

CON EL BULLYING NO SE JUEGA

GUÍA PARA LA PREVENCIÓN, DETECCIÓN E INTERVENCIÓN
DEL BULLYING EN EL DEPORTE



¿QUÉ ES EL BULLYING Y EL CIBERBULLYING?

El acoso entre iguales (bullying) se define como un conjunto de comportamientos que llevan a cabo una o más personas (agresores/as) sobre otra persona (víctima) con intencionalidad de hacerle daño, que se realiza de forma repetida a lo largo del tiempo, y que supone un desequilibrio de poder o fuerza entre los implicados/as (agresor/a-víctima).

Existen diferentes tipologías de bullying: el bullying físico (dar empujones, golpear, dañar objetos personales, esconderlos, etc.), el bullying verbal (insultar, burlarse, poner apodos, etc.) y el bullying social o relacional (excluir del grupo, no dejar participar, ignorar, etc.).

En los últimos años, con el creciente uso de las tecnologías de la información y de la comunicación, ha aparecido el cyberbullying. El cyberbullying incluye acciones como grabar vídeos, hacer fotos y publicarlo en Internet sin el consentimiento de la víctima, escribir y difundir mensajes amenazadores, insultar o hacer burla mediante redes sociales, etc.

El bullying y el cyberbullying no solo lo podemos encontrar en la escuela o en el instituto, sino que también está presente en el contexto deportivo.



¿CUÁLES SON LOS ROLES EN UNA SITUACIÓN DE BULLYING?

Víctima: experimenta la situación de bullying.

Agresor/a: lleva a cabo la agresión hacia la víctima.

Espectadores/as: observan las interacciones de acoso entre víctima y agresor/a.

EL PAPEL QUE ADOPTEN LOS ESPECTADORES Y LAS ESPECTADORAS SERÁ MUY IMPORTANTE PARA MANTENER O ANULAR LA SITUACIÓN DE BULLYING



¿DÓNDE, CUÁNDO Y CÓMO SE PUEDE DAR UNA SITUACIÓN DE BULLYING EN EL DEPORTE?

El bullying se lleva a cabo en espacios y en momentos donde hay poca presencia de una persona adulta. Uno de los espacios donde se producen más situaciones de bullying es en el vestidor, aunque también puede darse en otros espacios, como en el propio terreno deportivo.

El agresor/a puede crear un clima donde prevalezca la ley del silencio. Por este motivo, en muchas ocasiones los entrenadores y las entrenadoras y/o las familias desconocen la situación. Se enteran cuando el problema es mucho más grave o cuando el niño, niña o adolescente decide abandonar el deporte.



¿CÓMO PODEMOS PREVENIR EL BULLYING EN EL DEPORTE?

CERO TOLERANCIA A LA VIOLENCIA

Se debe elaborar y difundir una normativa y unos códigos de conducta específicos que garanticen un entorno libre de violencias.

SENSIBILIZACIÓN SOBRE LA PROBLEMÁTICA

Es necesario dinamizar estrategias de sensibilización y conocimiento sobre qué es el bullying y las posibles consecuencias que puede suponer sobre la salud de la víctima (ansiedad, depresión, etc.).

CREACIÓN DE AMBIENTES POSITIVOS

Trabajar de forma cooperativa, crear lazos comunicativos y ayudarse entre todas las personas que forman la organización comportará un entorno positivo de práctica deportiva.

EL RENDIMIENTO DEPORTIVO NO LO ES TODO

Los entrenadores y las entrenadoras, las familias y las personas responsables de la organización deportiva deben valorar aspectos que vayan más allá del rendimiento deportivo.



¿CÓMO PODEMOS DETECTAR EL BULLYING EN EL DEPORTE?

Las familias, los entrenadores y las entrenadoras, y las personas responsables de la organización deportiva deben conocer los indicios o signos que puede presentar el niño, niña o adolescente deportista víctima de bullying.

ALGUNOS DE ESTOS SIGNOS SON:

- ✓ Presentar lesiones, golpes, moratones, heridas, etc. inexplicables o injustificables.
- ✓ Tener cambios repentinos en el estado de ánimo.
- ✓ Perder objetos o volver a casa con las pertenencias dañadas.
- ✓ Presentar alteraciones psicosomáticas (por ejemplo, no tener hambre, trastornos del sueño, etc.).
- ✓ Tener una actitud de hipervigilancia.
- ✓ Bajar el rendimiento deportivo y/o escolar.
- ✓ Tender a aislarse y querer estar solo/a.
- ✓ Perder el interés por los entrenamientos y/o competiciones.
- ✓ Mostrar poca autoconfianza.



¿QUÉ HACEMOS SI SOSPECHAMOS DE UN CASO DE BULLYING EN EL DEPORTE?

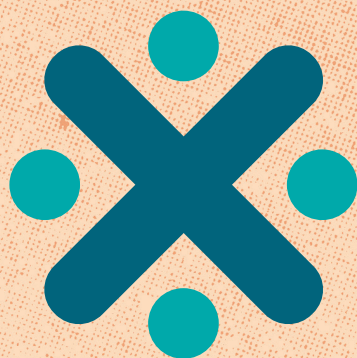
Des de la organización deportiva se deben crear y potenciar canales de comunicación para facilitar la denuncia de una posible situación de bullying. Por ejemplo: hacer reuniones periódicas individuales con los y las deportistas, hacer uso de buzones virtuales, de aplicaciones específicas, etc.

Es necesaria también la creación de una figura de delegado o delegada de protección para garantizar el bienestar de los niños, niñas y adolescentes en la entidad.

Se tiene que disponer a la vez, de un protocolo de actuación para la prevención, detección e intervención delante de una sospecha de bullying.

Este protocolo tiene que ser conocido por parte de toda la comunidad deportiva (familias, deportistas, entrenadores y entrenadoras, personas responsables de la organización deportiva, etc.).





RED BULLYING Y DEPORTE

RED ByD:



INEFC
Institut Nacional
d'Educació Física
de Catalunya
Barcelona



UAB
Universitat Autònoma
de Barcelona

**Universitat
de Girona**

UVIC

UNIVERSITAT DE VIC
UNIVERSITAT CENTRAL
DE CATALUNYA



UNIVERSIDAD
DE
CÓRDOBA



U LISBOA

UNIVERSIDADE
DE LISBOA



**Universidade
Europeia**



**BARÇA
FOUNDATION**

wats

★ sport
with
values

RED financiada [35/UPB/21] por:



**Consejo
Superior
de Deportes**

MATERIAL ELABORADO POR: RED BYD Y XÈNIA RÍOS

DIRECCIÓN DE ARTE Y DISEÑO: LÍDIA SARDÀ. ILUSTRACIONES: XAVI MULA

