



# No más bullying

GUÍA PARA PADRES Y MADRES

# ATENCIÓN PADRES Y MADRES

## ACOSO ESCOLAR = BULLYING

Este es el término utilizado en Latinoamérica, al cual debemos referirnos.

Es importante que padres, alumnos y la escuela nos unamos para hablar sobre el ACOSO ESCOLAR, es por eso que se considera necesario su aporte para prevenir, y actuar ante un problema de acoso. Esta guía debe ayudar a los padres y madres a comunicarse con su hijo e informarse sobre como debe actuar ante un acto de acoso escolar.

Créditos:  
PUCE

Diseño y Diagramación:  
Carolina Chávez

Propiedad de:  
Unidad educativa Jean Piaget

Extraído de:  
Basta de bullying. Visión mundial.  
Ministerio de educación.  
López J. El bullying puede parar.  
Tomo 1. Ed. Gamma.

# ¿QUÉ ES ACOSO ESCOLAR / BULLYING?

Es agredir o humillar a otra persona constantemente y con mala intención.

Los chicos que molestan lo hacen a los más vulnerables, apuntan a aquellos que son diferentes, sea por sus rasgos físicos característicos, vestimenta, porque forman parte de una minoría social o racial, por su desarrollo físico, por que presentan discapacidad, o porque son más estudiosos o tímidos. Pueden ser niñas o niños quienes agreden con tal que tenga la intención de herir. También afecta a los que observan agresiones. Puede suceder en el aula, en el patio, en el transporte, en el barrio a través de tecnología.

Estos actos pueden ser:

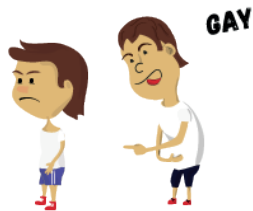
## EL BULLYING NO ES UN JUEGO DE NIÑOS

El acoso escolar es conocido como bullying en todo el mundo hace mucho tiempo, sucede en escuelas públicas y particulares.

Agresión Física



Acoso Homofóbico



Robo o Extorsión



Acoso Emocional



Excluir o Discriminar



## ¿CÓMO SABER SI MI HIJO ESTA SIENDO INTIMIDADO?

Mucha atención con los siguientes aspectos, pueden indicar que su hijo puede ser agredido (víctima de acoso escolar).

- Tiene cambios en el comportamiento.
- Cambios de humor. Tristeza, llanto, irritabilidad.
- Dolores corporales, dolores de cabeza, de estómago, puede sentir enojo.
- Deterioro o pérdida de sus pertenencias.
- Aparición de golpes, hematomas o rasguños. Y si ante la pregunta sobre el origen de los mismos, responde que se ha caído.
- Se niega a ir a excursiones o no tiene deseos de ir a la escuela.
- Falta de deseos de relacionarse con sus compañeros.
- Puede comer mucho o poco.

## ¿QUÉ CONSECUENCIAS EXISTE SI MI HIJO/A ES INTIMIDADO/A?

El acoso escolar conlleva a consecuencias, para las posibles víctimas de un problema.

- Baja autoestima o autoimagen negativa.
- Siente rabia o temor.
- Depresión y ansiedad, recurrir a suicidio.
- Desconfianza en las relaciones sociales.
- Sentimientos de culpa por ser agredidos.
- Problemas de salud. Venganza, recurrida a violencia.
- Puede tener pesadillas o no dormir bien.
- Puede bajar sus calificaciones. Tal vez se sienta solo o sola.



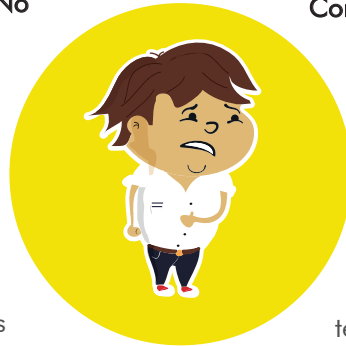
**SU HIJO/A PUEDE SENTIR QUE NECESITA AYUDA Y NO SABER COMO PEDIRLA!**

# ¿QUÉ DEBO HACER SI MI HIJO/A ES INTIMIDADO?

**Recuérdale que no esta solo,** que muchos niños/as sufren agresiones en algún momento, y que el problema no es permanente, que ustedes están para ayudarlo.

**Establezca un lazo de empatía con su hijo/a, No lo culpe.** Dele apoyo, dígame que molestar o intimidar esta mal, que no es su culpa. Pregúntele a su hijo/a que cree que puede hacer para ayudarlo. Dele todo el apoyo que necesite. No diga: ¿Qué hiciste para irritar al otro niño/a?

**Tome esto como una oportunidad para reflexionar sobre su propia cultura familiar.** Los niños imitan acciones de las personas mas cercanas, pregúntese si ha aprendido a callar o recurrir a la violencia para conseguir algo. Considere necesario que su hijo/a cambie algunas conductas, usted deberá revisar algunas actitudes y valores, enséñele como manejar la situación. No lo regañe.



**No fomente las represalias físicas ni de ningún tipo.** (Devolver golpes) La violencia no es la solución y no terminará el problema.

**Controle sus emociones.** Los instintos sobre-protectores de los padres provocan emociones fuertes. Aunque sea difícil es sabio hacerse a un lado y dejar que el niño tome sus decisiones.

**Este en contacto con el colegio a todo momento.** Si su hijo/a esta en un problema, ponga a conocimiento de las autoridades para que se pueda resolver internamente, no se precipite a una denuncia exterior sin consultarlo con la escuela.

**Escuche a su hijo/a.** Escuche atentamente sobre incidentes, molestias que le ocurren a su hijo/a en la escuela, Pídale que le describa la situación, como, cuando quien estaba involucrado.

## ¿CÓMO SABER SI MI HIJO/A ES EL/LA QUE ACOSA?

Puede suceder que un hijo puede ser agresivo o intolerante con otros, y es difícil para el padre o madre aceptarlo, pero la obligación de los padres es encarar temas difíciles y no evadirlos.

- Puede bajar sus calificaciones.
- Puede mostrarse agresivo.
- Puede estar atravesando algún problema en casa, por eso usa la violencia o imita a alguien agresivo cercano a él.
- Tal vez no sepa como comunicarse con otros compañeros.
- Puede necesitar ayuda y no sabe pedirla.

## ¿QUÉ CONSECUENCIAS EXISTE SI MI HIJO/A ES EL/LA QUE ACOSA?

El acoso escolar conlleva a consecuencias, para las posibles víctimas de un problema, y también para los que agreden y los que son testigos.

- EN EL ÁMBITO DE LA ESCOLAR según el código de convivencia, la escuela tiene el derecho de corregir estas conductas con sanciones.
- La violencia puede llevarle a una vida delincencial.
- A futuro el joven puede creer que la violencia es la única forma de solucionar los problemas.



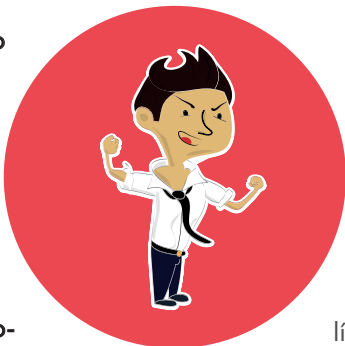
**INICIOS DE CONDUCTAS  
VIOLENTAS DEBEN SER  
CORREGIDAS AL INSTANTE!**

# ¿QUÉ DEBO HACER SI MI HIJO/A ES EL AGRESOR?

**Aceptar la realidad.** Recuerde que el primer paso para la solución del problema es admitir si mi hijo es agresor. Puede ser difícil pero es necesario que los padres tengan la fortaleza para afrontarlo y poner más atención a su hijo/a.

**Establezca un lazo de empatía con su hijo/a, No lo culpe.** Dele apoyo, dígame que molestar o intimidar está mal, con tranquilidad pero con firmeza. Pregúntele a su hijo/a que cree que puede ser la causa de su comportamiento. Hágalo sentir que sus padres lo apoyan. No diga: ¿Por qué agrediste a otro niño?

**Tome esto como una oportunidad para reflexionar sobre su propia cultura familiar.** Los niños imitan acciones de las personas más cercanas. Si en la casa existe violencia entre padres o hacia el niño, él lo imitará en el colegio contra compañeros o profesores. Considere necesario que su hijo/a cambie algunas conductas, usted deberá revisar algunas actitudes y valores.



**No fomente las represalias físicas ni de ningún tipo.** (Devolver golpes o gritos) Si se entera de que su niño tiene problemas en la escuela. La violencia no es la solución y no terminará el problema.

**Este en contacto con el colegio a todo momento.** Si la escuela le cuenta sobre el problema de su hijo, no tome represalias contra la escuela, escuchar el problema con calma y estar alerta ante la conducta de su hijo.

**La actitud del niño.** Puede ser a causa de una educación familiar demasiado permisiva, donde el niño hace lo que guste sin reglas ni límites. Aunque sea difícil ponga un alto a ciertas exigencias del niño. También puede ser fruto del ambiente.

**Los valores son un tema de todos los días.** Hable de los valores y también póngalos en práctica. Ya que los niños imitan lo que ven.

# ¿QUÉ SUCEDE CUANDO MI HIJO/A HA OBSERVADO UNA AGRESIÓN EN LA ESCUELA?

- Sienten miedo de ser agredidos/as.
- Puede sentir culpa por no intervenir para cambiar la situación.
- Pueden creer que la violencia es la forma de conseguir lo que quieren.
- Se sienten afectados aunque no lo demuestran.
- No tienen ganas de ir a la escuela.
- Pueden pensar que la violencia que observan es normal.
- Los observadores que no hacen nada frente a un abuso, son parte del problema.

## LOS OBSERVADORES TAMBIÉN SON AFECTADOS EN ESTE PROBLEMA!

Los observadores de agresión también sufren consecuencias al presenciar actos de acoso.

Son un factor clave, hay que incentivarlos a actuar correctamente sin violencia. No se deben callar!

## EL BULLYING AFECTAN A AMBOS SEXOS POR IGUAL!

Es un problema que afecta a muchos niños, niñas y adolescentes. Tiene consecuencias para todos los involucrados. Es importante que los padres y la escuela estén pendientes del comportamiento de su hijo para mejorar la convivencia del niño en la escuela.

Entre niñas suele observarse más Agresiones verbales, chismes, falsos rumores.



En niños suele observarse más agresiones físicas, humillaciones, apodosos indeseables.

# ¿CUÁNDO HABLAR DE BULLYING?



Aproveche alguna noticia que haya salido en los medios, compártalo en familia. De esta manera su hijo/a sabrá que usted es sensible a esta problemática y que puede abrirse a usted, no presione a su hijo para que le cuente, no espere que su hijo haga comentarios enseguida, escuche cuando su hijo decida a hablar.



La cena es un buen momento para que cada miembro de la familia cuente cómo fue su día, puede empezar contando su día o problemas en el trabajo y preguntar a sus hijos/as si tuvieron conflictos en la escuela.



Si nota algún cambio de comportamiento o una lesión física, moretón en su hijo/a, puede indagar tranquilamente y sin expresar de inmediato sospechas acerca de la causa.

**LOS PADRES TIENEN LA  
RESPONSABILIDAD DE HABLAR  
TEMAS DIFÍCILES CON LOS HIJOS**



## TOME EN CUENTA!

- > Escuchar con cuidado, sin juicios, insultos o amenazas. Referirse a comportamientos específicos como (pegar, agredir, burlarse, robar) y no a la persona.
- > Si el niño ha molestado a alguien, pida disculpas, devolver lo que ha tomado.
- > Asumir la situación y no ignorarla.
- > Reiterar el afecto, la actitud de ayuda y reconocimiento de sus logros.
- > Enseñarle maneras de resolver los conflictos, reclamar sus derechos, ejercer liderazgo o ganar reconocimiento. Motivarlo a que reflexione sobre sus actos.
- > Dejar en claro que las malas conductas son reprobadas, que no son permitidas y que acarrearán sanciones.

# ¿QUE ES EL CYBERBULLYING?

Se produce cuando la agresión o intimidación a un compañero/a ocurre mediante el uso de la tecnología y la web, por medio de computadoras, celulares. A través de mensajes de texto crueles, divulgación de falsos rumores o mentiras por las redes sociales o correos, publicación de fotos o vídeos donde avergüenzan al acosado.

El cyberbullying no solo se da con compañeros de la escuela, también puede darse con gente desconocida, es importante conocer que es lo que nuestro hijo hace en la web, y prevenirlo sobre cyber-amenazas.

## REDES SOCIALES FRECUENTADAS



**EXISTEN MANERAS DE EVITARLO, CONFIGURANDO LA PRIVACIDAD DE LAS REDES SOCIALES, COMO EL BLOQUEO DE PERSONAS INDESEABLES O DE ANUNCIOS.**



## A CONSIDERAR

- > Al iniciar el diálogo con su hijo, es importante no convertirlo en interrogatorios o sermones.
- > Crear un ambiente de confianza para que los niños no sientan miedo de hablar libremente sobre sus situaciones que viven y les preocupa.
- > Los hijos/as desean que sus padres los escuchen y que hablen con ellos, así que algunas veces se acercaran buscando respuestas si sienten que están abiertos a sus preguntas y necesidades.

## ES IMPORTANTE MANEJAR EL INTERNET Y LAS REDES SOCIALES CON PRUDENCIA

Las Páginas web y redes sociales tienen configuraciones de seguridad para prevenir que otros las busquen o sigan atacando por la web. Mira la siguiente imagen




The image shows a screenshot of the Facebook 'Administrar los bloqueos' (Manage blocks) page. A red box labeled '3' highlights the left-hand navigation menu, where 'Bloqueos' (Blocks) is selected. A red box labeled '1' highlights the 'Ver más configuraciones' (See more settings) link at the bottom of the 'Bloquear usuarios' section. A red box labeled '2' highlights the 'Ver más configuraciones' link in the 'Accesos directos de privacidad' (Privacy shortcuts) section. A red box labeled '4' highlights the 'Ver más configuraciones' link in the 'Bloquear usuarios' section. A red box labeled '5' highlights the 'Ver más configuraciones' link in the 'Accesos directos de privacidad' section.

Imagen de la página de configuración de Privacidad de Facebook

## ¿QUÉ HACER SI SU HIJO/A LE DICE QUE ESTA SIENDO INTIMIDADO?

- > Tenga claro que si lo comparte, significa que la situación lo/la afecta mucho.
- > Nunca decir a su hijo que ignore una molestia o intimidación. Podría interpretarse como si usted fuera el que va a ignorarlo.
- > Entable la conversación dispuesto a escuchar, evite juicios de valor y deje que su hijo/a hable, sea si es él o ella quien agrade o si ha visto o es intimidado.
- > Sea paciente, evite completar oraciones o palabras de los hijos y apresurar el diálogo. Permítale hablar a su ritmo.
- > Escuchar atentamente a los hijos fortalece su autoestima porque se dan cuenta lo importante que son para los padres. Esto es una puerta abierta a valiosas discusiones de temas difíciles



Hay que darse tiempo para hablar con nuestros hijos, sobretodo de temas importantes como el Acoso Escolar. Hagamos el compromiso con nuestros hijos y la escuela para evitar el problema y resolver los conflictos pacíficamente.

ACOSO ESCOLAR = BULLYING



CONOCE, PREVIENE, ACTÚA!