2. La ayuda entre iguales y el acoso escolar

La ayuda entre iguales, no sólo es un poderoso recurso para prevenir y actuar ante las situaciones de acoso escolar, sino que constituyen un escenario en que construir y vivenciar valores de convivencia democrática, que van totalmente en contra de las situaciones de abuso y dominación. Además, se promueve la creación de estos valores, tanto entre las personas que reciben la ayuda, como entre quienes la realizan y quienes la observan. Por lo tanto, los sistemas de ayuda entre iguales combaten, desde la raíz, la naturaleza de fenómenos como el acoso escolar, porque se opone a sus premisas. Además de ello, provee de herramientas de apoyo (acompañamiento, compañía, defensa, comunicación, empatía...) que ayudan a afrontar y superar el acoso a quienes lo sufren.

El sistema educativo debe facilitar la creación y práctica de los valores que configuran una convivencia positiva y puede hacerlo de forma organizada, mediante la supervisión y la guía de las personas adultas que diseñan y verifican estas situaciones.

Valores y contravalores



Imagen 4. Tú eliges qué valores educar. Creación propia. Licencia CC BY-ND

Copyright 2026

José Mª Avilés y Natividad Alonso [1] analizan los valores de la ayuda y los contravalores que sustentan el acoso, entre otras conductas contrarias a la convivencia y que presentan en la siguiente tabla:

Valores y contravalores de la ayuda y el acoso escolar. AVILÉS, COWIE y ALONSO (2019)

ALGUNOS VALORES DE LA AYUDA
Acogida, protección, cuidado

Copyright 2026

Empatía
Respeto, aceptación, inclusión
Confidencialidad
Escucha
Disponibilidad, compromiso

Copyright 2026

Positividad
Colaborar, dedicación
Hacer creer
Empoderar

Copyright 2026

Generosidad
Humildad
Sinceridad

Cuando se ayuda hay dos polos, el de quienes prestan la ayuda, y el de quienes la reciben. Igualmente, cuando se acosa también hay dos partes: quienes ejercen el acoso con sus intenciones y valores, y las víctimas, con sus miedos y posiciones

[1] AVILÉS, COWIE y ALONSO (2019) El valor de la ayuda. Barcelona. Horsori.

Copyright 2026

2.1. Los valores de la ayuda

- **Estar pendiente de las necesidades de otras personas.**

Para ayudar a hay que ser capaz de identificar las emociones y sentimientos de los demás, para entenderlos cognitiva y emocionalmente, darles valor e importancia y sentirse motivado para actuar acercándose al otro. La observación es el paso previo y esta capacidad de observar la tienen o la aprenden las personas que ayudan. Quien ayuda proyecta su intención de forma inmediata sobre quienes conviven con él. Está pendiente y dispone de habilidades para generar empatía y confianza.

- **El valor del cuidado.**

Aprender a cuidar a otros y a proporcionarles protección. Supone proporcionar entornos de bienestar y seguridad para quien se siente inseguro, amenazado o excluido. En quienes son ayudados, se despiertan valores de acogida y de protección, lo que implica que también deben dejarse ayudar y cuidar

- **Aceptación.**

Se aprende a aceptar a las demás personas, como son. La aceptación debe ser generosa y sin nada a cambio, si no, no es respetuosa. Quienes ayudan desinteresadamente, lo hacen sin esperar nada a cambio. Consideran como valor, la dignidad social de las personas y su derecho a tener relaciones sociales normalizadas.

- **Inclusión.**

Conseguir la inclusión de otras personas dentro de un grupo supone poner en juego los valores de posibilitar su bienestar en el grupo, especialmente de aquellas que menos encajan. Implica saber leer las situaciones sociales, conocer bien a los miembros del grupo, equilibrar los desfases, apoyar más a quienes menos brillan y atemperar más a los que tratan de dominar o destacar... en fin, valores de humildad, equilibrio y de solidaridad. Supone estar pendiente de las necesidades de todos y todas. Quienes ayudan dan valor a todos y todas.

- **Positividad.**

Capacidad para entusiasmar, para generar ilusión y atisbar salidas. Mirar hacia delante ante los problemas que se les presentan y despertar en las personas alternativas positivas y superadoras. Evalúan las dificultades, pero siempre miran en positivo hacia la salida.

Copyright 2026

- **Crítica constructiva.**

Supone sinceridad. No siempre son otros quienes tienen que actuar para resolver los problemas que tenemos. En ocasiones, somos nosotros quienes colaboramos en la generación de problemas o su mantenimiento, porque los provocamos o porque, con nuestra actitud, dejamos que crezcan. Ayudar a otros supone poseer el valor de saber decir las cosas de forma constructiva.

- **Escucha activa.**

Quien ayuda, escucha a quien tiene el problema, se pone en su lugar. Debe comprender y valorar la situación para dimensionarla y saber desde dónde generar alternativas. Es un valor comunicativo, pero también emocional. Es un valor muy apreciado entre quienes forman parte de los equipos de ayuda, y lo tienen. Es la llave que abre la puerta del corazón de quienes van a ser ayudados. Cuando se sienten escuchados, se sienten conectados, como un primer paso para lograr la ayuda que necesitan.

- **Compromiso.**

Está ligado al valor de la valentía. Ser capaces de promover en quienes son ayudados, el sentimiento de que no les vamos a fallar, que estaremos disponibles para lo que necesiten. Es importante que quienes ayudan comprendan cuáles son sus compromisos más importantes, por ejemplo: la confidencialidad.

- **Anticipación y consecuencias**.

Anticipar las consecuencias de las decisiones, antes de tomarlas, es una habilidad muy bien valorada en quienes tienen que ayudar a otras personas. No solo para aplicarla en ellos mismos y en sus acciones, sino para saber transmitirla a otros cuando están frente a distintas alternativas o caminos. Supone ponderar los pros y contras de cada una de las posibilidades.

- **Reconocimiento de los derechos del otro.**

Ayudar es una acción de justicia, porque se entiende que la otra persona sufre sin sentido ni derecho. Las personas que ayudan enseñan a las personas ayudadas a hacer uso de esos derechos que tienen y que nadie puede quebrar. Derecho a estar en paz, emocionalmente seguros, con una red social en la que sentirse aceptado y a tener ideas y conductas propias que respeten los derechos de los demás.

- **Respeto a la privacidad.**

Supone reconocer el derecho del otro a tener un espacio para él con intimidad y sin intrusividad. Valorar los espacios personales como lugares de respeto donde quienes ayudan son ajenos y

deben solicitar el permiso de la persona ayudada. Cuando ayudamos buscamos lo mejor para la otra persona, pero debe hacerse con su aceptación. Aquí quienes ayudan ponen en juego valores como la paciencia, la espera, la empatía y la comprensión.

- **Generosidad.**

Ayudar en sí mismo es un acto de generosidad porque se hace sin esperar nada a cambio y eso en sí mismo es un valor reconocible. Es generoso quien ayuda y provoca el agradecimiento como reacción natural en la persona ayudada. Cuando la ayuda permite avanzar en los casos de acoso, las víctimas reconocen estas acciones porque favorecen desbloquear situaciones que son graves para ellas.

- **Dedicación.**

La persona que ayuda dedica su tiempo al ejercicio de la ayuda porque cree que de esta forma mejorar la convivencia. Esta dedicación es valorada por la persona ayudada que denota el interés y la preocupación en las personas que ayudan. Cuando una víctima de acoso observa que quienes se acercan a ella a ayudarla le dedican su tiempo y recursos para resolver sus preocupaciones, entienden que les importa lo que le pasa.



Imagen 5. Educar en valores. Elaboración propia

2.2. Los contravalores

- **Exclusión**

Quienes agreden usan el maltrato social como herramienta para agredir a sus víctimas y para excluirlas de los grupos. Utilizan estrategias para apartarlas del grupo. Las excluyen para generarles daño y dolor y construir una red de aislamiento, que les prive de aceptación y reconocimiento social.

- **Discriminación**.

El acoso y quienes lo ejercen no reconocen ni respetan las diferencias. El respeto a las diferencias personales, culturales, religiosas, de orientación sexual, de deseos de interacción... es necesario para encontrar un lugar reconocido por el resto, sentirse incluidos, ser uno mismo y tener el respaldo y la imagen social que todos necesitamos en el grupo. Quienes agreden y acosan a sus compañeros lo hacen en un espacio público donde visualizan la discriminación por causas muy variadas.

- **Humillación**

A la víctima de acoso se le priva de su derecho a la defensa, porque el grupo la rebaja a niveles de deshumanización y falta de derechos, instalando como normalizada la falta de respeto. Se busca la humillación en sitios públicos, frente a otros observadores, lo que acrecienta mucho más el daño. La humillación tiene un perfil colectivo, como acto social agresivo.

- **Prejuicio**.

En el acoso es típico juzgar a las personas antes de conocerlas, o asignarles condiciones a partir de rasgos o características genérica. Se comete la injusticia de asignar características a personas que no lo merecen, siendo inmorales con ellas.

- **Irresponsabilidad**.

Sobre las víctimas del acoso se ejemplifica el contravalor de la irresponsabilidad, no ya solo por parte de quienes agreden, sino también y preferentemente, por parte de quienes se han acostumbrado a mirar hacia otro sitio sin intervenir. Estas personas incorporan la pasividad y la indiferencia como actitudes y contravalores.

- **No asunción de las propias acciones.**

En quienes agreden es común la exculpación. No son conscientes de sus propias acciones y de las consecuencias que provocan en las víctimas y en otras personas, o no las quieren asumir. Quienes agreden no tienen en cuenta el espacio del otro y sus derechos, y no ejercen una autorregulación que les impida actuar vulnerándolos. Quienes agreden a los iguales o no consideran las consecuencias de sus actos, o a pesar de ello mantienen la intención de dañar a sus compañeros.

Copyright 2026

- **Deshumanización.**

Quienes agreden consideran al otro (víctima) como desprovisto de valor, como digno de respeto. Las víctimas no son vistas como como merecedoras de la compasión, ni mucho menos, de la ayuda. Esto les hace considerarse menos culpables al ejecutar sus acciones. Es su forma de desconexión moral. Ven a la víctima como un objeto sobre el que se puede percutir sin miedo a la reacción y sin sentimientos de culpa o vergüenza social.



Imagen 6. Desconexión moral. Elaboración propia. Licencia CC BY-ND

- **Intrusividad**.

Quien agrede no respeta el espacio físico y personal de otras personas. Especialmente el de la víctima. Lo utiliza de forma que la invade en su espacio más íntimo y personal de forma brutal. Este es el caso víctimas del acoso homofóbico que, en ocasiones, se ven forzadas a exponer, responder y gestionar públicamente aspectos de su preferencia sexual que pertenecen a la privacidad de cada uno y nadie tiene derecho a invadir, cuestionar o ridiculizar. Se violenta la

intimidad y la privacidad de las personas de forma flagrante, imponiendo el contravalor de la ridiculización y el rechazo.

- **Falta de empatía.**

Hay una inhibición al cuidado de las personas más vulnerables por sus características personales y de interacción social. Aún más, se explotan las debilidades de estas personas como valor negativo que no se soporta en un contexto interactivo de dominio y competición. Quienes agreden no soportan la indefensión de las personas que no son capaces de hacer respetar sus derechos públicamente y las sitúan en una posición social de debilidad que condenan abiertamente.

- **Falta de respeto a los derechos del otro.**

En los acosadores o agresores existe una evidente falta de respeto por las otras personas. Esa violencia pública hacia ellos supone también influencia en quienes están mirando, que suelen desarrollar valores de indiferencia, silencio y pasotismo. Si no fuera por ese silencio, la falta de respeto hacia la víctima no sería posible o no duraría tanto tiempo, porque los testigos son muchos más en número y la mayoría de las veces también en fuerza.

El desarrollo de estrategias de ayuda de forma organizada se está implantando en las escuelas, no solo como una forma de mejorar la convivencia entre el alumnado, sino como una estrategia específica para trasmitir los valores que promociona para evitar el acoso o minimizar su impacto emocional en las víctimas.

Presentar la ayuda de forma organizada e intencional activa en las escuelas y en sus estructuras la puesta en marcha de esos valores conforme a un programa establecido (currículo) para todo el alumnado permite al profesorado diseñar estructuras que reciben formación y se encargan de trasmitir esa ayuda de forma institucional y reconocida en la escuela: los sistemas de ayuda entre iguales.

Estas estructuras permiten a la escuela trasladar la responsabilidad de ayudar a una parte de su población, de forma específica, al alumnado que protagoniza esas estructuras, que es seleccionado y formado a partir de materiales programados y diseñados con ese fin.

Tener o no tener estructuras de ayuda en el aula marca de forma cualitativa el clima de convivencia de la misma y la evolución de algunas de las dificultades que pueden surgir y que se manifiestan en ella.

Algunas evidencias hacen referencia a la influencia del clima de aula sobre el rendimiento escolar del alumnado. Es extensa la literatura sobre la significación de la ayuda entre iguales en el aprendizaje escolar y en la superación de dificultades en el aula (Grado, Notó y Avilés, 2018) y la importancia de la presencia de apoyo entre iguales cuando surgen problemas de tipo emocional que condicionan el bienestar y la salud social del alumnado.

Revision #1
Created 2025-02-24 11:16:47 CET by Equipo CA
Updated 2025-02-24 11:19:04 CET by Equipo CA