

3 de 10: Una película para reflexionar

La película *3 de 10* nos interpela profundamente al abordar una problemática tan presente como silenciada en muchos ámbitos escolares: el bullying. A través de distintos relatos y experiencias de estudiantes, se nos invita a pensar y cuestionar no sólo las formas que adopta esta violencia, sino también el rol que como sociedad ocupamos frente a ella.

Una de las protagonistas, Mercedes, es víctima de constantes burlas y agresiones por parte de sus compañeras. La hostigan con comentarios hirientes, le esconden la mochila, juegan con sus pertenencias, y todo esto ocurre en un entorno donde el silencio y la falta de intervención permiten que el maltrato se sostenga en el tiempo. Otro caso que se expone es el de un estudiante que sufre discriminación por su orientación sexual y por no responder a ciertos mandatos de masculinidad. En una escena, durante una clase de Educación Física, comenta que no le gusta el fútbol, lo que desencadena una serie de burlas tanto de sus compañeros como del propio docente, evidenciando cómo muchas veces el bullying se reproduce también desde figuras adultas con poder.

También se presenta el testimonio de Guille, una alumna que relata cómo fue blanco de burlas y apodos despectivos debido a su contextura física durante su último año escolar. Su historia evidencia el sufrimiento silencioso que puede provocar este tipo de violencia, y cómo deja huellas emocionales profundas.

Frente a estos relatos, surge una pregunta clave: ¿Qué lugar ocupamos como adultos, como docentes, como sociedad frente a estas situaciones? Es fundamental reconocer que el bullying no es un simple conflicto entre pares. Tiene raíces sociales, culturales y emocionales, y

puede dejar secuelas graves, desde la pérdida de autoestima y el aislamiento hasta pensamientos autodestructivos o intentos de suicidio.

En este sentido, resulta urgente revisar y abandonar frases que minimizan o justifican estas violencias, como: *"No le des importancia"*, *"Mirá para otro lado"*, *"Son cosas de chicos"* o *"No te metas"*. Estos discursos no solo invisibilizan el dolor de quienes sufren, sino que contribuyen a naturalizar prácticas de hostigamiento que deberían ser inaceptables en cualquier espacio educativo.

Utilizar esta película como recurso pedagógico en las escuelas puede ser sumamente valioso. No solo permite visibilizar una problemática que muchas veces permanece oculta, sino que también abre un espacio de diálogo, empatía y reflexión colectiva. A través del análisis de estas historias reales, se pueden generar instancias para pensar el modo en que cada uno, desde su lugar, puede ser parte del cambio: desde no reírse de un chiste cruel hasta intervenir cuando alguien está siendo agredido.

Además, el uso de materiales audiovisuales facilita la conexión emocional con los contenidos, permitiendo que los y las estudiantes se reconozcan, se identifiquen o incluso puedan poner en palabras lo que muchas veces no saben cómo expresar. Promover este tipo de experiencias en el aula fomenta el desarrollo de una cultura escolar más respetuosa, inclusiva y comprometida con el bienestar de todos sus miembros.

En definitiva, *3 de 10* no solo nos muestra el impacto del bullying, sino que también nos convoca a actuar, a no ser indiferentes y a construir colectivamente espacios donde el respeto y la empatía sean pilares fundamentales.

Película completa disponible en:

<https://www.youtube.com/watch?v=1pDaXYMHWeI>

Martina Ferraro

Psicología social

Integrante de "Si nos reímos, nos reímos todxs"