprender a colaborar en tareas con otros niños, aumentando su tendencia a dirigirse de forma preferente a sus amigos, no llamar la atención sobre sí mismos sino

sobre la tarea grupal, no ofrecer información sin que un compañero se la haya pedido, e intercambiar los papeles de dar y pedir información. Desde estas edades se observa que los niños a los que sus compañeros piden más información (dándoles un estatus superior) son también los niños a los que más información les dan (que dan a los demás un estatus superior). En este mismo sentido, cuando se pregunta a los niños si ellos pueden enseñar algo a otro niño suelen mencionar a sus amigos, los mismos a los que hacen referencia cuando se les pregunta después si algún niño puede enseñarles a ellos algo, reflejando así que entre iguales sólo suele permitirse a otro que ocupe un estatus superior si él también lo concede. Los niños que tratan continuamente de controlar, de dirigir a otros niños, suelen ser rechazados por sus iguales. Cuando se pregunta a los compañeros por qué no quieren estar con ellos suelen decir que "porque son unos mandones", "porque siempre hay que hacer lo



que ellos dicen"... Cuando se observa a estos niños se comprueba que efectivamente suelen tener dificultades para colaborar, no piden información a sus compañeros y tratan con frecuencia de llamar la atención sobre sí mismos. Es importante tener en cuenta que la capacidad para colaborar intercambiando los papeles de quién manda y quién obedece se adquiere sobre todo entre compañeros que se consideran mutuamente amigos. De ahí la importancia que tiene conseguir que todos los niños tengan al menos un buen amigo entre sus compañeros, con el que desarrollar estas importantes habilidades sociales. Cuando

un niño muy aceptado adquiere el estatus de líder dentro del grupo, el esquema descrito cambia, puesto que se le permite dirigir a los demás sin tener que intercambiar el estatus de forma continua como sucedía antes de conseguir

dicho liderazgo.

❏ *Expresar aceptación: el papel de la simpatía.* Los niños más aceptados por sus compañeros de clase se diferencian de los niños rechazados por ser mucho más sensibles a las iniciativas de los otros niños, aceptar lo que otros proponen y conseguir así que los demás les acepten. Cuando se observan las relaciones entre iguales en los primeros cursos de primaria se comprueba que la conducta que un niño dirige a sus compañeros está muy relacionada con la que recibe de ellos. Los niños que más animan, elogian, atienden y aceptan, suelen ser los que más elogios, atención y aceptación reciben. Esta simpatía recíproca hace que al niño le guste estar con sus compañeros y encuentre en esta relación oportunidades de gran calidad para desarrollar su inteligencia

social y emocional. Por el contrario, los niños que son rechazados por sus compañeros suelen expresar con frecuencia conductas negativas hacia ellos (agresiones físicas o verbales, disputas, críticas...) y recibir conductas similares de los otros niños. Esta antipatía recíproca suele provocar una escalada que hace que las conductas negativas aumenten con el paso del tiempo.

4 *Repartir el protagonismo y la atención.* Uno de los bienes más valorados en las situaciones sociales es la atención de los demás. Comprenderlo y aprender a repartirla sin tratar de acapararla de forma excesiva (como hacen los niños que resultan pesados y por eso rechazados), ni pasar desapercibido (como sucede con los niños aislados), es una de las más sutiles habilidades sociales. La capacidad de un niño para adaptarse a las situaciones grupales suele evaluarse observando cómo trata de entrar en un grupo ya formado. Los estudios realizados sobre esta capacidad reflejan que los niños más aceptados por sus compañeros suelen adaptar su comportamiento a lo que el grupo está haciendo sin tratar de acaparar la atención de los demás ni interferir con lo que hacen, comunicándose con ellos de forma clara y oportuna. Los niños que suelen ser rechazados, por el contrario, manifiestan menos interés hacia los otros niños, suelen hacer comentarios irrelevantes, expresan frecuentemente desacuerdo, suelen ser ignorados por el grupo, e intentan llamar la atención sobre sí mismos. Por eso, los problemas de los niños rechazados por sus compañeros pueden volver a producirse cuando van a un nuevo grupo. Para superar estos problemas suele ser necesario ayudar a que estos niños adquieran las habilidades sociales necesarias para hacerse amigos.



La observación de las interacciones entre iguales en el juego o en tareas cooperativas puede permitir detectar problemas de relación en los que convenga intervenir, ayudando a los niños y niñas que lo necesiten a adquirir las habilidades o valores que les ayuden a establecer relaciones de amistad basadas en el respeto mutuo. También pueden evaluarse las estrategias que conoce cada niño preguntándole cómo pueden resolverse diversas situaciones conflictivas (como hacerse amigos al llegar a un colegio nuevo, convencer para un juego, recuperar un objeto...). De esta forma se ha encontrado que las estrategias que proponen los niños más aceptados por sus compañeros suelen reflejar un conocimiento mayor de la peculiaridad de estas relaciones, suponen mejores consecuencias para todos los niños implicados y permiten resolver con más eficacia el conflicto por el que se pregunta. Los niños con dificultades para establecer relaciones de amistad suelen proponer, por el contrario, estrategias más simples y directas, de carácter más negativo y menos eficaces para alcanzar el objetivo propuesto.

El aislamiento y el rechazo

Desde los primeros cursos de primaria pueden detectarse dos situaciones que conviene prevenir para mejorar la calidad de la vida en la escuela y evitar problemas posteriores:

la de los niños que son rechazados por los compañeros y la de los niños aislados. Ambos suelen carecer, y necesitan por tanto aprender, de las cuatro habilidades para hacerse amigos que se han descrito antes. Existen, sin embargo, entre ellos importantes diferencias que conviene tener en cuenta.

La conducta de los niños rechazados suele ser muy visible y a veces disruptiva tanto para el profesor como para los compañeros; y surge a menudo por la fuerte necesidad que estos niños tienen de llamar la atención, por la ansiedad hacia las oportunidades de protagonismo que tienen sus compañeros, no saber conseguir esta atención de forma positiva, y la tendencia a conseguirla creando problemas (molestando, agrediendo, saltándose las normas, interrumpiendo...). Para ayudarle a salir de esta situación es preciso proporcionar al niño que se encuentra en ella oportunidades positivas para conseguir la atención de los demás, ayudándole a diferenciarla de la que obtiene cuando crea problemas y a no necesitar esta última.

“La conducta de los niños rechazados suele ser muy visible y a veces disruptiva tanto para el profesor como para los compañeros”

El niño aislado se caracteriza por no ser aceptado ni rechazado, sino ignorado por sus compañeros, entre los que pasa desapercibido. Está como fuera de lugar, al margen de lo que hacen sus compañeros, a los que parece evitar. Suele manifestar miedo y ansiedad al permanecer inmóvil, en silencio, mover los pies con nerviosismo y evitar el contacto con sus iguales. Estas conductas son similares a las de cualquier niño de tres a cinco años que lleva poco

tiempo en una escuela infantil, y reflejan el miedo que le produce una situación nueva a la que va adaptándose gradualmente. Por eso, sólo pueden considerarse como señal de aislamiento cuando el niño lleva con el mismo grupo cierto tiempo (más de tres meses como mínimo). Para ayudar a superarlo conviene darle confianza, promover activamente que comience a relacionarse con otros niños y manifestar reconocimiento cuando lo haga. Al principio puede resultar necesario reducir la dificultad de la situación para incrementar su seguridad, favoreciendo que comience a jugar con otro niño más pequeño o promoviendo activamente su participación en un juego en el que el papel del niño aislado quede muy claro y sea fácil de asumir.

Enseñar habilidades sociales

Para prevenir situaciones de acoso, conviene proporcionar oportunidades suficientes desde los primeros cursos de primaria para que todos los niños y niñas aprendan habilidades sociales que les permitan: 1) llevarse bien al mismo tiempo con profesores y con iguales; 2) colaborar e intercambiar las diferencias de estatus; 3) ser simpáticos, expresar aceptación hacia sus compañeros y reducir la expresión de rechazo; 4) y adaptarse a la peculiaridad de las situaciones grupales, sin tratar de acaparar todo el protagonismo ni pasar desapercibidos.

La enseñanza de estas habilidades puede realizarse ayudando, en primer lugar, a descubrir su influencia, estimulando el proceso de adopción de perspectivas en función del cual se desarrolla la comprensión del mundo social y emocional. Para ello puede preguntarse a un niño/a, por ejemplo, si a él/ella le gusta que otro niño/a acapare toda la atención del grupo y, después, si cree que a otro

niño/a le gustaría que él/ella tratase de llamar siempre la atención. Para pasar al final a formular el principio general sobre la necesidad de distribuir el protagonismo en función de la necesidad que todos tenemos de ser protagonistas.

La adquisición de habilidades nuevas exige proporcionar también oportunidades para practicarlas y enseñar a evaluar con precisión los resultados obtenidos, aprendiendo a valorar los progresos por pe-

queños que sean. Este optimismo inteligente consiste en una atención selectiva hacia los aspectos más alentadores de la realidad que no impida percibirla con precisión. Puede enseñarse ayudando a considerar las situaciones en las no se obtienen los resultados deseados como problemas a resolver, más que como fracasos, concentrando la atención del niño en qué puede hacer él para superar dichas dificultades y ayudándole a conseguirlo.