

APRENDO
en casa



PAUTAS PARA
PREVENIR Y ATENDER
EL CIBERACOSO
DESDE LA FAMILIA

PAUTAS PARA PREVENIR Y ATENDER EL CIBERACOSO DESDE LA FAMILIA

En el contexto de aislamiento social obligatorio, niñas, niños y adolescentes permanecen todo el día en el hogar. Ellos interactúan con sus compañeros de clases, familiares y amigos a través de las redes sociales. Esto ha incrementado el uso de internet.

Por esta razón, es importante que las familias eduquen y acompañen a sus hijos sobre el uso seguro y responsable de internet. Por ello, te brindamos pautas para prevenir y atender el ciberacoso:

► ¿QUÉ ES EL CIBERACOSO?

El acoso escolar, también conocido como “bullying”, es un tipo de violencia que se caracteriza por conductas intencionales de hostigamiento, falta de respeto y maltrato verbal y/o físico que recibe un estudiante en forma reiterada por parte de uno o varios estudiantes. Estas acciones intimidan y excluyen a la víctima. Además, atenta contra su dignidad y derecho a gozar de un entorno escolar libre de violencia.

El acoso escolar puede darse a través de las redes sociales. Este tipo de acoso es conocido como ciberacoso o ciberbullying, por ejemplo:

- Publicar una imagen o datos que perjudiquen o avergüencen a algún compañero o compañera.
- Dejar comentarios ofensivos en fotos o publicaciones de otros.
- Enviar mensajes amenazadores por correos electrónicos o redes sociales.

En la mayoría de casos, el acoso inicia de manera presencial en las aulas y luego escala a espacios fuera de la escuela, alcanzando las redes sociales. El acoso en línea puede favorecer el anonimato del agresor, quien la utiliza para fomentar burlas hacia una persona, así como para publicar fotos o videos que avergüenzan a la víctima.

► ¿CUÁLES SON LAS CONSECUENCIAS DEL CIBERACOSO?

Como padres y madres de familia es necesario tener en cuenta que todas las formas de violencia tienen un impacto negativo en el desarrollo y bienestar de los estudiantes. Si bien algunos efectos pueden observarse de inmediato, la mayoría puede manifestarse durante el curso de la vida.

A continuación, revisaremos algunas consecuencias negativas del ciberacoso en cada uno de los actores:

a. En el estudiante que sufre la agresión (agredido):

- Pérdida de confianza en sí mismo y en los demás
- Problemas en el rendimiento escolar
- Miedo o rechazo para asistir a la escuela
- Aislamiento
- Estados de ansiedad o depresión
- Desórdenes en la alimentación y el sueño
- En casos extremos, puede llevar al intento de suicidio

b. En el estudiante que ejerció la agresión (agresor):

- Bajo rendimiento escolar
- Suspensiones frecuentes en clases
- Uso de la violencia para resolver conflictos
- Falta de sensibilidad o empatía ante el sufrimiento de otros
- Probabilidad de desarrollar conductas que infringen la ley

c. En quienes toman conocimiento de la agresión (testigo):

- Valoración de la violencia como forma de prestigio social
- Poca sensibilidad ante las agresiones cotidianas
- Sentimiento de rabia, impotencia y culpabilidad por no saber cómo ayudar

► ¿QUÉ SEÑALES DE ALERTA DEBO DE TENER EN CUENTA ANTE EL CIBERACOSO?

Desde nuestro rol como familia es importante estar alertas a los cambios de conducta de nuestros hijos. Debemos tener en cuenta lo siguiente:

- Crea excusas con el fin de no compartir espacios con sus compañeros, incluso en las clases a distancia.
- Disminuye su rendimiento escolar.
- Manifiesta cambios en su estado de ánimo como tristeza e irritabilidad.
- Aislamiento y miedo de establecer vínculos con sus compañeros.
- Presenta malestares físicos, como dolor de cabeza, estómago, mareos, entre otros.

► ¿QUÉ PUEDO HACER SI MI HIJO O MI HIJA ES VÍCTIMA DE CIBERACOSO?

La mejor manera de acompañar a nuestros hijos es desde el respeto y la empatía; por tal razón, es importante crear un clima de confianza que les permitan expresar lo que está ocurriendo y los sentimientos que les generan. A continuación, presentamos algunas recomendaciones a seguir:

- Solicitemos en forma afectuosa a nuestros hijos que nos cuenten lo que les viene sucediendo, con qué frecuencia, desde cuándo y quién o quiénes son los acosadores.
- Hagámosle saber que cuenta con el apoyo de sus padres para resolver este incidente.
- Comuniquemos a nuestros hijos que no deberían sentirse culpables por lo que les está sucediendo.
- Indiquemos que es importante que no guarden silencio ante un caso de violencia.
- Informemos del hecho al director de la escuela y reportemos en el Portal SíseVe.



RECUERDA:

Todo hecho de violencia escolar, incluso el ciberacoso, puede ser reportado en el Portal SíseVe (www.siseve.pe) o a través de la línea gratuita del SíseVe 0800-76888, que atiende de lunes a viernes desde las 8:00 a 20:00 horas.

► ¿QUÉ HACER SI MI HIJA O HIJO ES EL AGRESOR?

En caso identifiques que tus hijos son los agresores, te recomendamos lo siguiente:

- Manifiéstale claramente que estas conductas no son aceptadas en la familia o en la escuela.
- Exprésale afecto y sentimientos positivos.
- Enséñale a asumir su responsabilidad, que se dé cuenta de que está haciendo daño a su compañero.
- Explícale la diferencia entre agresividad y asertividad. La asertividad es hacer valer los propios derechos, sin atropellar los derechos de los demás.
- Colabora con la escuela para propiciar el cambio de comportamiento.
- Explora las razones por las cuáles decide ser agresor (tal vez algo le incomoda y no sabe cómo expresarlo).
- Reflexionen juntos sobre las razones por las cuáles está asumiendo un rol agresivo para con sus compañeros.
- Explícale las consecuencias de ser un agresor. Tal vez no ha caído en cuenta de que sus acciones tienen un impacto directo en la autoestima y las emociones de sus compañeros.

► ¿CÓMO PUEDO PREVENIR EL CIBERACOSO?

La familia cumple un rol protector importante para prevenir el ciberacoso desde el hogar. por lo que te recomendamos lo siguiente:

- Establece con tus hijos las formas adecuadas de comunicación a través del internet, y promueve con ellos la reflexión sobre qué mensajes pueden afectar o poner en riesgo su integridad y la de los demás.
- Conversa con tus hijos sobre los riesgos que existen en internet, como ponerse en contacto con personas que no conoce, acceder a links con contenido inapropiado, revelar información personal, entre otros.
- Enséñales a cuidar sus datos personales y explícales los riesgos que genera el compartirlo en internet.
- Toma en cuenta que también hay otras formas de violencia a través de internet que es clave informar a nuestros hijos:
 - **GROOMING.** Cuando una persona adulta (hombre o mujer) se contacta con una niña, un niño o adolescente con la intención de manipularlo o incitarlo a realizar actividades sexuales. Normalmente, el contacto se inicia a través de las redes sociales. El agresor o agresora utiliza un perfil falso para ganarse la confianza del menor de edad.
 - **SEXTORSIÓN.** Es una forma de chantaje sexual en línea, en la que se amenaza a menores de edad. Este chantaje puede realizarse de diferentes maneras, tales como:
 1. El agresor hackea la cuenta de la víctima revisando sus fotos o videos privados y los utiliza para chantajearla.
 2. El agresor se hace pasar por una persona amable y no descansa hasta que su víctima le envíe una foto o video que muestre partes desnudas de su cuerpo.

► REFERENCIAS

- MINEDU (2017). *Guía para prevenir y atender el acoso entre estudiantes*. Lima: MINEDU.
- MINEDU (2019). *Guía para la intervención de las instituciones educativas frente a las situaciones de violencia entre estudiantes*. Perú, Lima: MINEDU