



BULLYING

Presentado por El Hospital Flotante
Departamento de Educación para la Salud



BULLYING REALIDAD O MITO

1. Más del 20% de los adolescentes reportan haber sido acosados.
2. Las víctimas del bullying experimentan un aumento de los problemas de salud mental, como la depresión y los pensamientos suicidas.
3. Los espectadores intervienen en incidentes de bullying más del 40% del tiempo.
4. Las niñas suelen utilizar el acoso físico más que otros tipos de acoso, como el emocional.
5. Un incidente típico de bullying dura 2 minutos.
6. Ser objeto de mentiras y rumores es el tipo de bullying número 1 que experimentan las personas.



¿ES ACOSO?

- **No todas** las interacciones negativas en la escuela se consideran acoso.



- Hay una **distinción** entre el comportamiento grosero , maligno y el bullying.



¿GROSERO, MALIGNO O ACOSADOR?

- **Grosero:** hacer o decir algo que lastima a otra persona *sin querer* .
- Las acciones o comentarios suelen ser no planificados, espontáneos y se basan en malos modales o egoísmo.
 - **Ejemplo** : alardear de logros



¿GROSERO, MALIGNO O ACOSADOR?

- **Maldad** : hacer o decir algo a propósito para lastimar a otra persona.
- La intención es **maliciosa**. Es diferente del comportamiento grosero y, a menudo, está motivado por sentimientos de enojo o por querer apoyarse menospreciando a los demás.
 - **Ejemplo** : criticar la ropa, la inteligencia o la popularidad



¿QUE ES BULLYING?

El bullying (o el acoso) es un comportamiento agresivo no deseado.

- 1. Deliberado** : la intención de un acosador es lastimar a alguien
- 2. Repetido** : un acosador a menudo ataca a la misma víctima varias veces .
- 3. Desequilibrio de poder** : un acosador elige víctimas que cree que son débiles/vulnerables



CHICO QUE LLORA COMO LOBO

“Sin embargo, al mismo tiempo, ya he comenzado a ver que las referencias gratuitas al bullying están creando una especie de fenómeno de “niño pequeño que lloró lobo”. En otras palabras, si los niños y los padres clasifican incorrectamente la mala educación y el comportamiento grosero como intimidación, ya sea simplemente para entablar una conversación o para llamar la atención sobre su malestar a corto plazo, todos corremos el riesgo de enfermarnos y cansarnos tanto de escuchar la palabra que esto El problema real de vida o muerte entre los jóvenes pierde su urgencia tan pronto como salta a la fama”.

-Signe Whitson



THE FLOATING HOSPITAL

¿ES BULLYING?

Michelle y su amiga Camiah tuvieron una discusión. Camiah le dijo a Michelle que era una perdedora.

NO BULLYING



¿ES BULLYING?

Randall y Erik estaban jugando fútbol.
Randall le dijo a Erik queapestaba en el fútbol, así
que Erik lo empujó.

NO BULLYING



¿ES BULLYING?

Keyani ha publicado varios rumores sobre Shakya en su Snapchat.

BULLYING



¿ES BULLYING?

Edrick llamó a Elvis "estúpido" en clase una vez cuando pronunció mal una palabra mientras leía en voz alta.

NO BULLYING



¿ES BULLYING?

Cindy y sus amigos se ríen de Vicky cada vez que la ven en la clase de gimnasia y la llaman "gorda".

BULLYING



¿ES BULLYING?

Héctor es un chico popular en la escuela y siempre les dice a sus compañeros que no salgan con el chico nuevo, Jamal.

BULLYING



¿ES BULLYING?

Jasmine tiene una fiesta y no invitó a Nilsa.

NO BULLYING



¿ES BULLYING?

Shawn le dijo a Sincere que no le agrada.

NO BULLYING



¿ES BULLYING?

A Franco no le gusta Nick, por lo que un día consiguió que un grupo de sus amigos asaltaran a Nick en su camino a casa desde la escuela.

BULLYING



TIPOS DE BULLYING

- **Verbal (palabras)**- gritar, burlarse, insultar
- **Físico (acciones)**- empujar, golpear, patear
- **Relacional/Social (amistades)**- exclusión, difusión de rumores, poner a los amigos en su contra
- **Acoso cibernético (redes sociales/internet)**: envío de mensajes o imágenes hirientes por redes sociales, mensajes o teléfono



¿POR QUÉ LA GENTE
ACOSA?

LOS EFECTOS EN EL ACOSADOR

- Un niño que intimida se aleja más emocionalmente de sus víctimas con cada acto de intimidación. Aprenden que la forma de conseguir lo que quieren es a través de la fuerza.
- En la edad adulta, los niños que intimidan muestran tasas más altas de:
 - Agresión, conducta antisocial, condenas por delitos, depresión y suicidio



SEÑALES DE QUE SU HIJO PUEDE ESTAR ACOSANDO A OTROS

- Se mete en peleas físicas o verbales.
- Tiene amigos que acosan a otros.
- Es cada vez más agresivo
- Lo envían a la oficina del director o a detención con frecuencia
- Tiene dinero extra inexplicable o pertenencias nuevas
- Culpa a los demás de sus problemas
- No acepta la responsabilidad de sus acciones.
- Es competitivo y se preocupa por su reputación o popularidad.



¡IMPORTANTE!

Un bully no es necesariamente el producto de la mala crianza!

El comportamiento de bullying de su hijo no lo convierte en un mal padre, pero sí significa que tendrá que tomar medidas para corregir su comportamiento.



LOS EFECTOS EN EL ACOSADO

- Los efectos nocivos del acoso van de inmediatos a duraderos hasta bien entrada la edad adulta
- **Las víctimas pueden mostrar altos niveles de:**
 - Dolores de cabeza, dolor abdominal, problemas para dormir, enuresis nocturna, llanto, depresión
- En casos de acoso extrema, las víctimas han recurrido a la violencia hacia otros o hacia sí mismas.
 - El Informe de la Iniciativa de Escuelas Seguras sugirió que el 71% de los atacantes en tiroteos escolares fueron víctimas de acoso



BULLYING Y SUICIDIO

La relación entre ambos es compleja.

- NO es exacto, y POTENCIALMENTE PELIGROSO, presentar el acoso escolar como la "causa" o la "razón" de un suicidio, o sugerir que el suicidio es una respuesta natural al acoso.

Las investigaciones muestran que el acoso persistente puede provocar o empeorar los sentimientos de aislamiento, rechazo, exclusión y desesperación, así como la depresión y la ansiedad, que pueden contribuir al comportamiento suicida.

- La mayoría de los jóvenes que son intimidados NO se vuelven suicidas.
- La mayoría de los jóvenes que mueren por suicidio tienen múltiples factores de riesgo.



SEÑALES DE BULLYING

- Lesiones inexplicables
- Ropa, libros, artículos electrónicos o joyas perdidos o destruidos
- Dolores de cabeza o de estómago frecuentes, náuseas o fingir estar enfermo
- Cambios en los hábitos alimenticios, como saltarse comidas repentinamente o atracones. Los niños pueden volver a casa de la escuela con hambre porque no almorzaron.
- Dificultad para dormir o pesadillas frecuentes
- Bajas calificaciones, pérdida de interés en el trabajo escolar o no querer 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 sobre el suicidio.



SEÑALES DE ACOSO CIBERNETICO

- Estar emocionalmente molesto antes o después del uso de Internet
- Ser reservado o protector sobre la vida digital de uno
- Retiro de la familia, los amigos y las actividades.
- Evitar la escuela o las reuniones grupales
- Bajar calificaciones y “actuar mal” con enojo en el hogar
- Cambios en el estado de ánimo, el comportamiento, el sueño y el apetito.
- Querer dejar de usar la computadora o el celular
- Estar nervioso o nervioso al recibir un mensaje de texto o instantáneo
- Evitar discusiones sobre el uso de la computadora y el teléfono celular



ESPECTADORES

Aquellos que ven o escuchan bullying
Desempeñar un papel importante en
la promoción o prevención del acoso



ESPECTADORES HIRIENTES VERSUS ÚTILES

- Los espectadores pueden empeorar la intimidación al proporcionar una aceptación pasiva, mantener el silencio, animar activamente o unirse.
- **Espectadores hirientes:** instigar al acosador, animar al acosador, unirse al agresor y aceptar pasivamente el acoso.
- **Espectadores útiles:** Intervenir directamente u obtener ayuda



LOS EFECTOS EN EL ESPECTADOR

- Los espectadores pueden optar por no intervenir por muchas razones, entre ellas:
 - Pensar que no es de su incumbencia, temer convertirse en una víctima, sentirse impotente frente al acosador, etc.
- Los espectadores que no intervienen ni denuncian el acoso pueden sufrir consecuencias negativas, entre ellas:
 - Presión para participar en el acoso, ansiedad por hablar con alguien sobre el acosador, culpa por no haber defendido a la víctima, etc.



QUE PUEDEN HACER LOS PADRES?

MI HIJO ACOSA: QUE PUEDEN HACER LOS PADRES?

Trabaje con su hijo para comprender algunas de las razones por las que intimida y/o intimida a otros.

- **Encajar**

- Asegúrese de que participen en actividades positivas (es decir, deportes y clubes).

- **Problemas subyacentes** (p. ej., problemas en el hogar, la escuela, abuso, también víctima de acoso o estrés)

- Busque ayuda profesional para ayudarlos a sobrellevar la situación, como servicios de salud mental.



MI HIJO ACOSA: QUE PUEDEN HACER LOS PADRES?

▪ **Intervenir cuando los niños son pequeños**

- Los niños no nacen acosadores ni víctimas
- Muchos niños se involucran en comportamientos agresivos que pueden conducir al bullying, y otros niños responden sometiéndose o contraatacando.
- Los adultos pueden detener estos patrones fomentando el comportamiento cooperativo y evitando las respuestas agresivas.

▪ **Fomentar la empatía**

- Los niños que pueden empatizar entienden que el bullying duele
- Son menos propensos a acosar y es más probable que ayuden a los niños que son acosados

▪ **Ayudar a los niños a evaluar críticamente la violencia en los medios**

- Los niños pueden aprender comportamientos agresivos de películas, programas de televisión y videojuegos.
- Ayude a los niños a comprender que estas representaciones de la violencia son poco realistas e inapropiadas.
- Intervenir cuando vea niños imitando la violencia mediática en sus juegos



MI HIJO ES ACOSADO: QUE PUEDEN HACER LOS PADRES?

- **Tómese el acoso en serio**

- Preste mucha atención a las señales de advertencia y a los niños como riesgo
- Asegúrese de que los niños sepan que no se tolerará el acoso

- **Enseñar estrategias de prevención del acoso**

- Es probable que la mayoría de los niños sean víctimas de un acosador en algún momento de sus vidas.
- Todos los niños pueden beneficiarse al aprender a distinguir entre comportamientos aceptables e inaceptables.

- **Proporcionar oportunidades para que los niños aprendan y practiquen las cualidades y habilidades que pueden protegerlos del acoso.**

- Los niños seguros de sí mismos tienen menos probabilidades de tolerar el acoso y más probabilidades de responder con eficacia
- Los niños asertivos saben cómo responder a los acosadores de manera efectiva y no agresiva y es menos probable que sean atacados.
- Los niños que saben cómo hacer y mantener amigos pueden confiar en ellos para su protección.



MI HIJO ES ACOSADO: QUE PUEDEN HACER LOS PADRES?

- Escuche con calma a su hijo y muéstrole que comprende sus sentimientos.
- Practicar juntos estrategias de prevención del acoso
 - Elija las respuestas que funcionarán mejor para su hijo
 - Interprete las respuestas con ellos hasta que se sientan cómodos.
- Puede ayudarlos a ser más resilientes ofreciéndoles su apoyo y fomentando actividades y amistades que utilicen sus fortalezas y desarrollen su confianza.
- Pregunte sobre el día de su hijo y concéntrese en que salió bien además de los momentos difíciles.
- Anote todo: cada encuentro con el acosador y cada contacto con profesores/administradores
- Busquen ayuda adicional juntos si la situación no mejora



MI HIJO SUFRE CIBERACOSO: QUÉ PUEDEN HACER LOS PADRES?

- **Bloquee** al acosador en los sitios de redes sociales y teléfonos
- Anime a su hijo a **no responder** al acoso cibernético para evitar empeorar la situación.
- **Guarde** todos los mensajes amenazantes u otras comunicaciones, ya que pueden **usarse como evidencia al denunciar** el acoso.
- **Conozca el mundo en línea de su hijo.** Solicite ser amigo o seguir a su hijo en los sitios de redes sociales para monitorear su actividad *sin sobrepasarse*. Hable con ellos sobre la importancia de la privacidad e indíqueles que no compartan información personal con nadie, incluidos los amigos.



TODOS: QUE PUEDEN HACER LOS PADRES?

- **Anime a los niños a hablar y denunciar el acoso.**

- Cuando los niños hablen sobre el acoso, escuche con atención y sea paciente.
- Hablar sobre el acoso puede ser difícil y los niños pueden sentirse avergonzados o asustados.

- **Desarrolle conexiones sólidas con los niños bajo su cuidado**

- Los niños son menos propensos ser bullies si saben que decepcionarán a un adulto a quien respetan y en quien confían
- Los niños también son más propensos a confiar en un adulto con el que tienen una relación cariñosa y de confianza.

- **Enseñar con el ejemplo**

- Los niños aprenden a comportarse observando e imitando a los adultos en sus vidas.
- Considere cómo resuelve problemas, disciplina, controla su ira y decepción, y se defiende a sí mismo y a los demás sin pelear.
- Si los niños lo observan actuando agresivamente, es más probable que muestren agresión hacia los demás.



CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A SOBRELLEVAR LA EXCLUSIÓN SOCIAL Y LAS RUPTURAS DE AMISTAD

- Estar disponible para escucharlos y apoyarlos.
- Ayúdelos a crear una red amplia: involúcrelos en actividades fuera de la escuela
- Resista la tentación de hablar mal de sus amigos: Enemigo hoy, BFF mañana
- Ayúdalos a entender que las rupturas de amistad no son un fracaso: las personas cambian
- Aproveche los momentos de aprendizaje: calidad frente a cantidad
- Crea distancia con dignidad: anímalos a no poner mucha energía en la amistad rota



OBLIGACIONES ESCOLARES

Las escuelas están obligadas por estas leyes a abordar la conducta que es:

1. **Severo, generalizado o persistente**
2. **Crea un ambiente hostil en la escuela** , si es lo suficientemente grave como para interferir o limitar la capacidad del estudiante para participar o beneficiarse de los servicios, actividades u oportunidades que ofrece una escuela.
3. **Basado en la raza, el color, el origen nacional, el sexo, el tipo de discapacidad o la religión del estudiante.** El Departamento de Justicia de los Estados Unidos tiene jurisdicción sobre la religión en virtud del Título IV de la Ley de Derechos Civiles de 1964.

Una escuela que no responda adecuadamente al acoso de estudiantes basado en una clase protegida puede estar violando una o más leyes de derechos civiles aplicadas por el Departamento de Educación y el Departamento de Justicia , que incluyen:

- Título IV y Título VI de la Ley de Derechos Civiles de 1964
- Título IX de las Enmiendas Educativas de 1972
- Sección 504 de la Ley de Rehabilitación de 1973
- Títulos II y III de la Ley de Estadounidenses con Discapacidades
- Ley de Educación para Individuos con Discapacidades (IDEA)



QUE ENSEÑAR A LOS NIÑOS

CONSEJOS PARA ENFRENTARSE A LOS ACOSADORES ¡SEA ASERTIVO!

- Respira hondo y deja salir el aire lentamente.
- Siéntate o mantente erguido con la cabeza en alto
- Tener una expresión facial relajada y decidida.
- Mantener el contacto visual
- Habla con voz tranquila, lo suficientemente alto para que te escuchen con claridad.
- Usa un tono de voz confiado
- Responder breve y directamente



¡PRÁCTICA DE LA ASERTIVIDAD!

Un acosador se te acerca, se ríe y comienza a cantar "¡Eres un perdedor!"

¿Cómo respondes ASERTIVAMENTE?



POSIBLES RESPUESTAS

- **Sumiso** (rendirse) - se ve molesto y comienza a llorar
- **Agresivo** (doloroso): responde enojado: "Sí, bueno, tu madre es fea".
- **Asertivo** (ponerse de pie): mirar con calma al acosador y decir: "Estás perdiendo el tiempo tratando de hacerme enojar".



OTRAS FORMAS DE LIDIAR CON LOS ACOSADORES

Si no te sientes cómodo acercándote a tu acosador de manera asertiva, puedes probar una de estas opciones a continuación:

- Ignora y aléjate
- dile a un adulto
- Rodéate de amigos
- Pide apoyo a tus compañeros de clase



RECURSOS ADICIONALES

- StompOutBullying.org
- StopBullying.org
- Teachingtolerance.org
- <https://www.apa.org/topics/bullying>
- <https://kidshealth.org/en/teens/bullies.html>
- <https://www.pacer.org/bullying/>
- <https://www.weareteachers.com/anti-bullying-videos/>

- Si el problema no se resuelve:
 - Google “ **Queja de acoso escolar público** ” y complete el formulario en línea:
 - <https://www.nycenet.edu/bullyingreporting>



¿PREGUNTAS?

