

Familia Católica®
CONOCIMIENTO

Ideas
prácticas,
Escritura
y más

Sample for Review Only
Do Not Reproduce

El acoso escolar

Qué pueden hacer los padres

ACOSO ESCOLAR

Qué deben saber los padres

Queridos padres,

En los últimos años, el tema del acoso escolar ha estado en el tapete de nuestro diálogo nacional, en parte a raíz de varios casos prominentes en que niños y adolescentes se quitaron la vida luego de sufrir acoso escolar. Estos casos resaltan la gravedad del problema y el daño que el acoso escolar puede hacer no solo en lo físico, sino también en lo emocional.

El acoso escolar es un tema complejo. Es difícil para los padres saber qué hacer cuando se enteran de que su niño está siendo acosado o acosa a otros. Esto es porque el comportamiento de acoso no ocurre aisladamente. Puede estar relacionado con una lista de variables en el acosador, la víctima y el ambiente que los rodea.

Como católico y psicólogo infantil, presencio los problemas que causa

el acoso en las vidas de las víctimas y también de los acosadores. Tengo la esperanza de que la información contenida en este folleto, sustentada en la investigación y en la experiencia clínica, sirva de guía para los padres que se esfuerzan porque sus hijos estén seguros tanto emocional como físicamente y les enseñan a respetar la dignidad de otros.

Juntemos fuerzas para edificar una sociedad de justicia y cuidado por el prójimo.

Nuestra Señora Reina de la Paz, ruega por nosotros

Atentamente,

Joseph D. White, Ph.D.

Dr. Joseph White

Oración de los Padres

Querido Dios,

No siempre puedo estar junto a mis hijos para cuidarlos, pero sé que tú estás con ellos. Por favor cuida de mis hijos. Cuando ocurran amenazas o agresiones, ayuda a que mis hijos defiendan su dignidad y manejen bien la situación. Concede a mis hijos el entendimiento de los demás para que los traten con respeto y consideración. Ayuda a que se acerquen a mí cuando tengan problemas con otros, y dame fuerzas y gracia para responder con lo que más se necesita.

Amén.

Nihil Obstat: Msgr. Michael Heintz, Ph.D.
Censor Librorum

Imprimatur:

✠ Kevin C. Rhoades

Obispo de Fort Wayne-South Bend
6 de febrero de 2012

El *Nihil Obstat* y el *Imprimatur* son declaraciones oficiales de que un libro o un panfleto están libres de errores doctrinales o morales. Esto no implica que quienes han garantizado el *Nihil Obstat* o el *Imprimatur* estén de acuerdo con el contenido, las opiniones o las afirmaciones expresadas.

Se ha llevado a cabo todo el esfuerzo razonable por determinar los dueños del derecho de autor de los materiales citados y asegurar los permisos necesarios. Si cualquier material registrado ha sido usado inadvertidamente en esta obra sin haber sido debidamente reconocido de una u otra forma, por favor, notificar a Our Sunday Visitor por escrito para que las futuras ediciones de esta obra se corrijan como corresponda.

Derechos reservados © 2012 por
Our Sunday Visitor Publishing Division,
Our Sunday Visitor, Inc.
Publicado en 2012.

16 15 14 13 12

1 2 3 4 5 6

Todos los derechos reservados. Con la excepción de citas cortas de reseñas críticas, no puede reproducirse o transmitirse ninguna parte de esta obra en forma o por medio alguno sin el permiso escrito del editor. Contacto:

Our Sunday Visitor Publishing Division
Our Sunday Visitor, Inc.
200 Noll Plaza
Huntington, IN 46750
1-800-348-2440
bookpermissions@osv.com

ISBN: 978-1-61278-620-9
(Inventory No. X1317)

Diseñado por: Amanda Falk
Foto de la tapa: Thinkstock

IMPRESO EN LOS ESTADOS UNIDOS DE AMÉRICA

ACOSO ESCOLAR: ¿Qué es?

LA DEFINICIÓN DEL ACOSO ESCOLAR se ha debatido arduamente a medida que ha aumentado la conciencia en relación con el tema. Para algunos, pareciera que la definición de acoso escolar abarcara tanto que podría incluir cualquier comportamiento que nos disguste de otros. ¿Somos “acosados” simplemente porque no nos dejan hacer lo que queremos? ¿O cuando no le caemos bien a todo el mundo? ¿Son las bromas comunes entre los niños y adolescentes ahora consideradas acoso escolar? Para los propósitos de esta discusión definiremos el acoso escolar como:

El comportamiento escrito, verbal o físico que genera daños físicos a otra persona o a la propiedad de otra persona o que hace que alguien tema razonablemente sufrir daños físicos en su persona o propiedad.

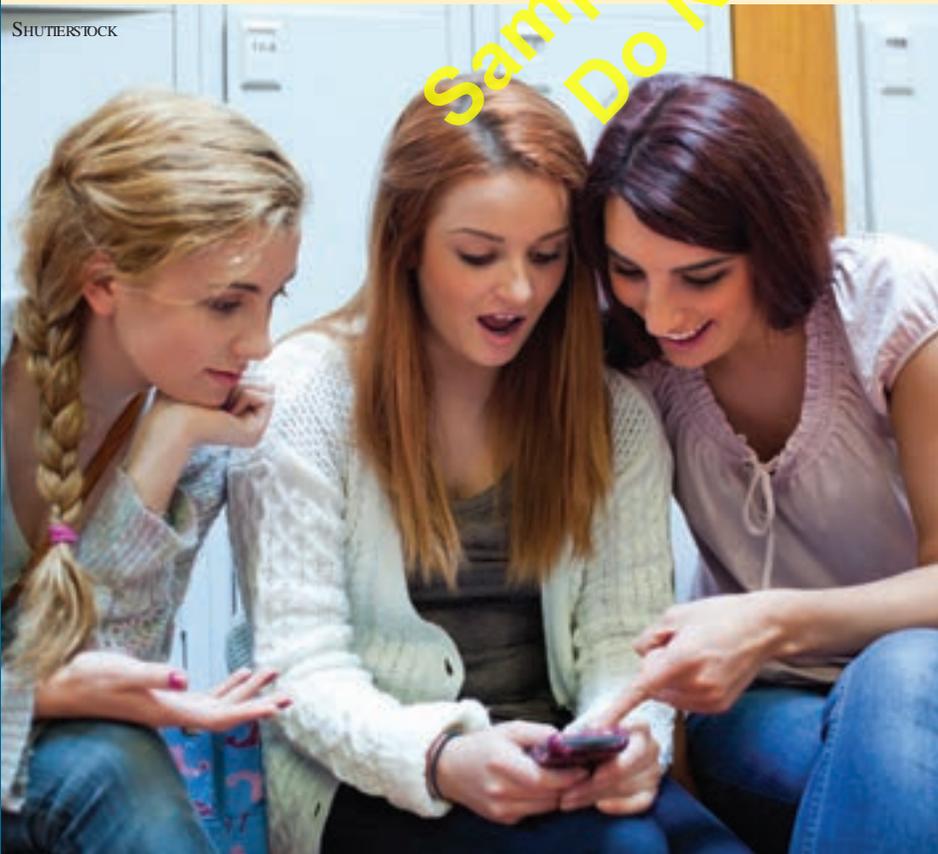
El comportamiento abusivo que es tan severo, persistente o dominante que crea un ambiente emocional o psicológicamente dañino para otra persona.



Entre los ejemplos de ACOSO ESCOLAR están los siguientes

(sin ser los únicos):

- agresión física
- burlas verbales o poner en ridículo a alguien como respuesta a una diferencia percibida (por ejemplo, culturales, raciales, socio-económicas, físicas o intelectuales)
- exigir dinero, bienes materiales o favores de alguien a través de la intimidación o la coerción
- ponerle a alguien sobrenombres peyorativos con la intención de insultar o ridiculizar a esa persona
- animar a que otros cometan actos de acoso escolar
- excluir deliberadamente y de forma sistemática a otra persona





EL ALCANCE DEL PROBLEMA

En un estudio realizado por la Asociación Nacional de Psicólogos Escolares (NASP, por sus siglas en inglés) se halló que **1 de cada 7 niños es o víctima o acosador**. En las escuelas rurales el número es aún mayor. Alrededor de 1 de cada 6 niños de esas zonas se consideran traumatizados por el acoso.

De acuerdo con la organización de seguridad en Internet I-safe, **42 por ciento de los niños han sido víctimas de acoso a través de la Web**. En el mismo estudio se halló que la mayoría de estos niños no le habían contado a sus padres sobre el acoso.

El acoso puede afectar tanto la asistencia a la escuela como el rendimiento académico. **Entre los estudiantes de cuarto a octavo grado, 22 por ciento reportó dificultades académicas** derivadas del acoso, y **entre 14 a 18 por ciento** de los estudiantes de octavo a duodécimo grado **reportaron que el acoso disminuye su capacidad de aprender en la escuela**. Las víctimas crónicas del acoso faltan más a clases para evitar deliberadamente ir a la escuela y así escapar de la persecución o debido a los síntomas físicos causados por el estrés, tales como los problemas estomacales, los dolores de cabeza, etc.

¿QUIÉNES SON LOS ACOSADORES?

Una variedad de niños y adolescentes pueden ser acosadores y no hay un patrón particular en la formación de un acosador. Sin embargo, hay tendencias observables entre ciertos tipos de acosadores. El abuso físico o el acoso sexual son perpetrados por varones con mucha más frecuencia.

Las muchachas que acosan tienden a hacerlo de maneras más psicológicas y sutiles, por ejemplo, a través del aislamiento social, la exclusión o la propagación de rumores. Sin embargo, debemos tener presente que cualquiera puede ser acosador. Y no son necesariamente los niños más grandes y fuertes. Son niños quienes, por una u otra razón, necesitan sentirse poderosos. Esto a veces ocurre porque ellos mismos son o han sido acosados en el pasado.

Entre las características comunes de los niños que se hacen acosadores están las siguientes:

- **Muy poca supervisión.** Los adultos importantes en la vida del acosador muchas veces no tienen idea de que el niño se está comportando de esa manera y se sorprenden e impactan o descreen cuando se les cuenta sobre el comportamiento.
- **Castigos de mano dura.** Una variedad de estudios han mostrado que los niños disciplinados a través de castigos físicos severos o los niños para quienes el castigo físico es la manera principal de disciplina tienen más tendencia a acosar a otros.
- **Parcialidad negativa.** Los niños que tienden a ver la vida a través de un prisma negativo o de sospecha, o quienes tienden a interpretar situaciones vagas o ambiguas negativamente, tienen más tendencia a acosar a otros. Un ejemplo de esto es el de un niño que choca accidentalmente con otro, supone que fue a propósito y reacciona con rabia.
- **Violencia doméstica.** Los niños que observan un comportamiento agresivo en casa tienen más probabilidades de acosar a otros porque ese comportamiento les ha sido modelado como la manera de sentirse poderosos o resolver problemas.
- **Reacciones negativas constantes.** Los niños que escuchan frecuentemente cosas negativas de parte de otros sobre ellos intentan compensar la inseguridad que sienten con comportamientos diseñados para derribar a otros también.
- **Compañeros abusivos.** Los niños que forman parte de un grupo que acosa a otros tienden más a ser acosadores. Esto puede darse en parte por el ejemplo dado por quienes están a su alrededor y la sensación de presión de grupo, pero como hemos mencionado, también puede darse porque estos niños son acosados por sus compañeros.



SHUTTERSTOCK

SHUTTERSTOCK

Factores de riesgo PARA LAS VÍCTIMAS

El comportamiento de acoso siempre está mal, así que no debemos culpar a las víctimas del acoso. Sin embargo, saber las características que ponen a los niños en riesgo nos sirve para prevenir el comportamiento de acoso e intervenir apropiadamente cuando ocurra. Ciertos tipos de diferencias parecen incitar el acoso. A veces los niños son acosados cuando su comportamiento es molesto para sus compañeros, inadecuado a la edad o de alguna manera inusual o difícil de entender para los compañeros. Los niños que se visten distinto que sus compañeros, tienen características físicas inusuales o tienen un estilo personal único son acosados con frecuencia. Por otra parte, los niños de un estrato social bajo son con frecuencia blanco de los acosadores. De hecho, hay niños que ven la burla o la exclusión de los niños de estatus social bajo como una vía para ubicarse en "orden de escogencia" social. Esto puede ocurrir incluso entre quienes se dicen "amigos" pero aún siguen compitiendo por un estatus social.

Los niños que son acosados de forma crónica no siempre son obviamente diferentes de sus compañeros que no son acosados. Pero sus reacciones al comportamiento de acoso son muy distintas. La manera en que las víctimas crónicas responden ante los acosadores puede generar que los acosadores regresen por más. Las víctimas crónicas son pasivas o temerosas, se resignan ansiosamente ante las amenazas e intimidación de los acosadores para evitar conflictos mayores. O, las víctimas crónicas también pueden exaltarse y reaccionar con rabia al hostigamiento del acosador e incluso puede parecer que provocan al acosador. En cualquier caso, al acosador se le da una manera de sentir poder sobre la víctima. En la primera situación, el acosador se da cuenta de que él o ella puede dominar o intimidar a la víctima (u obtener un favor o posesión material de él o ella). En la segunda situación (la de víctima exaltada), el acosador se da cuenta de que ejerce control emocional sobre la víctima porque él o ella puede hacer que la víctima pierda los estribos o se meta en problemas.

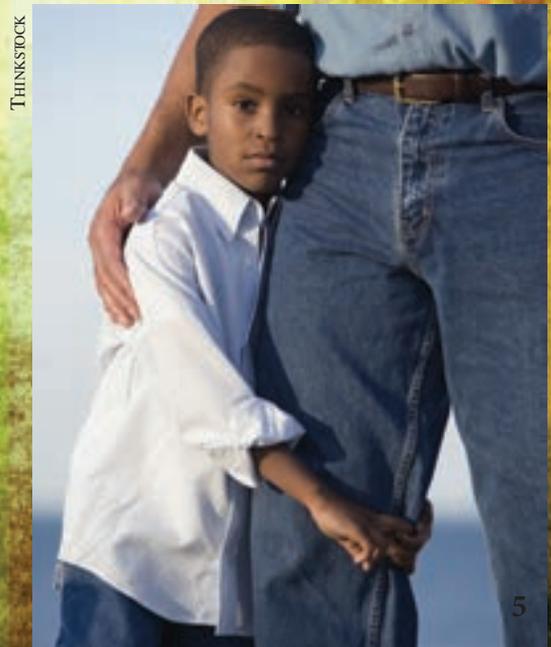
En todos los casos, las víctimas de acoso necesitan ayuda. Los niños que son víctimas de acosadores son más proclives a ser víctimas de otros acosadores en el futuro. También corren más riesgos de depresión y suicidio.

“Los niños que son víctimas de acosadores son más proclives a ser víctimas de otros acosadores en el futuro”



LA RESPUESTA CRISTIANA AL ACOSO ESCOLAR

La Escritura nos enseña que Dios es justo y desea que la gente no sea oprimida ni maltratada por otros. En Ezequiel 45:9 se expresa que “Así hablaba el SEÑOR: Ya es demasiado, príncipes de Israel! Acaben con la violencia y la depredación, practiquen el derecho y la justicia”. Dios nos pide que defendamos a quienes son acosados y hagamos la paz donde haya violencia. En el Sermón de la Montaña, Jesús dice, “Felices los que trabajan por la paz, porque serán llamados hijos de Dios” (Mateo 5:9). Dios nos llama a hacer la paz, evitar los acosos e intervenir cuando veamos la agresión sobre otros.



THINKSTOCK

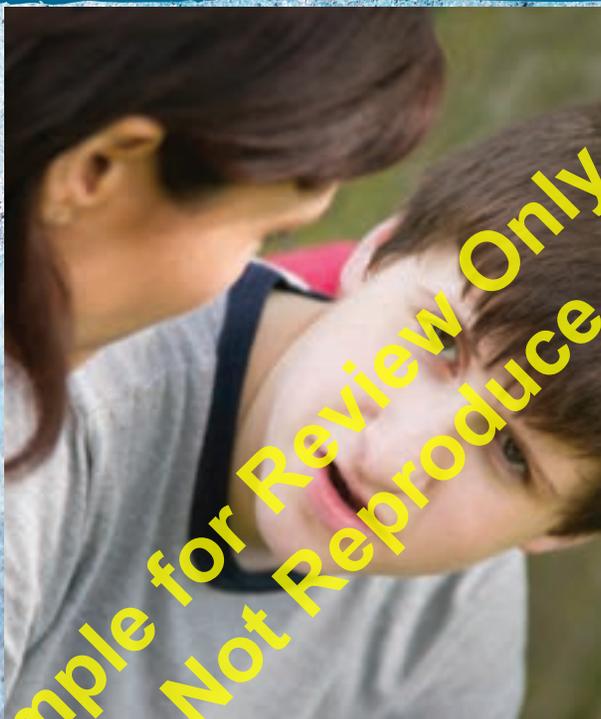
¿QUÉ DEBO HACER SI MI HIJO ES UN ACOSADOR?

Ninguno de nosotros quiere escuchar nada negativo de nuestros hijos, especialmente si se trata de que él o ella está agrediendo a alguien. Pero es importante tomar las acusaciones de acoso con seriedad. Sabemos por experiencia que nuestros niños a veces actúan de otra manera cuando no los vemos, y lo que nos comunican otros cuidadores es una herramienta importante en la crianza de nuestros hijos, para que logren todo lo que puedan. Estas son algunas claves para la prevención e intervención:

- **Desarrolle la inteligencia emocional con los niños.**

Los niños que acosan a otros no se dan cuenta de cómo su comportamiento realmente afecta a la otra persona. Usted puede ayudar en el desarrollo de destrezas emocionales como la empatía al hablar de sentimientos con su niño. Hable, en el momento apropiado, de sus propios sentimientos (pero cuídense de no descargar todas sus asuntos y preocupaciones de adulto). Reflexione sobre los sentimientos de su niño cuando hable con él o ella. Por ejemplo, si su niño habla en tono rabioso sobre un conflicto con un compañero, usted puede decir, “Me doy cuenta de que eso te hizo enojar mucho”. También, para el desarrollo de destrezas de empatía, ayuda el preguntar sobre los sentimientos de personajes de libros, programas de televisión y películas. Cuando esté leyendo o mirando un programa con su niño, deténgase varias veces para preguntar “¿Qué crees que está sintiendo ella ahora? ¿Por qué?”.

- **Dígale a su niño que el acoso es inaceptable.** Asegúrese de que su niño escuche, con claridad, que usted no aprueba el acoso y



que habrá serias consecuencias si continúa. Si su niño niega el comportamiento y usted no estaba allí para presenciarlo, pregúntele por qué alguien diría algo así sobre él y por qué los adultos en cuestión creyeron en la acusación. Hagan juntos un plan para mantener la reputación de ser alguien amable con los demás.

- **Actúe rápidamente si ve en su niño un comportamiento de acoso.** Cuando usted presencie el comportamiento de acoso, no hay excusa ni negación suficiente. Exprésele a su niño que la agresión física o verbal no son las maneras de resolver problemas con otros y mantenga seriamente

su posición en cuanto a intervenir si él o ella acosan a otros.

- **Busque ayuda profesional si es necesario.** Sin la intervención apropiada, algunos acosadores escalan sus acciones hasta meterse en problemas mayores con consecuencias severas. Si usted escucha reportes repetidamente sobre un comportamiento acosador, considere la intervención profesional de un psicólogo infantil o consejero para que ayude a su niño a realizar los cambios necesarios en su comportamiento.

- **Seguimiento/control.** Pregunte a su niño otra vez sobre su comportamiento agresivo para comunicarle que usted sigue pendiente de la situación. También haga un seguimiento con los adultos que notaron las agresiones para asegurarse de que el problema no continúe.

- **Dé los pasos necesarios si su niño está siendo acosado.** Como se dijo anteriormente, muchos acosadores han sido víctimas de otros acosadores. Si su niño es una víctima, intervenga rápidamente para asegurarse de que él o ella no repita el ciclo con otros.

CÓMO AYUDAR A QUIENES SON (O PODRÍAN SER) VÍCTIMAS DE ACOSO

Reconozca los signos.

Preste atención a los indicadores de que su niño pudiera ser víctima del acoso. Entre ellos están el temer o evitar la escuela (u otros lugares donde el acoso esté ocurriendo), deprimirse o retraerse, un declive abrupto en el rendimiento académico, poca autoestima o declaraciones negativas de percepción personal, y signos de altercados físicos (p. ej., moretones, raspaduras o ropas rasgadas, etc.).

Pregúnteles.

A los niños les avergüenza el dejarse acosar, por eso podrían no decírselo voluntariamente a sus padres o cuidadores. Si usted sospecha que su hijo es víctima del acoso, pregúntele al respecto. A veces hacer preguntas indirectas ayuda, por ejemplo: “¿Hay alguien en tu salón que se meta mucho con los demás?”

Determine por qué su niño está siendo objeto de acosos.

Si su niño hace o dice con frecuencia cosas que lo podrían hacer el objetivo de acosadores, asegúrese (con tacto) de hacérselo saber. Su hijo podría necesitar ayuda para cambiar su comportamiento o por lo menos reconocer que está tomando la decisión consciente de arriesgarse a hacer el ridículo frente a niños que no lo entienden. Los niños del tipo “exaltado” muchas veces no se dan cuenta de que sus reacciones excesivamente emotivas los convierten en objetivo de los acosadores. Si su niño coincide con esta descripción, hablele de no



dejar que otros se apoderen de sus sentimientos, y practiquen maneras de mantener la calma.

Enseñe la reafirmación personal y otras destrezas de resistencia al acoso.

La escritura nos enseña a no dejar que otros nos degraden por nuestra edad o tamaño. I Timoteo 4:12 dice: “Que nadie menosprecie tu juventud; por el contrario, trata de ser un modelo para los que creen, en la conversación, en la conducta, en el amor, en la fe, en la pureza de vida”. Haga teatro improvisado de cómo mantener el contacto visual, una postura de seguridad y destrezas de resolución de problemas para que los niños sean un objetivo más difícil para los acosadores. Ignorar las burlas o tomarlas con humor para salir de ellas también sirve para que los niños sean “menos atractivos para las burlas” de un acosador. Practiquen estas destrezas juntos.

Anime a su hijo a hacer amistad con otros niños que no acosan.

Hay poder en los números y también ayuda el tener los aliados correctos. Haga una estrategia junto con su

niño sobre cómo conectarse con otros, especialmente aquellos que puedan ser aliados fuertes contra un acosador.

Póngase en contacto con los adultos que están en el lugar del acoso.

Nunca confronte directamente al niño que está acosando a su hijo o hija. Esto casi nunca funciona e incluso puede llevar a acusaciones de acoso por parte de los padres o a una escalada del conflicto. Cuando hable con los adultos acerca del acoso, intente no sonar como acusador, incluso si su niño dijera que ellos “no están haciendo nada al respecto”. La mayoría de los adultos que cuidan de niños nunca querría que uno de ellos resultara herido emocional o físicamente. A veces no están totalmente conscientes de la situación o pueden no contar con suficiente evidencia para hacer una intervención tajante. Comunique lo que ha visto y escuchado, y exprese su disposición de ayudar a que se solucione el problema.

Involúcrese en la escuela y otras actividades.

Los niños son menos proclives a acosar a su hijo si saben que usted podría estar cerca mirándolos. Hágase voluntario en la escuela de su niño o en las actividades donde el acoso esté ocurriendo. Esté alerta a los signos de problemas.

Seguimiento y control.

Pregunte a su niño sobre cómo van las cosas y si el acoso ha cesado o continúa.

ACOSO ESCOLAR



La definición de *Cyberbullying* es el uso de medios electrónicos para acosar a otra persona. Entre esto se cuenta el abuso a través de mensajes de texto, medios sociales, sitios para la distribución de videos o correos electrónicos. El acoso por Internet es especialmente dañino por las siguientes razones:

- **ALCANCE:** Los mensajes o videos disponibles en línea pueden verse rápido por gran cantidad de gente, y a veces estos otros también se unen al comportamiento de abuso, incluso si no conocen a la persona que está siendo acosada.
- **ANONIMATO:** La naturaleza única de las comunicaciones por Internet permite un nivel de anonimato que hace que la gente se sienta menos responsable o culpable por sus comportamiento. Así hay quienes son más abusivos en línea de lo que serían en persona.
- **PERMANENCIA:** Los mensajes y videos muchas veces siguen siendo disponibles por años después de que son cargados en Internet.

CUANDO **ACOSEN** A SU NIÑO POR INTERNET

- **Esté alerta.** Es importante que los padres, primero y principal, sepan lo que están haciendo sus hijos en línea para protegerlos. Hágale saber a sus hijos que usted estará supervisando sus actividades en Internet. Si permite que su hijo tenga una cuenta de Facebook o se involucre en otra red social, insista en ser designado como “amigo” con todos los derechos para ver qué se ha publicado y moderar si es necesario. Esto le servirá de protección contra los depredadores e igualmente contra los acosadores.
- **Ensene a que su niño “pare, bloquee y diga”.** Stopcyberbullying.org aconseja que cuando los niños son objetivo de un acosador por Internet deben “parar” (tomarse el tiempo para calmarse y evitar responder con furia que podría generar una escalada del problema); “bloquear” (bloquear al acosador para impedir otras comunicaciones a través de las herramientas de privacidad del sitio que se esté usando); y “decir” (contarle a un adulto en el que confíen y que los pueda ayudar con el problema reportando el abuso con los administradores del sitio y otras autoridades).

Para hallar más información diríjase a: www.stopcyberbullying.org

Our Sunday Visitor

Dándole Vida a Su Fe Católica

1-800-348-2440

www.osv.com

www.teachingcatholickids.com

Número de inventario X1317

US \$1.95

ISBN 978-1-61278-620-9

5 0 1 9 5



9 781612 786209