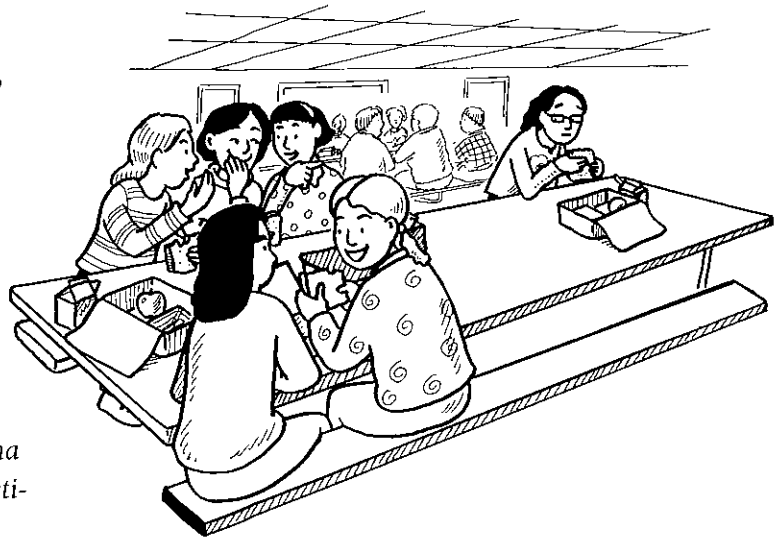


El acoso: Preguntas y respuestas

Jack almuerza en silencio mientras sus amigos se ríen de un compañero que tiene una discapacidad de aprendizaje. Katie no quiere ir al colegio porque dice que las otras niñas se burlan de ella por sus gafas. En la cancha de baloncesto, Christopher y sus amigos zancadillean repetidamente a un niño más pequeño.

Todos estos niños sufren los efectos del acoso. Y lo más probable es que su hija se haya visto afectada por el problema en algún momento como testigo, víctima o acosadora. Así que, ¿qué pueden hacer los padres? He aquí respuestas a algunas preguntas frecuentes sobre el acoso escolar.



o depresión. En casos más extremos el acoso se ha relacionado con comportamientos violentos o suicidio.

P ¿Por qué acosan los niños a sus compañeros?

R Los expertos solían pensar que, por lo general, los acosadores tenían baja autoestima y que hacían daño a los demás para sentirse mejor personalmente. Aunque esto suceda, también es común que los niños populares entre sus compañeros sean acosadores. Los motiva el poder social y se aprovechan de niños menos populares para conseguir todavía más poder. Por ejemplo, una niña que cae bien podría decidir quién salta a la cuerda durante el recreo o dónde se sientan los otros niños durante el almuerzo. Por otro lado, una niña menos popular podría acosar a otros niños (empujar a una compañera que no hace lo que le dice, insultarla) en un intento de conseguir más amigos.



P ¿Qué debería hacer mi hija si observa un incidente de acoso?

R A los acosadores les encanta tener público así que lo mejor que puede hacer su hija es prestar atención a la víctima e ignorar al acosador. Si alguien es atacado físicamente, su hija debería decirlo al adulto más próximo. Si alguien se burla de una compañera, su hija podría acercarse y preguntar a la niña si quiere jugar. Explíquele a su hija que usted es consciente de que se necesita valor para esas cosas, pero si ella no se rinde ante un acosador, otros podrán seguir su ejemplo. *Idea:* Explíquele la diferencia entre informar sobre un acosador o contar habladurías: informar es ayudar a sacar a alguien de apuros y contar habladurías es meter a alguien en problemas.



P Mi hijo y sus amigos se toman mucho el pelo. ¿Es eso acoso?

R Las burlas juguetonas entre amigos no se suelen considerar acoso. Un buen amigo sabe si su compañero ya se ha cansado y si las bromas han dejado

de ser divertidas. El acoso, por el contrario, es cruel y no es una broma para la víctima. Además un acosador es persistente y tiene alguna ventaja sobre la víctima. Por ejemplo, puede ser más grande, mayor o más popular. Algunos ejemplos de acoso serían amenazas, insultos, empujones o puñetazos. Todos estos comportamientos — verbales o físicos — deben ser tomados con seriedad.

P Últimamente se oye hablar mucho del acoso escolar. ¿Es más frecuente hoy día?

R Aunque no está claro que el acoso vaya en aumento es cierto que el problema atrae más atención según vamos aprendiendo más sobre sus serias consecuencias tanto para los acosadores como para las víctimas. Por ejemplo, los niños que acosan a otros niños de mayores tienen más probabilidades de meterse en problemas con la ley. Y las víctimas pueden experimentar bajada de notas, aumento de faltas a clase, falta de confianza en sí mismos

P Mi hijo no quiere ir a la escuela porque los niños se burlan de su peso. ¿Cómo puedo ayudarlo a que se defienda?

R Aunque su hijo puede aprender estrategias para hacer frente a sus compañeros, el acoso por lo general es un problema al cual su hijo no debería hacer frente solo. Probablemente necesitará a un adulto para que le ayude a solucionar el problema definitivamente. Considere llamar o entrevistarse con su maestra o con la orientadora escolar. Podrían sugerirle un grupo de apoyo o un estudiante mayor—un “superviviente” del acoso—que comparta sus experiencias con su hijo. Mientras tanto dígame a su hijo que la mayoría de los incidentes de acoso tiene lugar cuando los adultos no prestan atención y ayúdele a que planee de antemano. (“¿Con quién vas a jugar hoy en el recreo?” “¿Dónde te vas a sentar en el autobús?”) Finalmente aconseje lo siguiente para garantizar la seguridad de su hijo: Di lo que sientes, pide ayuda, encuentra a un amigo, sal del lugar. Cuando alguien lo acose puede poner a prueba una de esas estrategias. Por ejemplo podría decir “No quiero oír esto” y alejarse.



probable que excluyan a su hija de un grupito del que le gustaría formar parte. Sugírela con dulzura que se haga amiga de niños que traten a las personas con amabilidad. También podría asistir a actividades extraescolares para encontrar amistades que

compartan sus intereses. *Idea:* Pregunte

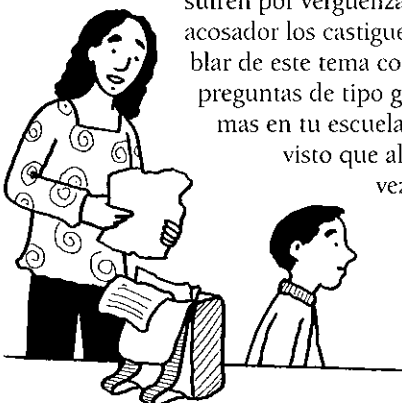
a la bibliotecaria por libros sobre niños a los que les cuesta hacer amigos. Saber que otros niños pasan por lo mismo puede ayudar a su hija a sentirse menos sola y puede encontrar en la lectura ideas para fortalecer la amistad.

P Por casualidad escuché a mi hijo y a sus amigos cuando amenazaban a otro niño en el parque. ¿Cómo debería reaccionar a esto?

R Pregúntele a su hijo cómo se sentiría si él fuera el niño amenazado. Explíquele que su comportamiento es inaceptable y aclárele cuáles serán las consecuencias si ese comportamiento persiste. Ayude también a su hijo a sentir más empatía hablándole con regularidad de los sentimientos de los demás (“Tu hermano está decepcionado porque su equipo de fútbol americano perdió, así que vamos a intentar ayudarlo”). Busquen a su alrededor ejemplos de comportamiento (“Ese actor ayudó a reconstruir las casas que algunas personas perdieron en la inundación”). Considere también que su familia participe en servicios comunitarios. Su hijo podría leerles a los niños de un refugio, servir comida en un comedor de beneficencia o caminar por una causa como el autismo o la investigación del cáncer.

P ¿Cómo puedo saber si mi hijo está siendo acosado?

R Con frecuencia los niños mantienen en secreto el acoso que sufren por vergüenza o porque temen que el acosador los castigue por contarlo. Intente hablar de este tema con su hijo. Podría hacerle preguntas de tipo general como “¿Hay problemas en tu escuela con el acoso?” o “¿Has visto que alguien fuera acosado alguna vez?” Sea consciente también



de los factores de riesgo: los niños con sobrepeso, con una discapacidad o los que parecen diferentes son con frecuencia objetivos claros. Finalmente, preste

atención a las señales de alerta. Recuerde que tal vez no vea moratones. Es más probable, en cambio, que una víctima evite asistir a sus actividades favoritas, quiera quedarse en casa en vez de ir al colegio, se porte mal, pierda cosas sin explicación o llegue a casa con libros y papeles rotos o dañados.

P Últimamente mi hija es infeliz. Finalmente me ha dicho que es porque sus compañeras no quieren que esté con ellas. ¿Puedo hacer algo al respecto?

R Cuando se excluye a una niña a propósito y repetidamente, se está acosando. Haga primero preguntas específicas para enterarse de qué sucede. (“¿Dónde ocurre?” “¿Quién te trata así?”) Es

P Sé que el ciberacoso es un problema enorme entre niños mayores. ¿Debería preocuparme ahora mismo?

R Echar un vistazo a las actividades de su hija en la red es una de las maneras más eficaces de prevenir el ciberacoso. Si tienen una computadora, pónganla en un área común (cocina, cuarto de estar) en lugar de en el dormitorio de su hija. Considere también escribir normas de uso de Internet. Por ejemplo, podría no permitirle a su hija visitar lugares de charla o sitios de redes sociales. Podría “marcar” una lista de sitios seguros y decirle que no puede visitar otras páginas sin el permiso de usted. Y explíquele que si alguna vez ve algo que la disgusta o hace que se sienta incómoda, debería comunicárselo inmediatamente a usted.



Home & School CONNECTION[®]

Resources for Educators, a division of CCH Incorporated ■ 128 N. Royal Avenue, Front Royal, VA 22630 ■ 540-636-4280

© 2012 Resources for Educators, a division of CCH Incorporated

HS12xx209S