

Módulos sobre la participación de padres 7

1.1 Módulos sobre la participación de padres

Los módulos sobre la participación de los padres migrantes fueron desarrollados por WestEd en colaboración con la Oficina de educación para migrantes, División de apoyo para aprendices del inglés, Departamento de Educación de California.

Ayudar a su hijo/a a tener éxito en la escuela

Para obtener más información, visite el sitio web del CDE (<https://www.cde.ca.gov/sp/me/mt/>).

Esta presentación fue publicada en octubre de 2019.

1.2 Orientarse por el módulo

La siguiente información lo ayudará a orientarse por este módulo:

- Utilice el menú en el panel de la izquierda y la barra de navegación en la parte inferior de esta pantalla para navegar por este módulo.
- La tecla tab (tabulación) también puede ser utilizada para avanzar por los componentes del módulo; puede utilizar shift+tab para retroceder.
- Utilice el botón de audio que se encuentra en la esquina inferior derecha de la pantalla para encender y apagar la narración de audio de la diapositiva.
- Utilice el botón de subtítulos que se encuentra en la esquina inferior izquierda de la pantalla para encender y apagar los subtítulos.
- Utilice el botón de transcripción que se encuentra en la esquina inferior izquierda de la pantalla para encender y apagar la transcripción.
- En el menú de recursos podrá acceder a las transcripciones de todo el módulo.

Los siguientes accesos directos han sido habilitados para un uso más fácil:

- N = Avanzar a la siguiente diapositiva
- P = Retroceder a la diapositiva anterior
- S = Detener/pausar la diapositiva
- R = Reanudar/reproducir la diapositiva
- C = Encender/apagar los subtítulos
- A = Encender/apagar la narración de audio
- T = Encender/apagar la narración de texto

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

El módulo guardará automáticamente su progreso siempre que esté conectado a internet.

1.3 ¡Bienvenido!

Bienvenido al módulo: “Acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a”.

Este es el séptimo módulo en la serie de módulos de apoyo a padres migrantes.

Puede ver estos módulos en el orden que usted quiera, por lo tanto es posible que no sea el séptimo módulo para usted.

El contenido de este módulo se centra en cómo los padres pueden ayudar a sus hijos si experimentan o están involucrados en situaciones de acoso escolar.

El módulo hablará sobre los hechos del acoso escolar y ofrecerá estrategias y ayuda para los padres y los niños.

1.4 Objetivos del módulo

Este módulo se enfocará en la problemática del acoso, específicamente dentro del entorno escolar.

El acoso escolar puede ser una situación increíblemente desafiante para las familias; este módulo ayudará a los padres a comprender los diferentes papeles en el acoso escolar (participante, víctima o espectador) y a cómo platicar sobre el acoso escolar para apoyar al niño, dependiendo del papel que tenga.

Este módulo comenzará con una definición clara de lo que es y lo que no es el acoso escolar.

Durante el módulo, los padres conocerán las estadísticas del acoso escolar, las características del acoso escolar y los factores de riesgo involucrados en él.

Finalmente, los padres aprenderán estrategias sobre cómo apoyar de la mejor manera posible a sus hijos durante situaciones de acoso escolar y ayudar a sus hijos a tener control sobre las situaciones en las que podría ocurrir el acoso escolar, por ejemplo en las redes sociales y los juegos en internet.

En general, este módulo proporcionará a los padres la información, los recursos y las estrategias necesarias para comprender el acoso escolar y apoyar a sus hijos en estas situaciones.

1.5 Conexiones culturales

El acoso escolar es algo que muchas personas han experimentado.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

Muchos no consideran que su comportamiento durante su infancia fue de acoso, especialmente si crecieron antes de que el acoso escolar se convirtiera en un término comúnmente mencionado y un problema tan grande entre los niños.

El acoso escolar ha estado sucediendo en todo el mundo durante siglos.

Muchos dictadores, u otras personas poderosas, están donde están debido a su comportamiento acosador.

Es complejo explicar a los niños que el acoso escolar está mal cuando con frecuencia ven que los adultos demuestran ese tipo de comportamiento en el trabajo o en situaciones sociales.

A nivel cultural, el acoso escolar se puede ver de diferentes maneras según las creencias y experiencias familiares.

Quizás usted considera que el acoso escolar es diferente a lo que ve o escucha cuando los demás describen el acoso escolar.

Este módulo tratará las amplias definiciones de acoso escolar y cómo se manifiesta el acoso escolar en las escuelas y la sociedad en Estados Unidos.

Es probable que en algún momento usted haya tenido una experiencia de acoso escolar.

Piense en estas preguntas antes de que pasemos a la definición de acoso escolar:

- ¿Cómo define usted el acoso escolar?
- ¿Acepta el acoso escolar como un problema presente en nuestras escuelas y con nuestros hijos?
- ¿Cómo cree que se debería tratar a un niño que acosa en la escuela?

1.6 ¿Qué es el acoso escolar?

El acoso escolar se ha convertido en una epidemia en nuestra sociedad.

Pero muchas personas no saben cuál es exactamente la definición de acoso escolar.

1.7 Componentes clave del acoso escolar

Cuando hablamos del acto de acoso escolar encontramos tres componentes clave:

Repetido: Esto significa que el acto sucede una y otra vez. No se trata de un incidente aislado, sino algo que se realiza más de una o dos veces. Algunos ejemplos pueden ser que un niño robe

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES
Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

repetidamente el dinero para el almuerzo de otro niño o que un niño insulte repetidamente a otro niño o que lo haga tropezar en los pasillos.

Intencional: Esto significa que el acto se realiza de manera deliberada. La intención es fundamental para la definición de acoso escolar. Una manera más sencilla de pensar en el concepto de intencionalidad es que es algo que se realiza a propósito. El acto generalmente es cruel, irrespetuoso o simplemente malvado. Algunos ejemplos pueden ser que un niño tire intencionalmente a otro al suelo o que un niño escriba notas malvadas sobre otra persona. También podría ser que alguien difunda rumores de manera intencional.

Desequilibrio de poder: Este componente es más difícil de definir y puede ser complejo de comprender. Significa que alguien tiene poder, o dominio percibido, sobre otra persona. Realizan actos repetidos e intencionales con el fin de sentir poder sobre los demás. Los actos generalmente se hacen para hacer que alguien se vea mal, se sienta estúpido o para influir a que otras personas hablen mal de ellos. Este desequilibrio de poder entre dos personas es lo que conduce a un comportamiento acosador. Cuando alguien siente que tiene el poder o estatus sobre otra persona, puede ejercer ese poder para dañar a alguien emocional y/o físicamente. Aunque el componente del desequilibrio de poder puede ser el elemento del acoso escolar más difícil de comprender, es el que tiene el impacto más negativo sobre los niños.

Cuando notamos que aparece alguno de estos componentes, debemos intervenir.

Cuando un adulto puede intervenir y evitar que aunque sea uno solo de estos componentes continúe, puede hacer una diferencia significativa para detener el comportamiento acosador.

Es importante reconocer cuándo las cosas parecen conducir a un acoso escolar potencial.

Cuando un niño se siente poderoso o tiene estatus o poder sobre otro, rápidamente puede darse el acoso escolar.

Cuando un niño busca intencionalmente a otro niño para hacer algo malvado o peligroso, es posible que suceda nuevamente y que ese comportamiento repetitivo conduzca al acoso escolar.

Es importante comprender lo que es el acoso escolar para que usted pueda reconocer los comportamientos y detenerlos antes de que conduzcan a actos intencionales y repetitivos caracterizados por un desequilibrio de poder.

Cada componente del acoso escolar puede ser devastador para los niños y adolescentes, tanto para su autoestima como para su relación general con sus compañeros.

Intervenir antes de que ocurra el acoso escolar es la acción más importante que pueden realizar los padres para resolver el problema.

Recuerde, incluso si no está seguro/a de si un acto concuerda con la definición de acoso escolar, debe informar a la escuela.

Los informes permiten que la escuela maneje los problemas complejos que impactan las vidas de los alumnos.

1.8 Lo que no es acoso escolar

Ahora que comprendemos lo que es el acoso escolar, hablemos de lo que no es.

El acoso escolar se ha convertido en un tema tan común en nuestra sociedad que con frecuencia es utilizado de manera excesiva.

Lo malo de este exceso es que puede hacer que muchas personas no sientan que el acoso escolar está sucediendo, cuando de hecho sí sucede.

Con frecuencia, el término acoso escolar se utiliza para describir situaciones aisladas que pueden ser malvadas, desagradables o inapropiadas, pero que realmente no son situaciones de acoso escolar:

- **Ser irrespetuoso** es tener malos modales o no ser respetuoso. Esto puede suceder cuando alguien está enojado o frustrado y quizás no piensa bien. Cuando la intención del comportamiento irrespetuoso no es ejercer poder sobre otra persona (incluso si tuvieron la intención de ser hirientes) no se considera acoso escolar. Un ejemplo de esto puede ser cuando un niño ignora a otro niño que está intentando iniciar una conversación con él.
- **Ser malvado** incluye ser injusto, antipático o vengativo. Es algo que sucede a propósito, pero generalmente no supone un desequilibrio de poder. Algunos ejemplos de esto pueden ser cuando un niño empuja a otro niño en la fila porque quiere estar delante, o cuando un niño no deja que otro niño participe en un juego o actividad. Cuando estas situaciones no están dirigidas a un niño en particular repetitivamente, no se consideran acoso escolar; simplemente son actos malvados que se debe con el niño y corregir.
- **Comportarse de manera inapropiada** es cuando alguien hace algo que es considerado incorrecto o inapropiado para una situación o una edad. Un ejemplo de esto puede ser cuando un niño dice que su amigo le pidió que mintiera a sus padres sobre una situación que los padres podrían no aceptar.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES
Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

Aunque no queremos que nuestros hijos experimenten o participen en situaciones que incluyan comportamientos malvados, irrespetuosos o inapropiados, la mayoría de las veces estas situaciones no incluyen un acoso escolar.

Nuevamente, es importante reconocer que estos comportamientos se deben monitorear y tomar en serio porque rápidamente pueden conducir a comportamientos acosadores.

1.9 Cuatro tipos comunes de acoso escolar

Hay varios tipos de acoso escolar.

Es importante comprender cada uno de los tipos y en qué se diferencian unos de otros.

Tenga en cuenta que los comportamientos deben ser repetidos, intencionales y caracterizados por un desequilibrio de poder para que puedan considerarse acoso escolar.

Estos componentes son los factores que marcan la diferencia entre los comportamientos irrespetuosos y los comportamientos acosadores.

Los cuatro tipos comunes de acoso escolar son físico, verbal, social/relacional y cibernético.

Seleccione cada icono para conocer más.

1.10 Acoso escolar físico

La agresión física es en lo que muchas personas piensan cuando escuchan sobre el acoso escolar; se imaginan que a alguien lo empujan dentro de una taquilla o lo meten dentro de un bote de la basura.

El acoso escolar físico puede tener muchas formas: golpear, patear, escupir, tirar del cabello, empujar, hacer tropezar, etc.

Todos estos actos son parte de la agresión física y el acoso escolar.

Estos actos generalmente son los más fáciles de detectar y confirmar, ya que es posible que los niños víctimas del acoso escolar físico tengan moretones o marcas y con frecuencia otros niños presencian los actos de agresión física.

El niño que acosa deja marcas de manera intencional y es agresivo físicamente frente a varios testigos, ya que así promueve el desequilibrio de poder y permite que otros vean lo que es capaz de hacer.

Este tipo de acoso escolar no solamente es dañino emocionalmente, sino que también puede causar lesiones físicas.

1.11 Acoso escolar verbal

La agresión verbal es otro tipo común de acoso escolar que frecuentemente es presenciado por otros.

El acoso escolar verbal puede tener muchas formas: amenazar, usar palabras dañinas, molestar/burlarse, gritar, etc.

Sabemos que las palabras duelen y el acoso escolar verbal puede ser tremendamente devastador para los niños y adolescentes.

Aunque el acoso escolar verbal no deja marcas físicas, evita que los niños desarrollen seguridad en sí mismos, se sientan importantes y se sientan seguros.

Este tipo de acoso escolar a veces es difícil de confirmar, debido que al intentar hacerlo se escuchan conversaciones contradictorias en las que se dan explicaciones opuestas.

1.12 Acoso escolar social y relacional

El acoso escolar social y relacional es algo que vemos cada vez más a medida que los niños crecen.

Aunque el acoso escolar social también se puede ver entre los niños de primer y segundo grado, es más común entre los adolescentes.

El acoso escolar social y relacional puede tener muchas formas: persecución social; aislamiento social; burlarse de grupos de amigos, de la vestimenta, del peinado, del dinero o del acceso a cosas; crear y difundir rumores, etc.

Cuando alguien acosa socialmente a otra persona, con frecuencia lo excluye y ejerce poder entre sus compañeros.

Ya que el cerebro adolescente está cambiando y creciendo, este tipo de acoso escolar puede ser increíblemente dañino y abrumador para los adolescentes jóvenes.

1.13 Acoso cibernético

El acoso escolar cibernético es un tipo de acoso relativamente nuevo que afecta a miles de niños.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

Debido a la accesibilidad de las redes sociales, Internet y cualquier forma de programación en línea, el acoso escolar que sucede mediante el uso de la tecnología se ha convertido en la manera más nueva de acoso.

Esta forma de acoso escolar puede propagarse rápidamente, ya que las publicaciones y mensajes pueden distribuirse rápidamente y pueden llegar a más de una persona a la vez.

Es más fácil que las personas acosen de esta manera debido a que el acoso cibernético puede hacerse frecuentemente de manera anónima; nadie puede saber quiénes son y no se enfrentan cara a cara a su objetivo.

El anonimato y la distancia del acoso cibernético crea un entorno en el que desaparecen las inhibiciones y se ignoran las consecuencias; muchos individuos que nunca acosarían a nadie en persona, no sienten limitaciones al acosar mediante la tecnología.

Este acto de acoso escolar puede ser extremadamente peligroso para todos los niños, ya que una vez que algo es publicado en Internet generalmente es imposible de retirar.

1.14 ¿Es acoso escolar o no?

Para los adultos puede ser muy difícil comprender el acoso escolar y sus diferentes tipos, especialmente cuando algunos de los tipos de acoso escolar no fueron experimentados por los adultos cuando eran niños.

Los niños aprenden sobre el acoso escolar en la escuela, pero a veces se confunden al intentar determinar la diferencia entre el acoso escolar y alguien que simplemente es irrespetuoso o grosero.

Los actos de ser grosero, irrespetuoso y antipático pueden conducir a comportamientos de acoso escolar, y es necesario controlar y detener esos comportamientos, pero no todos los actos son realmente acoso escolar.

Para poder comprender mejor estas diferencias, veamos algunas situaciones y decida qué tipos de comportamientos representa cada una de ellas.

1.15 Mariana y Gloria

Escuche la historia de Mariana y Gloria; luego, decida cuáles de los términos caracterizan la situación.

Seleccione "Siguiente" para descubrir si eligió los términos correctos.

1.16 Mariana y Gloria (2)

Los comportamientos de esta situación pueden describirse como malvados e inapropiados.

1.17 Fernando y Jayden

Escuche la historia de Fernando y Jayden; luego, decida cuáles de los términos caracterizan la situación.

Seleccione “Siguiente” para descubrir si eligió los términos correctos.

1.18 Fernando y Jayden (2)

Los comportamientos de esta situación pueden describirse como acoso escolar verbal, acoso escolar social, irrespetuoso y malvado.

1.19 Midsi y Sophia

Escuche la historia de Midsi y Sophia; luego, decida cuáles de los términos caracterizan la situación.

Seleccione “Siguiente” para descubrir si eligió los términos correctos.

1.20 Midsi y Sophia (2)

Los comportamientos de esta situación pueden describirse como acoso escolar social, acoso cibernético, malvado e inapropiado.

1.21 ¡Personalícelo! (1)

Nunca es fácil escuchar a su hijo/a compartir historias sobre momentos en que lo/a trataron mal, lo/a hicieron sentir triste o lo/a hirieron.

Puede ser aún más difícil si usted experimentó algo similar cuando crecía.

Piense en cuando era más joven:

- ¿Alguna vez sufrió acoso escolar o vio a alguien sufrirlo?
- ¿Cómo pueden sus experiencias ayudar a su hijo/a a manejar situaciones similares?

Tómese unos minutos para pensar en estas preguntas.

1.22 Actividad (1)

Quizás haya escuchado hablar de situaciones como las que se describieron anteriormente.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

Quizás sus hijos hayan experimentado algo doloroso con sus compañeros o quizás le hayan contado historias sobre cosas que han visto en la escuela.

Piense en las situaciones que han experimentado sus hijos con sus compañeros, u otras situaciones que haya escuchado que puedan relacionarse con este tema, a medida que completamos una actividad.

1.23 Datos sobre el acoso escolar y la seguridad

Ahora que hemos definido el acoso escolar y hemos explicado los tipos de acoso, veamos la frecuencia con la que sucede el acoso escolar en las vidas de nuestros niños.

En Internet hay muchas estadísticas sobre lo común que es el acoso escolar.

Las estadísticas que veremos son las de la encuesta California Healthy Kids Survey (resultados de 2015-2017)

Cada dos años, los alumnos participan en una encuesta que se realiza en todo el estado y que mide la salud mental, emocional y física de los alumnos de las escuelas.

Se llama Encuesta California Healthy Kids Survey.

Se utiliza para llevar un registro de la salud general de los niños del estado.

Todos los alumnos de 5°, 7°, 9° y 11° grado inscritos en las escuelas de California completan la encuesta.

Los resultados son amplios y se utilizan para diferentes programas y fuentes de financiamiento como manera de medir lo que está funcionando y lo que no y como guía de las áreas en las que se necesita una mayor atención.

La información que encontrará en las siguientes diapositivas es específica sobre la seguridad escolar y el acoso escolar y representa un breve resumen de solo algunas de las áreas tratadas en la encuesta.

1.24 ¿Cuáles son los datos sobre el acoso escolar?

Seleccione cada categoría para acceder a las estadísticas del acoso escolar de la escuela primaria y secundaria (la escuela secundaria abarca tanto la escuela media como la preparatoria). Seleccione el botón de encuesta para ver el informe de California Healthy Kids Survey.

1.25 ¿Cuáles son los datos sobre el acoso escolar? (2)

Aquí están las estadísticas sobre el acoso escolar de los niños de la escuela primaria:

- 12% informó recibir empujones todo el tiempo o la mayor parte del tiempo.
- 15% informó que han difundido rumores o han dicho cosas hirientes sobre ellos todo el tiempo o la mayor parte del tiempo.
- 14% informó que los han insultado o se han burlado de ellos todo el tiempo o la mayor parte del tiempo.

1.26 ¿Cuáles son los datos sobre el acoso escolar? (3)

Aquí están las estadísticas sobre el acoso escolar de los niños de la escuela secundaria:

- 23% informó que los han insultado o se han burlado de ellos más de dos veces.
- 15% informó que han difundido rumores o mentiras sobre ellos más de dos veces.
- 6% informó tener miedo de ser golpeados en la escuela.
- 31% informó que son hostigados o acosados dentro de la propiedad escolar sin ningún motivo.

1.27 ¿Cuáles son los datos en cuanto a la seguridad escolar?

Seleccione cada categoría para acceder a las estadísticas en cuanto a la seguridad en las escuelas primarias y secundarias.

1.28 ¿Cuáles son los datos en cuanto a la seguridad escolar? (2)

Aquí están las estadísticas sobre la seguridad de los niños de la escuela primaria; los resultados fueron aportados por niños del 5° grado:

- 81% informó sentirse seguros en la escuela todo el tiempo o la mayor parte del tiempo.
- 85% informó que, si lo reportan, un maestro o adulto se ocupa de las situaciones de acoso escolar la mayor parte del tiempo o todo el tiempo.
- 57% informó que, si lo ven, hacen algo para detener una situación de acoso escolar la mayor parte del tiempo o todo el tiempo.

1.29 ¿Cuáles son los datos en cuanto a la seguridad escolar? (3)

Aquí están las estadísticas sobre la seguridad de los niños de la escuela secundaria; los resultados fueron aportados por niños de 7°, 9° y 11° grado:

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

- 70% de los niños del 7° grado se sintieron seguros o muy seguros en la escuela en comparación al 60% de los niños del 11° grado.
- 31% de los niños del 7° grado, 27% de los niños del 9° grado y 24% de los niños del 11° grado que son latinos o hispanos informaron ser hostigados o acosados debido a su raza.

1.30 Más acoso escolar a través de la tecnología

“Entre 2005 y 2017, el porcentaje de alumnos de entre 12 y 18 años que informaron haber sido acosados en la escuela durante el año escolar disminuyó de 29 a 20 por ciento. En 2017, aproximadamente 15% de los alumnos de 9° a 12° grado informaron haber sido acosados electrónicamente durante los 12 meses anteriores”.

Esto significa que, aunque podría parecer que el acoso escolar está disminuyendo, lo que realmente está pasando es que está cambiando la manera en que los niños son acosados.

Esta es una de las razones por la cual es importante estar atento a lo que hacen sus hijos en Internet y con sus teléfonos celulares.

1.31 Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

En el año 2017, el Sistema de vigilancia de comportamiento juvenil de riesgo (Youth Risk Behavior Surveillance System, en inglés) indicó que a nivel nacional, el 19% de los alumnos entre el 9° y el 12° grado informaron haber sido acosados dentro de la propiedad escolar durante los 12 meses previos a la encuesta.

En una diapositiva anterior mostramos que había una gran diferencia entre la seguridad que sentían en la escuela los niños del 7° grado en comparación a los del 11° grado.

Si el acoso escolar sucede en la escuela, los niños se sienten menos seguros.

Aunque los maestros y el personal trabajan para evitar el acoso escolar, muchos pueden no darse cuenta de que está sucediendo.

Es importante compartir con la escuela si algún incidente le preocupa.

1.32 Los datos sobre el acoso escolar

Esta ilustración muestra datos generales sobre el acoso escolar proporcionados por una organización sin fines de lucro llamada Stop Bullying Now.

Es un programa que apoya a los padres de alumnos que están siendo acosados.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

Aunque estos datos pueden ser abrumadores, es importante recordar que las escuelas y organizaciones de todo el país trabajan continuamente con los niños y las familias para enseñarles sobre la prevención y la concientización sobre el acoso escolar.

Seleccione cada imagen para agrandar la información.

1.33 Video sobre el acoso escolar

Seleccione y reproduzca este breve video informativo desarrollado por Child Trends.

1.34 Los papeles en el acoso escolar (1)

Los papeles que tienen los niños en las situaciones de acoso escolar no están limitados únicamente a quienes acosan y quienes son acosados.

Los papeles directos del acoso escolar incluyen:

- Los niños que acosan
- Los niños acosados
- Los niños espectadores

Seleccione cada pestaña para conocer más sobre cada papel.

1.35 Los papeles en el acoso escolar (2)

Los niños que acosan son aquellos que participan en comportamiento acosador hacia sus compañeros.

Hay muchos factores que pueden contribuir a la participación de un niño en este tipo de comportamiento.

Con frecuencia, estos alumnos requieren algún tipo de apoyo para cambiar su comportamiento y abordar cualquier otro problema que pueda estar influyendo en su comportamiento.

Aunque estemos enojados por su comportamiento, es importante que no etiquetemos como “acosadores” a los niños que tienen conductas de acoso escolar.

Esta etiqueta conduce a tener la actitud de que un niño no puede cambiar su comportamiento o que no tiene otras cualidades más que la de acosador.

La mayoría de los niños que acosan tienen muchas razones para actuar de esa manera y es importante que los educadores, las familias y los profesionales de salud mental ayuden a que los niños comprendan que pueden encontrar su voz, su valía y sus amigos de manera más positiva.

Recuerde: los niños que acosan a otros no necesariamente son más fuertes o más grandes que a quienes acosan.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

El poder del desequilibrio puede surgir de muchas fuentes: popularidad, fuerza y capacidad cognitiva, y los niños que acosan pueden tener más de una de estas características.

1.36 Los papeles en el acoso escolar (3)

Los niños que son acosados son el objetivo del comportamiento acosador.

Algunos niños tienen un mayor riesgo de ser acosados debido a su personalidad u otras características; algunos ejemplos podrían ser su tamaño, timidez o docilidad.

Esto no significa que todos los niños con estas características serán acosados y no hay característica que justifique el acoso. Simplemente significa que habitualmente son los más vulnerables a sufrir acoso escolar.

Debemos apoyar a los niños para que entiendan cómo manejar el comportamiento acosador y cómo responder de la mejor manera posible a diversas situaciones de acoso escolar.

Muchos niños son acosados durante todas sus vidas de una u otra manera, y es fundamental enseñarles a manejar y superar estas situaciones.

Al igual que no queremos etiquetar como “acosador” a alguien que acosa a otro niño, tampoco queremos etiquetar como “víctima” a alguien que es acosado.

La etiqueta de víctima no le da las fuerzas a un niño para lidiar con la situación, sino que podría hacerlo sentir indefenso.

Hay muchas maneras de lidiar con la situación, pero responder con violencia o autolesiones puede ser más dañino que la situación original de acoso escolar.

1.37 Los papeles en el acoso escolar (4)

Aunque un niño sea solo espectador durante una situación de acoso escolar, tiene un grado de participación.

Ser testigo del comportamiento de acoso tiene un efecto fuerte sobre los niños, por lo cual es importante que aprendan a responder al acoso escolar cuando ven que sucede.

Hay tres papeles principales entre los niños que son espectadores: los participantes, los testigos silenciosos y los defensores.

- **Participantes:** Puede que los participantes no inicien o lideren el comportamiento de acoso, pero alientan o ayudan a los niños que acosan. Pueden incitar al acosador a que ataque, unirse al acoso o reírse y alentar al acosador.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES
Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

- **Testigo silencioso:** Estos niños no actúan como participantes en el comportamiento acosador, pero podrían ser audiencia del acoso, lo cual anima a que continúe. Podrían intentar separarse de la situación de acoso escolar, pero no defienden al niño que es atacado.
- **Defensores:** Estos niños hacen un esfuerzo por intervenir y detener el acoso escolar. Defienden verbalmente al niño atacado o informan del incidente a un adulto.

Es importante comprender estos papeles para poder ayudar a un niño que se identifique con uno o más de ellos.

Se debe enseñar a todos los niños a ser defensores y alentarlos a que actúen.

Cuando un niño espectador defiende a alguien que es acosado, habitualmente la situación de acoso escolar se detiene rápidamente.

1.38 ¡Personalícelo! (2)

Escuchar sobre el acoso escolar y los papeles que tienen los niños durante las situaciones de acoso puede provocar cierta preocupación.

¿Quién miedos o preocupaciones tiene para su hijo en lo que respecta al acoso escolar?

1.39 Señales y factores de riesgo del acoso escolar (1)

Hay muchas señales del acoso escolar a los que los padres deberían estar atentos.

Tener una relación abierta con sus hijos ayuda a hacerles sentir que tienen a alguien con quien hablar si se sienten en peligro o inseguros acerca de las cosas que suceden en la escuela o fuera del hogar familiar.

Es importante recordar que el acoso escolar puede suceder en las escuelas, los parques, la casa de un vecino e incluso entre primos o amigos,

Aunque puede ser difícil escuchar a su hijo/a contar estas historias, quizás pueda identificar algunos factores de riesgo en las situaciones y pueda proporcionarle ayuda.

Seleccione cada pestaña para conocer más sobre las señales y los factores de riesgo del acoso escolar.

1.40 Signos y factores de riesgo del acoso escolar (2)

Hay muchos factores de riesgo para un niño que es acosado.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

Algunos de estos factores de riesgo están basados en cómo los otros niños perciben al niño que es acosado, aunque el niño no sea así realmente. Algunos de estos factores de riesgo están basados en las características o los comportamientos que tiene ese niño:

El niño puede ser percibido como diferente a sus compañeros, por ejemplo si tiene sobrepeso o es demasiado flaco, si usa lentes o vestimenta diferente, si es nuevo en la escuela, o si no tiene alcance a lo que los niños consideran “de moda”.

- El niño puede ser percibido como débil o incapaz de defenderse
- El niño puede estar deprimido, ansioso o tener una baja autoestima.
- El niño puede ser menos popular que otros y tiene pocos amigos.
- El niño puede no llevarse bien con los demás, ser considerado molesto o provocador, u hostigar a los demás para llamar su atención.

Es importante recordar que aunque un niño tenga estos factores de riesgo, quizás nunca sea acosado.

1.41 Señales y factores de riesgo del acoso escolar (3)

Hay muchos factores que pueden contribuir a que un niño tenga un comportamiento acosador.

Estos factores de riesgo están basados en características o comportamientos que demuestra el niño:

- El niño puede tener una buena conexión con sus compañeros, sentir que tiene poder social sobre los demás, estar preocupado por la popularidad y el dominio sobre sus compañeros
- El niño puede estar aislado de sus compañeros, desconectado de la escuela y tener baja autoestima.
- El niño puede ser agresivo o puede frustrarse fácilmente.
- El niño puede tener una baja supervisión de sus padres o estar teniendo problemas en su casa.
- El niño puede pensar mal de los demás.
- El niño puede tener dificultad para seguir las reglas.
- El niño puede considerar la violencia como algo positivo.
- El niño puede tener amigos que acosan a los demás.

Recuerde: los niños que acosan a otros no necesariamente son más fuertes o más grandes que los niños a quienes acosan.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

El desequilibrio de poder puede surgir de muchas fuentes: popularidad, fuerza y capacidad cognitiva, y los niños que acosan pueden tener más de una de estas características.

Es importante recordar otra vez que tener estas características no significa que automáticamente un niño esté acosando a otros.

1.42 Señales y factores de riesgo del acoso escolar (4)

Es posible que el niño no comunique que está siendo acosado.

Es por ello importante que los padres estén atentos a las señales que podrían indicar que su hijo/a está siendo acosado/a:

- Heridas inexplicables
- Ropa, libros, objetos electrónicos o de joyería perdidos o destruidos
- Dolores de cabeza o de estómago frecuentes; sentirse enfermo o fingir enfermedades
- Cambios en los hábitos alimenticios, por ejemplo saltar comidas o tener atracones (los niños pueden llegar a casa hambrientos porque no comieron el almuerzo en la escuela)
- Dificultad para dormir o pesadillas frecuentes
- Peores calificaciones, pérdida de interés en el trabajo escolar o no querer ir a la escuela
- Pérdida repentina de amigos o evasión de situaciones sociales
- Sentimientos de impotencia o disminución de la autoestima
- Comportamientos autodestructivos, por ejemplo irse de la casa, lastimarse a sí mismos o hablar sobre suicidio

1.43 Señales y factores de riesgo del acoso escolar (5)

Es importante que los padres estén atentos a las señales que podrían indicar que su hijo/a está acosando a otros niños:

- Participar en peleas físicas o verbales
- Tener amigos que acosan a los demás
- Ser cada vez más agresivo/a
- Ser enviado/a a la oficina del director o ganarse un castigo con frecuencia
- Tener dinero extra o pertenencias nuevas que no puede explicar
- Culpar a otros por sus problemas
- No asumir responsabilidad por sus acciones
- Ser competitivo/a y preocuparse por su reputación o popularidad

1.44 Los efectos del acoso escolar (1)

El acoso escolar afecta a todos los involucrados.

Seleccione cada pestaña para conocer cómo afecta el acoso escolar a quienes son acosados, a quienes acosan y a los espectadores.

1.45 Los efectos del acoso escolar (2)

Los niños que son acosados pueden experimentar diversos problemas negativos físicos, escolares y mentales:

- Depresión y ansiedad, aumento de sentimientos de tristeza y soledad, cambios en los patrones de sueño y alimentación, y pérdida de interés en las actividades que solían disfrutar (estos problemas pueden persistir hasta la edad adulta).
- Quejas relacionadas con la salud
- Una disminución en el logro académico (en su media de calificaciones -GPA, por sus siglas en inglés- y en las calificaciones de exámenes estandarizados) y en la participación escolar (son más propensos a no ir a la escuela, faltar o abandonarla por completo).

Un pequeño porcentaje de niños que son acosados eligen atacar de manera extremadamente violenta y agresiva, ya sea a ellos mismos con lesiones autoinflingidas o suicidio, o a otros, mediante actos vengativos violentos y dañinos.

1.46 Los efectos del acoso escolar (3)

Los niños que acosan tienen más probabilidades de tener comportamientos negativos:

- Abuso de alcohol y otras drogas
- Participar en peleas, vandalizar propiedades y abandonar la escuela
- Participar en actividades sexuales tempranas
- Tener condenas criminales y citaciones por problemas de tráfico
- Ser adultos agresivos con sus parejas, cónyuges o hijos

Los niños que acosan a los demás con frecuencia están involucrados en la violencia y tienen otros comportamientos de riesgo cuando son adultos.

1.47 Los efectos del acoso escolar (4)

Los niños que son espectadores de situaciones de acoso escolar también pueden sufrir efectos negativos durante toda su vida:

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

- Aumento en el uso de tabaco, alcohol u otras drogas
- Aumento de problemas de salud mental, incluyendo depresión y ansiedad
- Aumento en sentimientos de miedo, estrés y culpa
- Disminución de su empatía
- Disminución en la participación escolar

Muchos de estos efectos dañinos pueden quedar invalidados cuando los espectadores actúan como defensores y hacen un esfuerzo por intervenir, ya sea directa o indirectamente, cuando alguien está siendo acosado.

1.48 Actividad (2)

El acoso escolar es un tema complicado.

No solo es difícil de identificar a veces, sino que puede afectar a una gran cantidad de niños, muchos de los cuales son espectadores.

Los padres que hablan regularmente con sus hijos sobre la escuela, sus amigos y las actividades en las que participan tienen mayor probabilidad de descubrir si suceden situaciones de acoso escolar.

Ahora que sabe más sobre la frecuencia con la que sucede el acoso escolar, cómo puede suceder y quiénes son afectados, quizás tenga preguntas o se preocupe por su hijo.

Ahora pasaremos un tiempo haciendo una actividad sobre las preguntas que puede hacer a su hijo/a y la manera en la que puede compartir sus preocupaciones.

1.49 El acoso cibernético (2)

El acoso cibernético es el acoso que sucede mediante dispositivos digitales como teléfonos celulares, computadoras y tabletas.

El acoso cibernético incluye enviar, publicar o compartir contenido negativo, dañino, falso o malvado sobre otra persona.

Puede incluir compartir información personal o privada sobre otra persona, causando vergüenza o humillación.

Algunas situaciones de acoso cibernético van demasiado lejos y se convierten en comportamientos ilegales o criminales.

1.50 ¿Cómo sucede el acoso cibernético?

Si alguien tiene un teléfono, computadora o tableta, entonces tienen la capacidad de ser parte del acoso cibernético.

El acoso cibernético puede ocurrir mediante mensajes de texto, aplicaciones de mensajería instantánea, sitios de redes sociales, foros de mensajería, videojuegos de jugadores múltiples o en cualquier lugar que las personas puedan ver, participar o compartir contenido.

Constantemente se están creando nuevas aplicaciones y programas, por lo tanto siempre hay nuevas maneras de estar en riesgo de sufrir acoso cibernético.

1.51 ¡El acoso cibernético es un desafío!

El acoso cibernético puede ser un gran desafío, debido a que sucede en línea y es persistente, permanente y difícil de notar.

- **Persistente:** los dispositivos digitales ofrecen la capacidad de comunicar las 24 horas al día, por lo tanto puede ser difícil que los niños que experimentan acoso cibernético encuentran alivio.
- **Permanente:** la mayor parte de la información que se comunica de manera electrónica es permanente y pública, si no se reporta y elimina. Una reputación en línea negativa, incluyendo a quienes acosan, puede tener un impacto negativo en la admisión a la universidad, en el empleo y en otras áreas de la vida.
- **Difícil de notar:** Es más difícil de reconocer, ya que es posible que los maestros y padres no escuchen o vean que está habiendo acoso cibernético.

1.52 Qué hacer ante el acoso cibernético

Cuando ocurre el acoso cibernético, es importante documentar e informar el comportamiento para que pueda ser abordado.

Deben tomarse acciones de manera inmediata cuando ocurre el acoso cibernético:

- No responder y no reenviar mensajes de acoso cibernético.
- Conservar la evidencia del acoso cibernético. Registrar las fechas, horas y descripciones de las situaciones en las que ocurre el acoso cibernético. Guardar e imprimir capturas de pantalla, correos electrónicos y mensajes de texto. Utilizar esta evidencia para denunciar el acoso cibernético a los proveedores de servicio web y telefonía celular.
- Bloquear a la persona que está acosando.

1.53 Video sobre el acoso cibernético

Veamos un video con un ejemplo de acoso cibernético. Seleccione el video para reproducirlo.

1.54 Acoso racial

Cuando el acoso escolar basado en la raza o la etnia es grave, generalizado o persistente, puede ser considerado hostigamiento, lo cual es penado por las leyes federales de derecho civil.

Las escuelas tienen la obligación de intervenir y abordar los problemas de raza u odio dentro del entorno escolar.

Si una escuela no puede responder de manera apropiada al hostigamiento de los alumnos basado en una clase protegida, puede estar violando una o más leyes de derecho civil impuestas por el Departamento de Educación y el Departamento de Justicia.

1.55 El acoso escolar y el papel de las escuelas

La escuela es el lugar más común para que suceda el acoso por muchas razones:

- Es el lugar en el que los alumnos interactúan entre sí.
- Es imposible que los adultos observen a cada niño cada segundo de la jornada escolar.
- Es el entorno en el que se crea más fácilmente un desequilibrio de poder intencional y repetido entre los compañeros.

Si un niño está siendo acosado por un compañero de la escuela, la situación debe ser reportada al maestro del aula y/o al director inmediatamente.

No hay manera de que una escuela detenga el acoso escolar si no sabe que está sucediendo.

Este paso a veces puede ser intimidante, pero es fundamental hacerlo para detener el comportamiento acosador.

Si usted no está seguro/a de si el comportamiento es un comportamiento de acoso, piense en los tres requisitos fundamentales que caracterizan al acoso escolar: ¿Es repetido? ¿Es intencional? ¿Está relacionado con un aspecto de poder?

Incluso si el comportamiento solo parece cumplir uno o dos de estos requisitos, es importante que informe sobre el comportamiento a la escuela para que puedan detenerlo antes de que se convierta en comportamiento acosador.

Los procedimientos de la escuela son bastante estandarizados en lo que se refiere al comportamiento acosador.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES
Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

No existe tolerancia para el acoso escolar y la escuela debe abordarlo de manera inmediata.

Es importante recordar que la escuela debe escuchar e investigar todas las versiones de la historia en estos casos.

Con frecuencia, las escuelas entrevistan a todos los alumnos participantes, incluyendo a los espectadores.

Al informar a la escuela, es importante recordar que el niño que informa deberá contar su historia, incluso si es difícil para ellos revivir el incidente.

Una vez que los adultos de la escuela conozcan la gravedad de la situación, pueden realizar las acciones apropiadas.

A veces hay un intento de remediar la situación entre los dos niños, pero ambos niños deben tener la intención de hacerlo.

También hay muchas formas diferentes de justicia reparadora sobre la cual las escuelas reciben capacitación.

Esto es cuando se pide a los niños que acosan que piensen en cómo se siente el niño que fue acosado y que intenten comprender cómo podría reaccionar ante esa situación.

El objetivo de la escuela es primero cambiar y reformar el comportamiento.

Si esos intentos no funcionan, entonces se toman medidas disciplinarias más estrictas.

Como padres, es importante recordar que la escuela tiene procedimientos y protocolos que deben ser respetados.

También deben educar a todos los niños, por lo tanto asumir que un niño será expulsado de la escuela o de un aula por un comportamiento de acoso escolar no siempre es razonable.

Sí es razonable esperar que el comportamiento pare y que la escuela responda rápida y efectivamente a las preocupaciones.

Muchos distritos escolares tienen líneas telefónicas y direcciones de correo electrónico para mensajes anónimos mediante las cuales los alumnos y los padres pueden informar situaciones de acoso escolar o comportamiento peligroso.

Las escuelas comprenden la importancia de la epidemia del acoso escolar y tienen reglas sólidas en vigencia para lidiar con esas situaciones.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

Además, las escuelas ahora tienen la obligación de enseñar comportamientos para la prevención del acoso escolar en el aula.

Estos programas van de la mano con muchos currículos de aprendizaje social/emocional que muchas escuelas ya tienen en vigencia.

Los programas de prevención del acoso escolar se enseñan para disminuir las situaciones de acoso, pero también para disminuir los otros principales factores de riesgo .

Los alumnos aprenderán qué es el acoso escolar, cómo pueden ayudar a detenerlo y cómo informarlo inmediatamente, si es necesario.

Este aspecto importante de la reforma escolar ha ido disminuyendo durante los años las preocupaciones sobre la seguridad escolar.

La programación, concientización y un esfuerzo a nivel nacional para combatir el acoso escolar pueden ser atribuidos a una mejora en los números de reportes y respuestas al acoso escolar en las escuelas.

1.56 ¡Personalícelo! (3)

El acoso no es algo nuevo.

Todas las generaciones han experimentado acoso de uno u otro tipo.

En algunos países o comunidades, el acosador puede ser alguien en el poder, como un dictador o agente de autoridad.

En algunas culturas, ciertos papeles dentro de una familia pueden tener más poder que otros, y cuando los individuos en esos papeles utilizan ese poder, pueden ser considerados acosadores.

Piense en su familia y en cómo y dónde creció; ¿puede pensar en alguien que usted consideraba que era acosador?

1.57 Las conexiones culturales (2)

Ahora que hemos pensado en el acoso que hemos visto o del que hemos sabido, pensemos a continuación en lo que podemos hacer con nuestras propias familias para prevenir o hablar sobre el acoso escolar.

En algunas familias, hablar con los padres o las figuras adultas de autoridad puede ser algo intimidante.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

Probablemente se les haya enseñado a los niños a demostrar respeto quedándose callados; esto puede hacer que piensen que no pueden hablar con sus padres u otros familiares sobre situaciones o cosas que los asustan.

En otras familias, los niños pueden ver dinámicas familiares que comparan con las interacciones con sus compañeros.

Por ejemplo, si un niño tiene un abuelo o tío que toma todas las decisiones en nombre de la familia y no le importa cómo esas decisiones afectan a los demás, el niño puede considerarlo malvado.

Quizás los otros miembros de la familia no consideran malvado este comportamiento y se sienten cómodos con la dinámica establecida en su familia.

Piense en cómo puede hablar con sus hijos sobre la dinámica familiar y las amistades para que sientan que tienen un espacio seguro en el que pueden compartir sus problemas.

Hablar sobre lo que significa ser respetuoso y que todos merecen ser respetados los ayudará con las relaciones ahora y a medida que crezcan.

Es importante tener respeto hacia los adultos, pero también todos merecen ser respetados, incluso los niños.

Los adultos no tienen por qué estar de acuerdo con sus hijos o permitir que hagan todo lo que quieran, pero escuchar sus pensamientos los hace sentir respetados.

1.58 Actividad (3)

Puede ser difícil saber cómo comenzar una conversación con sus hijos sobre el acoso escolar, o incluso cómo responderles cuando comparten lo que está sucediendo en la escuela o con sus amigos.

Esta actividad compartirá algunas experiencias comunes y lo que pueden compartir los padres sobre estas situaciones con sus hijos.

1.59 Cómo abordar el acoso escolar en casa

Hay muchas maneras de abordar el acoso escolar en casa.

La manera en la que son disciplinados en casa y la relación que tienen con sus padres tienen una gran influencia en los niños.

Hay algunas maneras de abordar el acoso escolar en casa:

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES
Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

- Enseñe amabilidad en casa.
- Sea alguien con quien su hijo/a pueda hablar.
- Vaya a la escuela como parte fundamental para obtener ayuda.
- Establezca reglas y expectativas claras.
- Establezca consecuencias apropiadas para comportamientos agresivos e inapropiados.

Quizás note que la mayoría de estas estrategias no parecen abordar el acoso escolar de manera directa, pero al implementarlas con sus hijos, usted ayuda a que desarrollen las características y habilidades que pueden prevenir el acoso escolar.

Seleccione cada recuadro de texto para obtener más detalles sobre cada estrategia.

1.60 Cómo abordar el acoso escolar en casa (1)

Decir a los niños que deben ser amables con los demás es una buena manera de comenzar a enseñar amabilidad, pero cuando compartimos con ellos por qué queremos que sean amables y damos ejemplos de cómo serlo, entonces los niños realmente aprenden de qué se trata la amabilidad.

Aquí hay algunas maneras de que los padres enseñen amabilidad en casa:

- Comparta historias personales sobre cuando alguien fue amable con usted y cuente cómo lo/a hizo sentir.
- Cuente a su hijo/a los actos de amabilidad de los que sea testigo. (“Qué bello lo que hizo esa persona, ¿ves lo contentos que están?”)
- Hagan cosas amables entre unos y otros. Por ejemplo, escuchar a su hijo/a hablar sobre su día, ayudarlo/a con una tarea cuando se sienta abrumado/a o tomarse algunos minutos para sentarse con él/ella y preguntarle cómo se siente.
- Reconozca cuando su hijo/a hace algo amable con usted y dígame cómo lo/a hizo sentir.

1.61 Cómo abordar el acoso escolar en casa (2)

No siempre es fácil para un niño contar un problema a sus padres.

Cuando los niños son pequeños, sus problemas son más simples. Pero a medida que crecen, los problemas pueden referirse a sus amistades y sentimientos y es más difícil compartir estas cosas,

Quizás los padres se pregunten cómo pueden hacer para que sus hijos se sientan más cómodos y para que hablen sobre los problemas que están teniendo.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES
Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

Aquí hay algunas maneras para alentar a que sus hijos hablen sobre cualquier cosa:

- **Pregunte a su hijo/a sobre su día o sus amigos cuando estén juntos en el auto.** Esto le da la oportunidad de hablar sin estar cara a cara, y a veces eso es más fácil. Además, la mayoría de las familias están juntas en el auto con frecuencia, es un momento en el que los padres no están cocinando, trabajando u ocupándose de otra cosa.
- **Sea abierto/a cuando su hijo/a quiera hablar sobre algo.** Algunos temas son difíciles. Los padres pueden ser protectores y querer establecer una regla o un límite cuando sus hijos quieren hablar sobre novios o novias. Si esta es la reacción que percibe un niño, quizás deje de compartir. Intente escuchar primero y luego compartir sus sentimientos: “Me preocupa que pasas tiempo con muchachos, porque quiero mantenerte a salvo, pero eso no significa que no quiero que compartas cosas conmigo”.
- **Haga tiempo, siempre que pueda.** Los niños tienen problemas que surgen todo el tiempo, pero puede pasar un tiempo antes de que estén listos para hablar sobre esos problemas. No podemos predecir cuándo un niño querrá hablar, y cuando el momento llega, quizás los padres están ocupados o distraídos. Cuando usted se toma aunque sean solo dos minutos para detenerse y escuchar, su hijo/a comprende que lo que tiene para decir es importante.
- **Prometa amar a su hijo/a pase lo que pase.** Que su hijo/a reciba el mensaje de que usted lo/a amará sin importar qué tipo de problemas tenga quizás sea lo más importante que pueda escuchar. Saber esto le proporciona la seguridad que necesita para compartir cosas difíciles. Recuerde que lo que para usted puede ser difícil de escuchar, a su hijo/a probablemente le da miedo.

1.62 Cómo abordar el acoso escolar en casa (3)

Las escuelas quieren que los niños se sientan seguros y que disfruten su tiempo en la escuela.

Cuando un niño no se siente seguro o no está feliz, es posible que no se sienta cómodo para hablar con alguien en la escuela.

Los padres pueden pedir ayuda en la escuela para que ayuden a su hijo/a:

- Reúnase con un maestro o administrador si su hijo/a siente que está siendo acosado/a y siente que no puede defenderse por sí mismo.
- Pida ayuda; está bien pedir ayuda, ya que a que los padres no siempre conocen las respuestas. Cuando los padres piden ayuda a la escuela, los niños ven que la escuela es un lugar seguro para pedir ayuda.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES
Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

- Reconozca que quizás deba comunicárselo a la escuela, incluso si su hijo/a no quiere que lo haga. Comparta la preocupación que tiene su hijo/a por ir a la escuela para pedir ayuda y pida que traten el problema de manera confidencial. Los administradores de la escuela saben cómo manejar situaciones difíciles y confidenciales entre los niños.

1.63 Cómo abordar el acoso escolar en casa (4)

Ahora que ha aprendido cómo se manifiesta el acoso escolar, puede apoyar mejor a su hijo/a.

Sea claro/a con su hijo/a sobre cómo debe comportarse con los adultos y sus compañeros:

- Diga a los niños lo que usted espera de ellos:
 - “Espero que trates a las personas con respeto. Si alguien es malo o irrespetuoso contigo, no significa que tú debas actuar de la misma manera”.
- Comparta sus valores con su hijo/a para recordarles cómo vivir sus vidas:
 - “Es importante para mí que representes bien a nuestra familia cuando estés con otras personas. Esto significa que debes ser amable, servicial y educado/a, aun cuando no sea fácil serlo”.
 - “Quiero que ayudes a las personas que necesitan ayuda, incluso cuando sea difícil. Actúa cuando veas que tratan mal a alguien y si es muy difícil, habla conmigo o con tu maestro”.

Para un niño no es fácil hacer frente a alguien que es malo o defender a alguien que está siendo maltratado. No defenderse a sí mismos tampoco es fácil.

Enseñe a su hijo/a que puede recurrir a los adultos para hablar sobre lo que están viendo y pedirles ayuda.

Asegúrese de que entienda que hablar con un adulto es también ayudar.

1.64 Cómo abordar el acoso escolar en casa (5)

Aunque no queremos que nuestros niños sean quienes acosan o quienes apoyan a una persona que está acosando, es algo que puede pasar.

Es importante establecer consecuencias apropiadas para comportamientos agresivos y/o inapropiados:

- Confronte a su hijo/a si usted ve o escucha que tiene un papel activo en el acoso escolar. Explique a su hijo por qué su comportamiento es dañino y dígale que debe parar.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES
Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

- Recuerde a su hijo/a sus valores y establezca consecuencias apropiadas. Un ejemplo para niños menores puede ser dejarlo/a solo/a un tiempo para que piense en su comportamiento. Un ejemplo para niños mayores puede ser escribir una nota de disculpa o hacer algo bonito para la persona a la que le hicieron daño. O podría significar una pérdida de privilegios.
- Comparta con la escuela los comportamientos que está viendo (si es apropiado), aunque le resulte difícil. Quizás la escuela ya esté viendo algunos comportamientos y proporcionando consecuencias. Trabajando en conjunto, la escuela y los padres pueden encontrar consecuencias que sean útiles y enviar un mensaje claro al niño.

1.65 Cómo prevenir el acoso escolar

Aunque es importante aprender sobre lo que es el acoso escolar y sobre lo que hacen las escuelas para solucionarlo, es igualmente importante aprender lo que pueden hacer los padres en casa con sus hijos:

- **Ayude a los niños a comprender el acoso escolar:**

Hable sobre lo que es el acoso escolar y sobre cómo afrontarlo de manera segura.

Diga a los niños que el acoso escolar es inaceptable.

Asegúrese de que los niños sepan cómo obtener ayuda.

Los niños que saben lo que es el acoso escolar pueden identificarlo mejor; pueden hablar sobre el acoso escolar si les sucede a ellos o a otros.

- Mantenga abiertas las líneas de comunicación:
 - Hable con sus hijos frecuentemente.
 - Escúchelos.
 - Conozca a sus amigos, haga preguntas sobre la escuela y comprenda sus preocupaciones.
 - Las investigaciones sobre el tema demuestran que los niños realmente buscan a los padres y a los cuidadores para obtener consejos y ayuda cuando tienen decisiones difíciles.
 - A veces, pasar 15 minutos al día hablando con ellos puede hacerles saber que pueden hablar con sus padres si tienen un problema.
- **Aliente a los niños a hacer lo que aman:**
 - Ayude los niños a identificar sus intereses especiales.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES

Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

- Permitan que los niños participen en las actividades, intereses y pasatiempos que les gusten.
- Anime a los niños a participar como voluntarios, hacer deportes, cantar en un coro o a unirse a un grupo juvenil o club escolar.
- Estas actividades les dan la oportunidad de divertirse y conocer a otros niños con los mismos intereses; pueden desarrollar su confianza y amistades que puedan protegerlos del acoso escolar.
- **Sea usted un ejemplo de cómo tratar a los demás:**
 - Trate a los demás con amabilidad y respeto.
 - Demuestre a los niños que no hay lugar para el acoso.
 - Los niños aprenden de las acciones de los adultos.
 - Aunque parezca que no están prestando atención, los niños observan cómo los adultos manejan el estrés y los conflictos, y también la manera en que tratan a sus amigos, colegas y familiares.

1.66 Lo que pueden hacer los padres

Hay cosas que pueden hacer los padres en casa y también cosas que pueden hacer junto a la escuela para resolver este problema.

Puede notar que ya hemos hablado sobre la mayoría de estos puntos durante este módulo, por ejemplo cómo reconocer las señales de alerta, lo que es y lo que no es acoso escolar y la importancia de hablar con su hijo/a sobre el acoso escolar.

No tenga miedo de hablar con la escuela si tiene preocupaciones respecto al acoso escolar.

Las escuelas quieren que los niños se sientan seguros y felices en la escuela y prevenir y abordar el acoso escolar es algo importante para lograrlo.

1.67 Video sobre el acoso escolar

Seleccione y reproduzca este video de la campaña Stop Bullying desarrollada por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos.

1.68 Actividad para llevar a casa

Aquí hay una actividad que puede completar y llevar a casa:

- Crear una tarjeta que demuestre amabilidad para alguien de su familia.

SERIE DE MÓDULOS SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE PADRES
Módulo 7: El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a.

- Platicar sobre lo que ha aprendido de este módulo con su familia y compartir la tarjeta que hizo.
- Recordar a sus familiares que la amabilidad es la mejor y la única opción en su casa y hablar sobre cómo puede ayudarlos.

1.69 Hacer un plan. (1)

En este módulo hemos compartido muchas ideas.

Quizás esté emocionado/a y listo/a para probar algunas de las estrategias que ha aprendido.

Como padres, estamos muy ocupados y a veces trabajar y cuidar de la familia parece ocupar la mayor parte del día.

Para poder ayudarlo/a a probar estas nuevas estrategias, aquí hay un recurso llamado Planificación de acciones.

Descargue este recurso y responda a las preguntas sobre lo que intentará hacer con sus hijos antes de nuestra próxima reunión.

Conserve este recurso para poder tomar notas cuando pruebe nuevas cosas en su casa.

Esperamos que comparta sus experiencias con el grupo la próxima vez.

Quizás vea que otros también tuvieron los mismos tipos de experiencias.

1.70 ¡Felicitaciones y gracias!

Así finaliza el Módulo 7: “El acoso escolar: Qué es y cómo ayudar a su hijo/a”.

Gracias por tomarse el tiempo para completar este módulo.