

El acoso es algo serio

- El 27 por ciento de personas jóvenes reportan haber sido objeto de bullying cada dos semanas o más a menudo.
- El Ciberbullying sucede a 1 de cada 10 jóvenes australianos cada varias semanas o más a menudo.
- Muchos jóvenes que ocasionan el acoso por Internet también lo hacen cara a cara.
- Algunos jóvenes que son objeto de bullying posteriormente se convierten en los que ocasionan tal comportamiento.
- Bullying puede seriamente dañar la salud a nivel físico, social y emocional.
- Bullying también hace daño al perpetrador. La gente joven que acosa a lo largo del tiempo puede llegar a participar en comportamientos anti sociales y de criminalidad, tener problemas con el abuso de sustancias ilegales, demostrar un bajo rendimiento escolar y en el futuro abusar de niños y de sus parejas.



¿Quién puede ayudar?

Kids' Helpline

1800 551 800 www.kidshelp.com.au

Cybersafety help

www.cybersmart.gov.au/report.aspx

Australian Federal Police (Policía Federal de Australia)

www.afp.gov.au

Reach Out

www.reachout.com.au

Beyondblue

www.beyondblue.org.au

Bullying. No way! (Bullying, ¡de ningún modo!

www.bullyingnoway.com.au

The Australian Psychological Society (La Sociedad de Psicología de Australia)

www.psychology.org.au

Para bajar una versión electrónica de este folleto, diríjase al sitio Web del Centro Nacional Contra del Acoso (NCAB):
www.ncab.org.au

Contáctese con nosotros

La organización "Alannah and Madeline Foundation" es una caridad que mantiene a los niños a salvo de la violencia. La fundación fue establecida en memoria de Alannah y Madeline Mikac, de seis y tres años respectivamente, quienes murieron trágicamente en Port Arthur, Tasmania el 28 de abril de 1996.

The Alannah and Madeline Foundation
PO Box 5192
South Melbourne Vic 3205
teléfono: (03) 9697 0666
fax: 03 9690 5644
correo electrónico: info@amf.org.au
sitio web: amf.org.au

proud partner



The Alannah
and Madeline
Foundation



Keeping children safe from violence

© Derechos de Autor 2011. Renuncia: La información que aparece en este folleto era correcta hasta el momento de ser publicada, no obstante, puede ser objeto de cambios.

Spanish

The Alannah
and Madeline
Foundation

Keeping children safe from violence



Bullying o el acoso escolar duele



¿Qué implica el comportamiento de bullying o acoso escolar?

Bullying, o el acoso escolar, es cuando alguien o un grupo de personas que tienen más poder que otros causan dolor, o hieren repetidamente con intención a otra persona, o a un grupo de personas que se sienten impotentes como para responder. Este comportamiento puede continuar por un período de tiempo, y a menudo se oculta de los adultos y probablemente continúa de no tomarse ninguna medida.

Este tipo de acoso no implica

- un episodio singular de rechazo social o no se trata de que a alguien no le guste otra persona
- actos de un episodio singular de mala intención o despecho
- actos al azar de agresividad o intimidación
- discusiones mutuas, desacuerdos o peleas

Tipos de bullying

El documento: "Building Respectful and Safe Schools (2010)" (La formación de Escuelas basadas en el Respeto y Escuelas Seguras del 2010) del Departamento de Educación y Temprano Desarrollo identifica cuatro tipos de bullying.

1. El físico que incluye pegar, patear, hacer tropezar, pellizcar y empujar o causar daños a pertenencias.

2. El verbal que incluye insultar, molestar, intimidar, comentarios homofóbicos o racistas o abuso verbal.

3. El acoso encubierto que generalmente es más difícil de reconocer y puede realizarse a espaldas de la persona. Está tiene el propósito de dañar la reputación social de otra persona y/o causar humillación. El acoso encubierto comprende de:

- mentiras y difusión de rumores
- gestos faciales y físicos negativos, miradas de amenaza o desprecio
- el juego de malas bromas para avergonzar y humillar
- hacer imitaciones crueles
- fomentar la exclusión de alguien de parte de otros
- hacer daño a la reputación social de alguna persona o de su aceptación social

4. Ciberbullying es un comportamiento abierto o encubierto a través del uso de tecnologías digitales. Los ejemplos incluyen el acoso por el teléfono móvil, crear un sitio Web personal difamatorio o deliberadamente causar la exclusión de alguien en espacios de redes sociales. Ciberbullying puede darse en cualquier momento. Este puede ocurrir en público o en privado y a veces sólo se entera la persona que está siendo objeto de este comportamiento y la que lo ocasiona.



Las señales que indican que su hijo puede ser objeto de bullying

No siempre es fácil saber si una persona joven está siendo acosada y a veces no desean revelar lo que les está sucediendo.

Si usted notara cambios importantes en el comportamiento de su hijo, esto podría ser causa de preocupación. Otras señales pueden incluir cambios al comportamiento o a la norma de la alimentación y sueño, alejamiento de la familia o de grupos sociales y amigos. Un deterioro en el rendimiento escolar o falta de interés en asistir a la escuela, pérdida de sus útiles escolares o que éstos se vean dañados o rotos, evidencia de arañones o moretones en la piel o excusas no convincentes sobre todo ello.

Lo que debe hacer si su hijo está acosando a otros

- Permanezca tranquilo, recuerde que el comportamiento es erróneo, no su hijo.
- Cerciórese de que su hijo sepa que el comportamiento de bullying no es apropiado y el por qué.
- Trate de entender el por qué su hijo se ha comportado de tal modo y busque formas de abordar el problema.
- Aliente a que su hijo vea el comportamiento desde el punto de vista de la otra persona, por ejemplo: cómo se sentiría si
- Ayude a que su hijo piense en otros modos de actuar.
- Fije límites de comportamiento.

Lo que puede hacer si su hijo está siendo objeto de bullying

1. Escuche – trate de escuchar sin interrumpir. Sea comprensivo, esté calmado y dé validez a lo que se está diciendo. Antes de hacer sugerencias, pregúntele a su hijo lo que le gustaría que suceda.

2. Hable – converse sobre lo que sucedió. Trate de no profundizar la conversación, de lo contrario podría hacer que su hijo no le hable sobre ello. Recuérdele que es normal sentirse herido, no es aceptable ser objeto de bullying, y NO es culpa suya.

3. Averigüe – tome nota de dónde y cuándo sucedió, quién estaba implicado, qué tan a menudo sucede y si alguien ha sido testigo de ello. No sugiera que usted mismo enfrente a la persona.

4. Contactar a la escuela – Revise la política de la escuela sobre el tema de bullying. Entérese si la escuela tiene conocimiento del acoso y si han hecho algo para abordar la situación. Haga una cita para hablar con el maestro o coordinador de su hijo. Trate de hacer una cita de seguimiento para asegurarse de que la situación está siendo abordada.

5. Dé un consejo sensato – Aliente a que su hijo no pelee como respuesta, enséñele a que use un lenguaje neutral, o si fuera apropiado, que use un lenguaje humorístico. Ayúdele a explorar otros modos de responder.

- Dígame que el comportamiento fue intencional y que no va a desaparecer.
- Explíqueme que es más seguro evitar a ciertas personas, lugares o situaciones que lo puedan someter a más comportamientos de este tipo.
- Si su hijo le pidiera quedarse en casa y no asistir a la escuela, explíqueme que ello no ayudará, porque empeoraría la situación.
- De ser posible, ayude a crear oportunidades para que su hijo participe en otros grupos de jóvenes, como por ejemplo, en grupos fuera del horario escolar.

