

Bullying/Acoso Cibernético

El acoso cibernético se lleva a cabo usando la tecnología electrónica como teléfonos celulares, computadoras y tabletas, y otros medios de comunicación, incluyendo los sitios de medios sociales, mensajes de texto, chat, y sitios web.

Es importante practicar la seguridad a través de:

- Monitoreo del perfil de red social de su hijo para asegurarse de que no está proporcionando información personal (direcciones, números de teléfono, nombres de escuelas, fotos descriptivas)
- El establecimiento de límites a la cantidad de "tiempo de pantalla" que le permitirá a su hijo
- Hablar con su niño sobre los riesgos
- Mantener las computadoras en las zonas comunes de la casa
- Investigar e instalar dispositivos de vigilancia

Beneficios de la Consejería

Algunos de los beneficios de buscar consejería son:

- Revisar y procesar el evento puede ayudar a los niños y seres queridos aclarar lo que realmente ocurrió.
- La consejería puede ayudar a desarrollar habilidades de afrontamiento y estrategias que permitan la continuidad en la escuela, jugar o relaciones.
- Establecimiento de una red de apoyo puede ayudar a disminuir los efectos físicos, psicológicos y emocionales negativos que a menudo resultan de las experiencias traumáticas.

Los niños y sus seres queridos pueden utilizar las experiencias traumáticas como una oportunidad para construir y practicar la asertividad, confianza y habilidades, incluso habilidades de instinto protector.

¿Quién Puede Ayudar?

La Unidad de Servicios para Víctimas dentro de la Oficina del Sheriff del Condado de Travis puede proporcionar asistencia con información sobre el estado de su caso, derechos de las Víctimas, Compensación a Víctimas del Delito, la navegación por el sistema de justicia penal y referidos a profesionales comunitarios apropiados u organizaciones de acuerdo a sus necesidades específicas.



Resources

www.stopbullying.gov
www.pacer.org/bullying
www.facebook.com/safety
www.bullying.org
www.safeteens.com
www.isafe.org
www.cyberbully.org
www.wiredsafety.org

Bullying Acoso Escolar

Victim Services Unit

5555 Airport Blvd
Austin, TX 78751
512-854-9709



Name/ID Number:

Direct Number:

Mailing Address:

PO Box 1748
Austin, TX 78767

Uno de los más preocupantes problemas citados por los padres de niños de edad escolar es el acoso. El uso de la tecnología y los sitios de redes sociales sólo añaden a este creciente problema. Ningún niño debe temer ir a la escuela porque está siendo acosado o intimidado. La Unidad de Servicios a las Víctimas está disponible para proporcionar recursos e información para los padres que crean que su hijo está siendo intimidado.

¿Está siendo acosado mi hijo?

Un niño está siendo acosado cuando está expuesto, en repetidas ocasiones y al través del tiempo, a acciones negativas por parte de uno o más individuos.

El acoso escolar se comete por una variedad de maneras diferentes: 1) aislamiento social o exclusión de grupos, 2) acciones manifiestas como las burlas, menosprecio y acoso, o 3) la violencia física.

Aunque puede ser difícil para los padres saber si su hijo está siendo acosado, hay algunas señales que los padres pueden observar:

- verlo regularmente con moretes, ropa rota o lesiones inexplicables
- A menudo le agarran o dañan sus pertenencias
- Tener pocos o ningún amigo cercano en la escuela
- Elige de no participar en las actividades escolares
- Elige pasar la hora de recreo con maestros
- Evita los baños y otras áreas aisladas en la escuela
- Inventar excusas para quedarse en casa en vez de ir a la escuela tanto como sea posible
- Se ve angustiado o infeliz
- Tiene baja autoestima y poca confianza en sí mismo

¿Qué puedo hacer yo como padre?

- Si su hijo le indica de que él / ella está siendo acosado, créale a su hijo y grabe la información. Documente donde y cuando está sucediendo, quien está involucrado, y el tipo de acoso que está ocurriendo.
- Tome la iniciativa y hable con su hijo. Pida detalles y escribílos. Si su hijo no le da información voluntariamente y fácilmente, incítelos con declaraciones como "háblame de tu día" o "cuéntame que ocurrió durante el almuerzo".
- Póngase en contacto con la escuela inmediatamente. Comparta su registro escrito de los incidentes de intimidación con el maestro / administrador. Pídale al maestro discutir un plan para detener el comportamiento de intimidación, además de un plan de seguridad, sobre todo si se sospechan represalias.
- En casa, emplee escenarios de juego de roles con su hijo para ayudarlo a desarrollar habilidades de resistencia. Concéntrese en las señales no verbales tales como la postura, inflexión de la voz, y el contacto visual. Practique técnicas de resolución de problemas con su hijo y discuta cómo el humor, ignorando al bullí, reaccionar de manera diferente de lo esperado, retirándose de la situación, evitando una situación, y reportar el incidente podría ayudar.
- Enseñe a sus hijos como navegar la vida, y a desarrollar hijos habilidades sociales, no sólo el conocimiento acerca de la intimidación. También enséñeles cómo usar la tecnología responsablemente.
- Anime a la escuela de su hijo que considere la incorporación de las discusiones sobre el acoso sexual y el lenguaje homofóbico ya que los jóvenes LGBT corren un riesgo especial de ser intimidados.
- Anime a las escuelas a implementar un sistema de información confidencial para estudiantes y preguntar acerca de las políticas contra la intimidación.
- Participe en comités escolares, la asociación de padres y maestros, y / o voluntario en el salón de su hijo.

¿Qué puede hacer mi hijo?

- Hablar claramente y decirles a los demás que no le gusta el comportamiento.
- No ignorarlo. Ignorando el comportamiento permite que continúe y posiblemente empeore.
- Alejarse de situaciones que le hacen sentir incómodo.
- Decirle a un profesor-recuerde que pedir ayuda no es lo mismo que acusar.
- Convivir con personas que comparten sus intereses.
- Participar en actividades que usted piense que son divertidas e interesantes.
- Hablar con sus padres u otros adultos de confianza sobre lo que está sucediendo.

Los Efectos de Acoso Escolar en la Salud a Largo Plazo

Acoso escolar puede tener los siguientes efectos sobre la salud a largo plazo:

- Se asocia a una percepción más negativa de la salud en general y de la salud mental, así como índices más altos de problemas emocionales o de comportamiento.
- Los índices más altos de trastornos de alimenticio y el consumo de alcohol / tabaco / drogas.
- Aumento de la probabilidad de experimentar futura victimización violenta y la falta de vivienda.

La comprensión de estas consecuencias a largo plazo da hincapié la importancia de responder eficazmente para prevenir estos resultados negativos.

*Koeppel, Maria and Bouffard, Leana (2012). *The Long-Term Health Consequences of Bullying Victimization*. Crime Victims' Institute. Report No. 2012-01.