



BULLYING

DEPARTAMENTO DE PSICOORIENTACIÓN

La palabra bullying significa acoso, y en general se refiere al acoso principalmente entre escolares.

Es un comportamiento repetitivo, y se puede manifestar de forma física, verbal o social.

No se trata de un simple empujón o comentario hiriente, se trata de una situación agresiva que, si no se detiene a tiempo, puede provocar daños severos a la víctima.



EL NIÑO, NIÑA O ADOLESCENTE QUE ES VÍCTIMA DE BULLYING PUEDE PRESENTAR SIGNOS DE:

Baja estima o autoimagen negativa

Bajo rendimiento escolar

Sensaciones de rabia y temor

Ausentismo escolar

Pesadillas e insomnio

Depresión y ansiedad

Desconfianza en las relaciones sociales

Desconfianza en los adultos por su intervención inadecuada.

Sentimiento de culpa por ser agredidos.

Problemas de salud.

Recurrir a la violencia como forma de defenderse.



MEDIOS EN LOS QUE SE EJERCE EL BULLYING

Las redes sociales

Por teléfono o vía celular

En el lugar de residencia

En la escuela

En un medio

de transporte.

PREVENIR EL ACOSO ESCOLAR ES UNA RESPONSABILIDAD COMPARTIDA .

AL TRABAJAR JUNTOS COMO PADRES, EDUCADORES Y MIEMBROS DE LA COMUNIDAD, PODEMOS CREAR UN ENTORNO MÁS SEGURO Y SOLIDARIO PARA TODOS LOS NIÑOS.

SI OBSERVAS ALGÚN CAMBIO DE CONDUCTA EN TU HIJO, PUEDES ACUDIR AL CONSEJERO QUIEN BUSCARÁ ORIENTACIÓN EN EL DEPARTAMENTO DE PSICOORIENTACIÓN PARA SU PRONTA INTERVENCIÓN

Víctima: desarrolla miedo y rechazo al contexto en el que sufre la violencia; pierde la confianza en sí mismo y en los demás y se ve reflejado en la disminución del rendimiento escolar.

Son niños inseguros, con baja autoestima, bajas habilidades sociales. Esto hace que sean un objetivo fácil para el acosador.

Agresor: disminuye su capacidad de comprensión y empatía. Empieza a considerar que agredir es una manera aceptable de conducirse.

La investigación clínica ha demostrado que en su mayoría, los agresores están inmersos en un ambiente agresivo a situaciones o ambientes violentos.

Espectador: Respaldan el acoso, participan al ser observadores del mismo, pudiendo ser pasivos, simples observadores que no intervienen, pero validan y permiten con su pasividad.

Cómplices: o espectadores activos, quienes si participan en los actos violentos.

¿CÓMO PREVENIR QUE TU HIJO SEA VÍCTIMA DEL BULLYING?

OBSERVE LA ACTITUD DE SU HIJO

Si notas algún cambio emocional o de conducta. No siempre los niños dicen lo que les está pasando.

ESTAR ATENTOS A LA VIDA ESCOLAR DE SU HIJO.

Una conversación de 15 minutos por día puede indicarnos si hay algún problema. Comparte cómo fue el día, si pasó algo, con quién pasa en el recreo y descanso, de qué hablan, si viaja en colegial, con quién se sienta.

IDENTIFICAR CONDUCTAS INAPROPIADAS

Hable sobre el bullying, si está ocurriendo o no, para que puedan identificar y comunicar cualquier conducta inapropiada por parte de sus compañeros. Pero lo más importante, hágale saber que está dispuesto a ayudarlo.

ENSEÑARLE A DECIR QUE NO

Es algo difícil de enseñar, cuando muchos adultos tampoco son capaces de hacerlo. Aprender a poner límites y saber decir "NO" cuando es necesario es una lección muy importante para la vida, y mejor si la aprenden de niños. Los acosadores tienen seguridad de que su víctima, motivada por el miedo, no va a contradecirlo.

REFORZAR LA CONFIANZA EN SÍ MISMO

La forma en que le hablamos, les permitirá reforzar la autoestima y mejorar la socialización con sus compañeros. Hazle saber que no es culpable. Todas las personas tenemos derecho a ser protegidas contra cualquier forma de violencia y a ser tratados con respeto.