



# Prevención Del Acoso: Estrategias Para Los Padres

PRESENTADO POR: KATHERINE GUERRERO, PSICÓLOGA ESCOLAR &  
SANTIAGA AGRANOWITZ, ESPECIALISTA DEL PROGRAMA, APOYO ESCALONADO

# Definición de acoso escolar

- El acoso es un comportamiento no deseado y agresivo entre niños en edad escolar que implica un desequilibrio de poder real o percibido. El comportamiento se repite, o tiene el potencial de repetirse, a lo largo del tiempo. Tanto los niños que son acosados como los que acosan a otros pueden tener problemas graves y duraderos.



# Continuación de la definición de acoso escolar ...

- ▶ Para que se considere acoso, el comportamiento debe ser agresivo e incluir:
- ▶ **Un desequilibrio de poder:** Los niños que intimidan utilizan su poder -como la fuerza física, el acceso a información embarazosa o la popularidad- para controlar o dañar a otros. Los desequilibrios de poder pueden cambiar con el tiempo y en diferentes situaciones, incluso si se trata de las mismas personas.
- ▶ **Repetición:** Los comportamientos de intimidación ocurren más de una vez o tienen el potencial de ocurrir más de una vez.
- ▶ El acoso incluye acciones como hacer amenazas, difundir rumores, atacar a alguien física o verbalmente y excluir a alguien de un grupo a propósito.



# Tipos de acoso escolar

## Físico

- Golpes/patadas/pellizcos
- Escupir
- Tropezar/empujar
- Tomar o romper las cosas de alguien
- Hacer gestos con las manos que sean malos o groseros

## Social/Verbal

- Dejar fuera a alguien a propósito
- Decir a otros niños que no sean amigos de alguien
- Difundir rumores sobre alguien
- Avergonzar a alguien en público
- Bromas
- Insultos
- Comentarios sexuales inapropiados
- Burlas
- Amenazar con causar daño

## Ciberacoso

- Publicar o compartir contenidos negativos, dañinos, falsos o mezquinos sobre otra persona.
- Puede incluir el hecho de compartir información personal o privada sobre otra persona causando vergüenza o humillación.
- En algunos casos, el ciberacoso se convierte en un comportamiento ilegal o delictivo.
- Los lugares más comunes donde se produce el ciberacoso son las redes sociales, mensajes de texto, y correo electrónico.



# Cómo reconocer los signos de acoso

## Físico

- Lesiones inexplicables
- Pérdida o destrucción de ropa, libros, aparatos electrónicos o joyas
- Dolores de cabeza o de estómago frecuentes, sentirse mal o fingir una enfermedad
- Cambios en los hábitos alimentarios, como saltarse comidas repentinamente o darse atracones. Los niños pueden llegar a casa con hambre porque no han comido.

## Comportamiento/Emocional

- Disminución de las calificaciones, pérdida de interés en las tareas escolares o falta de ganas de ir a la escuela.
- Pérdida repentina de amigos o evitación de situaciones sociales
- Sentimientos de impotencia o disminución de la autoestima
- Comportamientos autodestructivos como huir de casa, hacerse daño o hablar de suicidio

## Acoso digital/cibernético

- Pasa mucho tiempo en línea, especialmente de noche o cuando está solo.
- Recibe una cantidad excesiva de mensajes de texto o notificaciones de redes sociales
- Sale rápidamente de la computadora o el teléfono celular cuando se acerca un padre o tutor
- Retraído o deprimido

# Conflicto entre compañeros vs. Bullying

## Conflicto normal entre compañeros

- ▶ Poder Igual
- ▶ Evento único o ocasional
- ▶ No amenazante
- ▶ Reacción emocional igual
- ▶ No busca poder ni atención.
- ▶ asumirá la responsabilidad
- ▶ Se esfuerza por resolver el problema



# Conflicto normal entre compañeros

## Bullying

- ▶ Desequilibrio de poder
- ▶ Acciones negativas repetidas
- ▶ Amenaza grave de daño físico o emocional
- ▶ Fuerte reacción emocional de la víctima/sin reacción del acosador
- ▶ Buscando poder, control, atención.
- ▶ Culpa a la víctima
- ▶ Ningún esfuerzo por asumir la responsabilidad

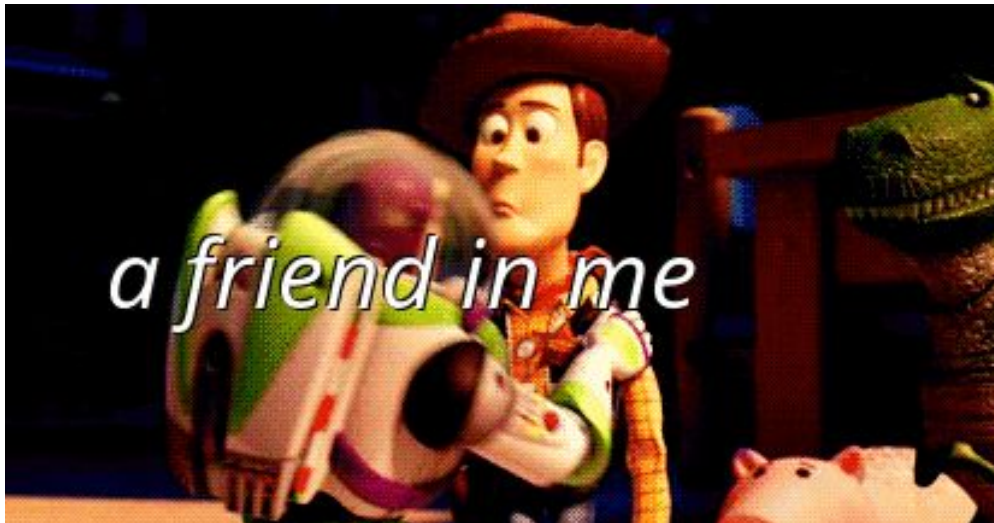




# Pregunta

- ▶ ¿Cuáles son sus experiencias (o las de su hijo) con el conflicto entre compañeros o la intimidación?

Buddy



Bully





# ¿Quién está en riesgo de acoso?

## Niños en riesgo de ser acosados

- ▶ Son percibidos como diferentes de sus compañeros, como tener sobrepeso o bajo peso, usar anteojos o ropa diferente, ser nuevos en una escuela o no poder pagar lo que los niños consideran "genial"
- ▶ Son percibidos como débiles o incapaces de defenderse
- ▶ Están deprimidos, ansiosos o tienen baja autoestima.
- ▶ Son menos populares que otros y tienen pocos amigos.
- ▶ No se lleva bien con los demás, es visto como molesto o provocador, o se enemista con los demás para llamar la atención.



# ¿Quién está en riesgo de acoso?

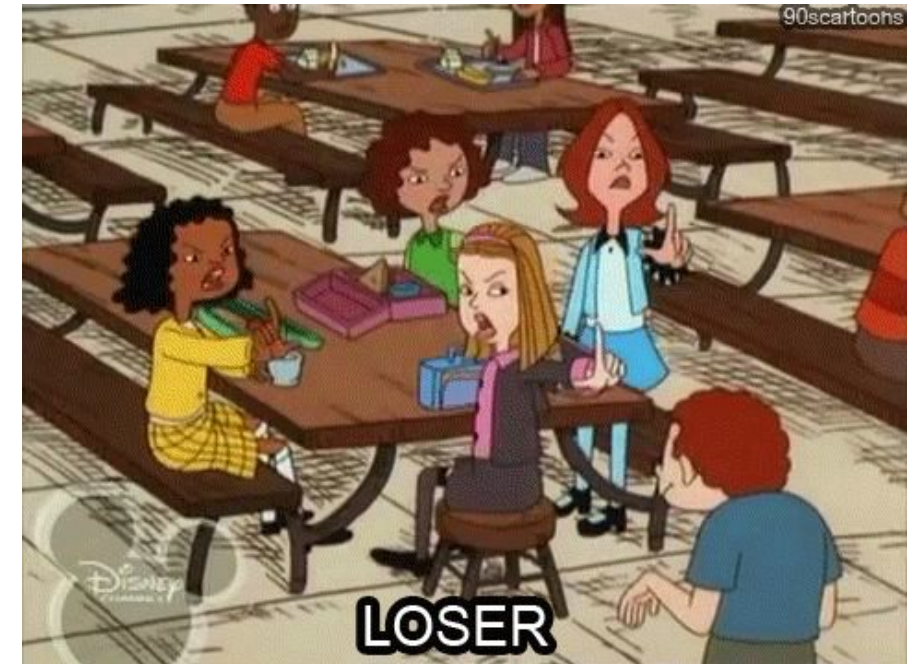
## Niños en riesgo de bullying

- ▶ No puede identificarse con las emociones o sentimientos de los demás.
- ▶ Puede ser fácilmente presionado por sus compañeros
- ▶ Son agresivos o se frustran fácilmente.
- ▶ Tienen menos participación de los padres o tienen problemas en el hogar
- ▶ Piensa mal de los demás
- ▶ Tiene dificultad para seguir las reglas
- ▶ Tener una visión positiva de la violencia.
- ▶ Tener amigos que intimidan a otros.
- ▶ Algunos están bien conectados con sus compañeros.
- ▶ Tener poder social
- ▶ Están demasiado preocupados por su popularidad.
- ▶ Les gusta dominar o estar a cargo de los demás.
- ▶ Otros están más aislados de sus compañeros y pueden estar deprimidos o ansiosos.
- ▶ Tiene baja autoestima
- ▶ Están menos involucrados en la escuela.

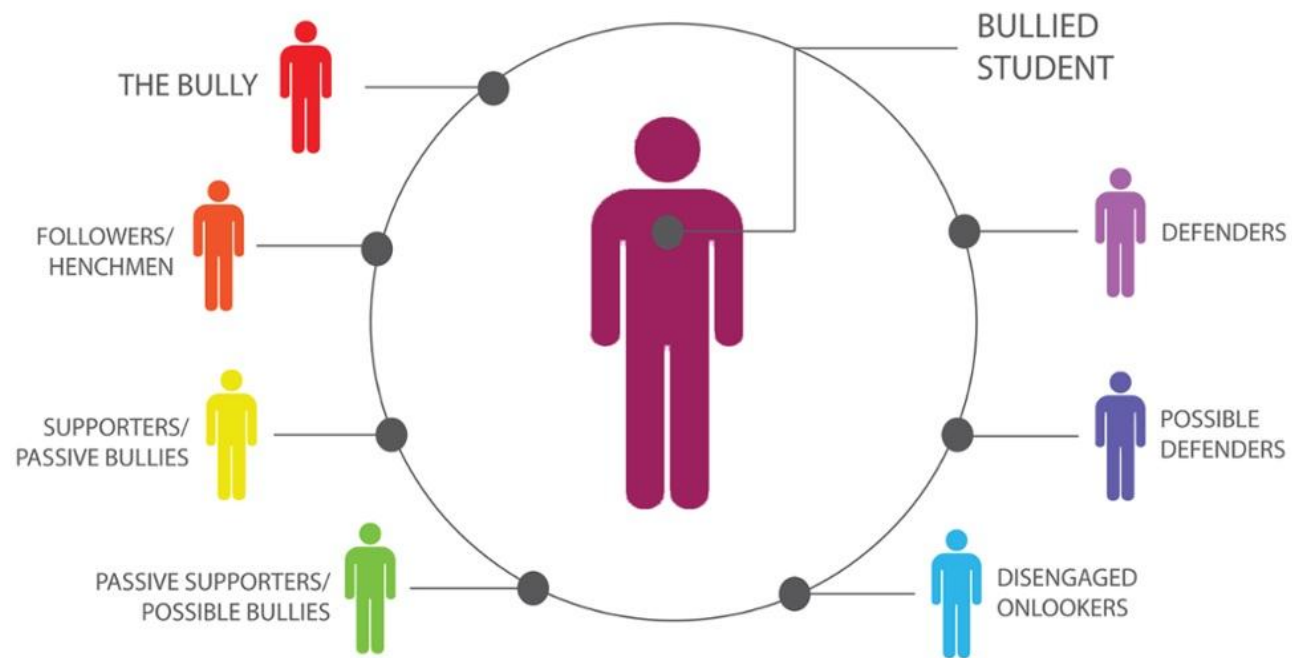
# Cómo reconocer los signos de intimidación/acoso

## Señales de que un niño está intimidando a otros

- ▶ Se meten en peleas físicas o verbales
- ▶ Tiene amigos que intimidan a otros
- ▶ Son cada vez más agresivos
- ▶ Son enviados a la oficina del director o a la detención con frecuencia
- ▶ Tienen dinero extra inexplicable o nuevas pertenencias
- ▶ Culpan a otros de sus problemas
- ▶ No aceptan la responsabilidad de sus actos
- ▶ Son competitivos y se preocupan por su reputación o popularidad



## CIRCLE OF BULLYING



El círculo  
de  
Bullying



# Cómo ayudar a su hijo: estrategias proactivas

- Ayude a su hijo a entender qué es el acoso escolar
  - Anime a su hijo a hablar con un adulto de confianza si es víctima de acoso o es testigo del mismo
  - Enseñe a su hijo a enfrentarse al acoso escolar
- Mantenga una comunicación abierta con su hijo
  - Dedique 15 minutos a preguntar a su hijo sobre su día
  - Conozca a los amigos de su hijo
  - Manténgase en comunicación con los profesores de su hijo
  - Supervise el uso que hace su hijo de los aparatos electrónicos y las redes sociales
- Anime a su hijo a realizar actividades que le gusten
  - Ayude a su hijo a hacer amigos que tengan intereses comunes
- Modele cómo tratar a los demás con amabilidad y respeto
  - Enseñe a su hijo a manejar el estrés y los conflictos



# Cómo ayudar a su hijo: Estrategias de reacción



- ▶ Mantenga la calma
- ▶ Asegure a su hijo que está a salvo y que usted le ayudará a mantenerse a salvo
- ▶ Reconozca que está orgulloso de que le cuente lo que está pasando
- ▶ Recoge con calma los datos de tu hijo sobre lo que ha sucedido
- ▶ Permita que su hijo dé su opinión sobre cómo quiere que se maneje la situación (por ejemplo, respetando la necesidad de su hijo de que se maneje en privado)
- ▶ Póngase en contacto con el profesor de la escuela y/o el administrador para que le ayuden

# Cómo comunicarse con su hijo

## Preguntas para niños que ya están hablando de la situación.

- ▶ ¿El niño te lastimó a propósito?
- ▶ ¿Se hizo más de una vez?
- ▶ ¿Te hizo sentir mal o enojado? ¿Cómo te sientes acerca del comportamiento?
- ▶ ¿Sabía el niño que usted estaba siendo lastimado?
- ▶ ¿Es el otro niño más poderoso que tú? (es decir, más grande, más aterrador) que tú de alguna manera?





# Cómo comunicarse con su hijo



**Para el niño que es reacio a hablar de la situación.**

- ▶ ¿Cómo estuvo el almuerzo hoy?
- ▶ ¿Con quién te sentaste?
- ▶ Parece que te sientes muy mal y quieres quedarte en casa. Por favor cuéntame sobre eso.
- ▶ ¿Los niños se burlan de ti?
- ▶ ¿Alguna vez alguien te ha tocado de una manera que no se sentía bien?



# Cómo pedir ayuda a su escuela

- Anime a su hijo a hablar con adultos seguros en la escuela
- Manténgase en comunicación con el profesor de su hijo
- Póngase en contacto con el director o el vicedirector de la escuela si surgen problemas
- Programas en la escuela y se utilizan para prevenir el acoso escolar:
  - El carácter cuenta
  - Intervenciones y apoyos positivos al comportamiento (PBIS)
  - Círculos restaurativos
  - Semana de prevención del acoso escolar

# Recursos

- ▶ <https://www.stopbullying.gov/what-is-bullying/index.html>
- ▶ <https://www.apa.org/topics/bullying/>
- ▶ <https://www.cfchildren.org/resources/bullying-prevention-resources/>
- ▶ “Bully Beans” by Julia Cook
- ▶ “Llama Llama Bully Goat” by Anna Dedney