

Peter Randall

155

BULLYING ENTRE ADULTOS

Agresores y víctimas

Crecimiento personal
COLECCIÓN

Serendipit 

Desclée De Brouwer 

ÍNDICE

Prefacio	9
1. Bullying entre adultos: definición y circunstancias.....	13
2. El refuerzo positivo del bullying	49
3. Déspotas locales: el bullying en el vecindario	71
4. Bullying en el lugar de trabajo	91
5. Creación de la personalidad acosadora.....	137
6. Creación de la personalidad víctima	163
7. Comprometer a los empresarios contra el acoso laboral	191
8. Prevención y resolución del bullying en el lugar de trabajo.....	235
9. Prevención del bullying en la comunidad.....	267
Bibliografía	293

PREFACIO

El origen de este libro no debe buscarse tanto en el estudio académico de la agresión como en el descubrimiento sorprendente de que muchas víctimas adultas necesitan ayuda tan desesperadamente que están dispuestas a recurrir a una línea telefónica creada para atender a niños. Cuando mi colega Mike Donohue y yo pusimos en marcha un proyecto municipal para combatir el bullying¹

-
1. *Bullying* es un vocablo inglés que designa al acto de causar daño intencionalmente a otros, recurriendo a la violencia verbal, la agresión física u otros medios más sutiles de coerción tales como la manipulación. Se utiliza preferentemente, aunque no exclusivamente, para referirse al acoso en los colegios e institutos. No disponemos de un equivalente exacto en español, y lo más común es traducirlo por “acoso escolar”. En este libro, sin embargo, no resulta posible aplicar este expediente, ya que la intención del autor es justamente hacer extensivo el término a las relaciones entre adultos: resulta carente de sentido hablar del “acoso escolar entre adultos”, como es manifiesto. Otra traducción, tal vez la más exacta, sería “matonismo” (la conducta de quien quiere imponer su voluntad por la amenaza o el terror, según el DRAE). Con todo, hemos descartado esa opción por tratarse de un término desusado. La palabra “acoso” en general, sin adjetivar (escolar, sexual, laboral...), habría sido una buena candidata de no ser porque el autor del libro distingue entre *bullying* y *harassment*, que es el término que más apropiadamente se puede traducir por “acoso”, y establece una gradación entre ellos: el primero es más fuerte que el segundo, e incluye un componente de agresión o amenaza



e incluimos una línea telefónica como parte de sus servicios, nos sorprendió enormemente encontrar que una tercera parte de las llamadas eran de adultos que pedían ayuda para ellos mismos, porque estaban sufriendo acoso e intimidación.

Al escuchar sus casos, descubrimos que el bullying entre adultos constituye una realidad impactante, desconocida por la mayoría de la población. El bullying sigue viéndose como un problema para los niños en los colegios, y la mayoría de la gente ni siquiera sospecha el alcance, la gravedad y profundidad del dolor que genera entre los adultos todos los días y en casi todas partes. Los acosadores adultos son el azote del lugar de trabajo, los vecindarios y las familias, y crean entornos contaminados donde mengua la autoestima, se pierde la confianza y se impide el desarrollo de las capacidades. Las víctimas también experimentan una gran vergüenza por su incapacidad para controlar sus propias vidas una vez que han caído en las manos de acosadores más fuertes que ellos. Hasta que no comienzan a hablar con otras víctimas o con asesores que conozcan la especificidad del problema, no caen en la cuenta de que no están solos y de que hay una solución.

Este libro prepara el terreno para hallar estas soluciones, las mejores de las cuales consisten en estrategias preventivas, basadas en el conocimiento de la naturaleza del bullying entre adultos. Está escrito con el propósito principal de generar ese conocimiento, partiendo de una consideración de lo que es realmente el bullying entre adultos y continuando con un examen de cómo y por qué

física. A la vista de que el término inglés *bullying* es ya suficientemente conocido y utilizado tanto en la literatura especializada como en el periodismo, hemos optado, pues, por dejarlo sin traducir. No obstante, utilizaremos los derivados del término "acoso" ("acosador", etc.) para traducir los derivados del término *bullying*, así como el propio sustantivo "acoso" cuando no haya lugar a ambigüedad. [N. de T.]



algunas personas se convierten en acosadoras y otras se convierten en víctimas. Esto proporciona la base para una descripción del bullying entre adultos en los dos lugares en que principalmente hace su aparición: el lugar de trabajo y el vecindario.

Para ofrecer esas descripciones y fundamentarlas teóricamente, hemos recurrido a un gran número de estudios de casos personales. Se trata de clientes de servicios organizados por mis colegas y por mí mismo, y sirven no solo para ilustrar los temas principales de este libro, sino también para demostrar la importancia del problema del bullying entre adultos. La valentía de estos clientes al admitir su condición de víctimas es digna de encomio. Les agradezco que me hayan permitido incluir sus situaciones en este libro.

Agradezco asimismo los enormes esfuerzos llevados a cabo por mis colegas Mike Donohue, Vic Mason, Tim Allcott y Jon Parker, cuyos trabajos con este tipo de víctimas me sirvieron de inspiración. Como integrantes de un equipo de la Universidad de Hull que trabaja para el Programa de Asistencia al Trabajador, han desarrollado enfoques cognitivo-conductuales innovadores para estudiar los problemas que sufren las víctimas, enfoques que se merecen un detallado examen en otro libro. Agradezco también el apoyo que he recibido de Lesley Towner, un esforzado director de Asistencia al Trabajador, que me ha ayudado mucho con la sección sobre las políticas y procedimientos diseñados para prevenir y paliar el acoso laboral. Finalmente, debo dar las gracias al pequeño ejército de personas de todas las condiciones sociales que han contribuido con su tiempo, su apoyo y su pericia a examinar y abordar los problemas de bullying que sacamos a la luz en varias pequeñas comunidades. Albergo la esperanza de que este libro contribuirá a estimular la investigación intensiva necesaria para que podamos llegar a comprender plenamente la naturaleza del bullying entre



adultos y, de este modo, definir las estrategias que han de ponerse en práctica en todas partes para detener lo que se ha convertido en una epidemia oculta de agresión deliberada.



1

BULLYING ENTRE ADULTOS Definición y circunstancias

La agresión es algo demasiado corriente en nuestra sociedad moderna, pluralista y competitiva. Aunque la mayoría de nosotros no hemos sufrido la letal violencia de la guerra, el terrorismo ni la brutalidad que acompaña al crimen, sí que nos hemos encontrado ocasionalmente con conductas que describiríamos como agresivas. Hay una gran variedad de ellas, desde la grosería verbal hasta la amenaza de violencia o el contacto físico doloroso, pasando por los rumores que nos conciernen, el chismorreo malintencionado o el rechazo abierto por parte de nuestros familiares o compañeros de trabajo. La agresión, bien en forma de violencia física, bien en forma de hostigamiento taimado, es un lamentable componente de la naturaleza humana.

Es difícil definir qué es exactamente la agresión. Y esta falta de definición ha hecho extremadamente dificultoso su estudio sistemático. Es probable que esta dificultad haya sido una causa, al menos parcial, de la aparente indiferencia con que reaccionamos ante formas de agresión sutiles y no tan sutiles en el lugar de trabajo y en el vecindario. No parece razonable utilizar la misma pala-



bra, “agresión”, para referirnos tanto a los que unos vecinos enojados se hacen el uno al otro a través de la valla del jardín, como a la destrucción intencionada de cientos de vidas por parte de terroristas, los disturbios callejeros o el horror de la limpieza étnica.

Sin embargo, a pesar de la dificultad de dar con una definición operativa, la palabra “agresión” provoca un efecto en todos nosotros; en un nivel u otro, la entendemos y podemos utilizarla para comunicarnos con los demás. Probablemente, la mayoría de nosotros, incluyendo a los psicólogos como yo mismo, aceptaríamos la vieja definición de agresión de Buss (1961): “una conducta que proporciona estímulos nocivos a otro organismo”. La mayoría estaríamos de acuerdo en que lo que calificamos como agresión involucra la estimulación desagradable de un ser humano por parte de otro u otros, ya sea que adopte la forma de un puñetazo que te rompe un hueso, ya la de un insulto pronunciado desde el otro lado de la mesa durante la comida de Navidad. Y también incluiríamos en lo que entendemos por agresión el bullying en todas sus variantes, porque la mayoría estaríamos de acuerdo en que, aparte de cualquier otra cosa que los acosadores puedan hacer, ciertamente nos proporcionan estímulos nocivos.

Lamentablemente, la frecuencia con que nos encontramos con una agresión está creciendo; este es el caso, sin duda, de los conflictos en los lugares de trabajo. En los Estados Unidos el problema ya es extremo. Por ejemplo, el “Instituto Nacional para la Seguridad y la Salud en el Trabajo” registró, durante los siete primeros meses de 1993, más de mil asesinatos en el lugar de trabajo, seis millones de amenazas y más de dos millones de agresiones físicas a trabajadores (Van Aalten, 1994). Una investigación del “Centro para el Control de las Enfermedades” muestra que en los Estados Unidos cada semana se cometen quince asesinatos en el lugar de trabajo, lo que



convierte al asesinato en la tercera causa de muerte en el trabajo. Para las mujeres, este estudio demuestra que es la principal causa de muerte en el trabajo. A la vista de estas estadísticas, no es sorprendente que uno de cada cuatro trabajadores en los Estados Unidos afirme haber sido acosado, atacado o amenazado en el trabajo al menos una vez en un período de un año (Jonson e Indvik, 1996).

Estos hechos y otros relacionados hacen de los Estados Unidos uno de los lugares donde más homicidios se cometen, con un índice diez veces mayor que el del Reino Unido (Olsen, 1994). No obstante, este dato no es un motivo para la autocomplacencia de los británicos, ya que el índice es demasiado alto en el Reino Unido. En una investigación aún inédita he podido leer que uno de cada cuatro adultos residentes en barrios deprimidos afirman haber sido acosados o atacados por sus vecinos. La mayoría de ellos no pedía ayuda a la policía porque estaban demasiado atemorizados.

Aquellos que encuentran los resultados de estas investigaciones sorprendentemente elevados quieren saber de dónde procede toda esta agresividad y por qué están creciendo sus índices. Según algunos autores (por ejemplo, Kelleher, 1995), una de las causas principales del incremento de la agresividad en la sociedad es la cultura del espectáculo. Su libro se refiere a Estados Unidos, pero, dada la fuerte influencia que ese país ejerce sobre la industria del espectáculo del resto del mundo, es razonable pensar que sus conclusiones pueden, en algún grado, extrapolarse a cualquier otro país.

La televisión constituye una influencia especialmente poderosa. En 1991, los estudios al efecto indicaban que 237 millones de estadounidenses tenían acceso diario a programas televisivos. Sus aparatos de televisión permanecían encendidos entre cuatro y ocho horas diarias, de manera que la capacidad de influencia de la tele-



visión es masiva. Esta influencia no siempre es positiva. La “Asociación Psicológica de América” estimó ese mismo año que los adolescentes de trece años habían visto, por término medio, más de cien mil actos violentos en la televisión, de los cuales aproximadamente ocho mil fueron asesinatos. El mismo informe también constataba que en los dibujos animados infantiles aparece, por término medio, un acto violento cada quince segundos, cifra que puede incrementarse en torno a un 10% en una década.

Incluso si descontamos las otras fuentes de violencia a las que está expuesta la población (cine, vídeos, muchos deportes, novelas, comics, etc.), esta avalancha de violencia se introduce en la vida del 98% de nosotros como una forma de espectáculo. Y la mayor parte de las veces, se presenta como algo atractivo. Así, el héroe de una famosa serie de películas no se distingue por su ingenio o su capacidad intelectual, sino por la cantidad de criminales que aniquila, de muy variadas maneras, aunque todas igualmente sangrientas.

La violencia en televisión engendra además un área de la industria juguetera muy rentable, con todo tipo de muñecos armados hasta los dientes, diseñados para luchar y mutilarse entre sí. Miembros y cabezas extraíbles permiten un horrendo realismo. Los padres aceptan tanto los juguetes como las películas por su capacidad de entretener, sin pararse a considerar las consecuencias a largo plazo. Hace tiempo reuní las pruebas disponibles con respecto a la violencia en la pantalla y escribí varios artículos dirigidos al público no especializado, con el objeto de explicar sus efectos a los padres (uno de esos artículos se incluye como apéndice a este capítulo). Recibí muchas cartas de agradecimiento, pero casi otras tantas de queja por haber hecho sentirse culpables a los padres que dejan a sus hijos frente a la televisión mientras ellos atienden a sus propios asuntos.

