Lección 6: Consejos para padres y profesores

- CONSEJOS PARA LOS PROFESORES
- CONSEJOS PARA LOS PADRES
- Apéndice- Ejemplos de talleres contra el acoso

CONSEJOS PARA LOS PROFESORES

La escuela es uno de los lugares más significativos en la experiencia cotidiana de los niños: la cantidad de horas que pasan en ella, la importancia de lo que allí aprenden, la calidad de las relaciones sociales que allí construyen hacen que este lugar influya en la trayectoria de crecimiento de cada niño. Desde este punto de vista, es esencial que los profesores:

● disponer de información y formación adecuadas sobre el fenómeno;

● están abiertos a la confrontación y al diálogo con los niños;

● Observar atentamente el comportamiento en clase;

● insistir en la importancia de la cooperación entre la escuela y la familia;

● imponer el respeto de las normas sin tolerar en modo alguno formas de violencia;

● preparar las actividades necesarias para dar a conocer el fenómeno también entre los jóvenes;

● poner en práctica las intervenciones necesarias para el bienestar de los destinatarios, así como del CYP implicado en el comportamiento acosador.

Uno de los principales objetivos de los profesores será también potenciar en los alumnos no sólo las habilidades cognitivas, sino también las sociales, prestando especial atención a la alfabetización emocional y al desarrollo de la conciencia empática, necesaria para entrar en relación con los demás y lograr codificar sus emociones. También tendrán que sensibilizar a los alumnos sobre el fenómeno del acoso y el ciberacoso, tratando de promover vías específicas a través de las cuales puedan transmitir la importancia del conocimiento de los mensajes verbales y no verbales, que subyacen a la comunicación cotidiana entre las personas. Debería crearse en la escuela una red de operadores, un equipo de apoyo con una persona de contacto responsable, que se encargará de lo siguiente:

❖ formar a los profesores;

❖ organizar reuniones específicas con los padres y los jóvenes, en las que también puedan tratarse cuestiones de legalidad, relación y gestión de conflictos;

❖ definir las normas que se aplicarán en el instituto, incluidas las relativas al uso de teléfonos móviles en la escuela

❖ administrar cuestionarios a alumnos y padres para evaluar su nivel de conocimiento del fenómeno;

❖ controlar y supervisar el comportamiento dentro de la escuela;

❖ ponerse en contacto con las autoridades judiciales o los servicios territoriales en caso de necesidad.

La calidad del diálogo, así como la autoridad de las figuras escolares, son elementos que pueden jugar fácilmente a favor de las acciones de protección que se emprendan en favor de los alumnos: por lo tanto, es importante que si los profesores tienen conocimiento de comportamientos o episodios de acoso, intenten ponerles freno rápidamente, ya que tales acciones, si no se atajan a corto plazo, pueden repetirse y prolongarse en el tiempo. Será necesario ser sensible y estar atento no sólo a los objetivos de este tipo de violencia, sino también a los CYP implicados en conductas de acoso, que se consideran sujetos en dificultad y de mayor riesgo. Los conflictos leves o agudos que pueden surgir entre compañeros pueden convertirse fácilmente en actos de acoso y prevaricación que se repiten y que también se llevan a cabo a través de Internet, con graves efectos amplificadores para los objetivos. Por esta razón, es importante aplicar medidas que impliquen también a los niños que no están directamente afectados, para que no se insensibilicen progresivamente al sufrimiento, se reduzca la empatía y se fomente el contagio social, animándoles a imitar el mal comportamiento del CYP implicado en la conducta de acoso.

Por lo tanto, habrá que aplicar una política escolar integrada. El objetivo es diseñar modos de intervención que tengan en cuenta:

● El grupo de iguales: desempeñan un papel clave (desde los que apoyan y ayudan al CYP implicado en conductas de acoso hasta los que defienden a los objetivos o permanecen indiferentes). Su comportamiento puede cambiar radicalmente la situación en un sentido u otro. Observando la dinámica dentro del grupo, es posible comprender con mayor precisión las situaciones conflictivas que pueden estar presentes y, en consecuencia, planificar actividades e intervenciones destinadas a frenarlas, creando así un clima más cooperativo y colaborador dentro de la clase.

● Cultura escolar: se refiere al conjunto de normas vigentes en la escuela, al clima general del aula y de la escuela. Un entorno que castiga toda forma de prevaricación y violencia tiende a influir y condicionar el comportamiento de los niños que asisten a él.

● La comunidad con sus valores: comportamientos agresivos, arrogantes, astutos y prevaricadores también puede verse alentada por determinados modelos culturales, presentes en los medios de comunicación y practicados en el entorno escolar.

● La relación educativa entre profesores y alumnos: es fundamental fomentar el diálogo con los alumnos y establecer un ambiente distendido dentro del aula que, además, puede mejorar en consecuencia el aprendizaje de los alumnos.

● La relación con las familias: establecer una relación de colaboración y confianza mutua con el único objetivo del bienestar de los niños.

En concreto, la escuela debería:

■ Capacitar a profesores y alumnos para intervenir cuando se produzcan situaciones difíciles.

■ Formular un sistema de normas claramente contrario a toda forma de prevaricación y violencia.

■ Facilitar los encuentros entre profesores y padres organizando también jornadas de encuentro y debate.

■ Organizar y promover grupos de estudio de profesores para el desarrollo de un buen clima escolar.

■ Impartir cursos destinados a desarrollar la conciencia de los mensajes verbales y no verbales que subyacen en la comunicación cotidiana con los demás.

■ Proporcionar a los niños espacios equipados y adecuados para el recreo y diversas actividades escolares.

■ Compartir cualquier problema con expertos.

En concreto, el profesor debe:

● Estar abierto al diálogo: muy a menudo, los niños no tienen el valor de abrirse y contar lo que les pasa o lo que les molesta. Es esencial que perciban a los profesores como un punto de referencia, de escucha y de acogida.

● Trabajar en el conocimiento y reconocimiento de las emociones, tratando de destacar la importancia de la empatía como principal factor subyacente a las interacciones.

● Mejorar las habilidades sociales, habilidades que nos permiten comunicarnos e interactuar con otras personas, no sólo de forma directa y verbal, sino también a través de los gestos y el lenguaje corporal.

● Prestar atención a la dinámica entre los alumnos; supervisarlos durante el recreo y la hora del almuerzo.

● Fomentar un clima en el que los niños puedan confrontarse abiertamente, sin miedo a ser juzgados, en el que sea posible la resolución pacífica de los problemas y en el que se fomente la aceptación de los demás, la acogida, la cooperación y la solidaridad.

● Administración de cuestionarios dentro del grupo de clase para comprobar el conocimiento del fenómeno.

● Establecer y hacer cumplir las normas mediante aclaraciones sobre las mismas, elogios y sanciones vinculadas a ellas. Es importante no subestimar los comportamientos agresivos que se producen y no dejar que la humillación y el maltrato, en detrimento de los niños más débiles, pasen por actitudes "normales".

● Fomentar el aprendizaje cooperativo y colaborativo.

● Evitar formas exageradas y excesivas de control que intimiden a los alumnos: en su lugar, intente establecer un diálogo constructivo con ellos aplicando, cuando sea necesario, un enfoque directo, firme y decisivo que tenga como objetivo resolver los problemas.

● Evitar el uso de lenguaje violento y especialmente agresivo, infravalorar o trivializar episodios especialmente agresivos o situaciones de malestar manifestadas por los alumnos, guardar silencio o secreto sobre lo ocurrido. Conversaciones en profundidad con los CYP implicados en conductas de acoso, los objetivos y los padres de los alumnos, actividades que tienen por objeto desarrollar la asertividad, fomentar una mejora de la autoestima, potenciar la capacidad de negociación, mejorar las habilidades para hacer frente a los prejuicios, enseñar a controlar la ira y los impulsos, representan las distintas acciones posibles dirigidas al sujeto individual, que tienen como objetivo intentar cambiar el comportamiento de los alumnos afectados y frenar así el problema manifestado.

Consejos de una madre/escritora

Recomendamos la lectura de este libro, escrito por Janell Burley Hofmann, que vive en Cape Code (Massachusetts, EE.UU.) con su marido y sus cinco hijos. Trabaja en programas para mejorar las relaciones familiares y mantiene su propio blog personal, cuyos posts se publican también en el Huffington Post. Por Navidad, decidió regalar un iPhone a su hijo Gregory, de 13 años. El regalo, sin embargo, iba acompañado de un contrato real de 18 puntos que el hijo tenía que firmar para recibir y poder utilizar el smartphone. La carta, redactada de forma similar a los acuerdos de licencia de uso real de Apple, contenía algunos puntos bastante estrictos y perentorios (horas de uso, entrega a los padres durante la noche, prohibición de buscar contenidos pornográficos), pero por lo demás es una invitación a utilizar el nuevo teléfono de forma responsable e inteligente, sin crear adicción.

El libro 'iRules' (publicado por Giunti) está dirigido a los padres, para ayudarles a despejar miles de dudas sobre qué método educativo es el más correcto en cada caso.

Cuando la lista se publicó en el Huffington Post America, se viralizó rápidamente, convirtiéndola en la persona de referencia para muchos padres que decidieron ponerse en contacto con ella para pedirle consejo.

Cada familia debe tener sus propias iReglas sobre el uso de la tecnología. El contrato impreso al principio del libro puede servir de plantilla.

A continuación se exponen las 18 reglas que todo padre debería seguir según Janell:

¡Habla! ¡Y hablar otra vez!

Para poder dar a tus hijos normas sobre tecnología, primero tienes que estar perfectamente de acuerdo con tu pareja. Hablad e intentad determinar juntos qué aspectos de la tecnología os asustan. Pueden ser diferentes: depredadores en línea, adicción, pérdida de imaginación. Identificarlos te ayudará a establecer los retos que debes imponer a tus hijos. Cuando decidas comunicárselos , estate dispuesto a discutirlos juntos; será más fácil que acepten las normas si comprenden tus razones. Y en caso d e refutación fundada, prepárate para aceptar algunas modificaciones.

Contraseñas

Las redes sociales han convertido la tecnología en una dimensión inaccesible para los adultos. Sin embargo, sería deber de los padres, como "maestros de vida", conocer los movimientos de sus hijos para indicarles el camino correcto y corregirles cuando cometen errores. Por eso es conveniente que su hijo le diga todas las contraseñas de los distintos portales a los que tiene acceso. Cuando encuentres algo que no te convenza o te asuste,

comentadlo juntos, escucha sus razones y explícale las tuyas. Ten cuidado, sin embargo, de no violar su confianza. No vayas más allá sólo para satisfacer tu curiosidad. Si te encuentras con una conversación normal con un compañero de su edad, deja de leerla.

Dormir primero

Los niños suelen utilizar el móvil hasta altas horas de la noche. Las conversaciones con otras personas les mantienen despiertos más tiempo del debido, mientras que, como dicen los pediatras, "el sueño discontinuo e interrumpido causa problemas de concentración y salud en los niños". Para remediar el problema, Janell ha impuesto algunas normas: el móvil debe entregarse a los padres a las 19.30 horas las tardes entre semana y a las 21.00 los fines de semana. Con algunas excepciones en verano, por ejemplo. Cuando les comuniques esta decisión, prepárate para rebatir sus excusas. Si te dicen que utilizan el móvil como despertador... ¡cómprales un despertador!

Haz a los demás lo que quieras que te hagan a ti

Esto significa instruirles para que no utilicen el iPhone para mentir, decir cosas que no dirían en voz alta y hablar mal de los demás. En este sentido, la mayor amenaza se llama ciberacoso, del que es fácil convertirse en blanco o autor. En el primer caso, enséñales a tener el valor de denunciar y presta atención a las señales que dicen que algo va mal: si ya no disfrutan con las cosas que antes les divertían, si esconden la pantalla del PC cuando entras en la habitación, si comen o duermen menos. Para que confíen en ti y se sientan cómodos contándote una experiencia de la que puedan avergonzarse, cuéntales primero un incidente en el que se hayan metido contigo. Les ayudará a sentirse más cerca de ti y a entender que puedes comprenderles, sin juzgarles.

Buenos modales

La finalidad del teléfono móvil también es facilitar la comunicación con su niños: seguro que es una de las razones por las que decidiste comprárselo. Por eso es bueno que nunca ignoren tus llamadas. Si leen el nombre de "mamá" o "papá" en la pantalla, deben contestar, y cuando lo hagan, ya sea a ti o a cualquier otra persona, deben ser educados, decir "hola" y no mostrarse nunca molestos.

Etiqueta

A menudo ocurre que cogemos el móvil casi sin darnos cuenta. Se ha convertido en algo automático empezar a mirarlo incluso cuando se está en la mesa, en el cine o hablando con alguien. Lo hacen los padres y lo hacen los hijos. Para invertir el hábito, primero hay que empezar por dar un buen ejemplo y luego ayudarles a controlar el impulso. ¿Cómo hacerlo? Señalándoles que la tecnología se está apoderando de los buenos modales, convirtiéndoles en personas maleducadas. Ayúdales a entrar en razón, son capaces de hacerlo.

El valor del dinero

Haz una lista de sus privilegios tecnológicos y de las aportaciones que hacen en casa para arreglar y reparar. Parecerá un intercambio justo. Por ejemplo, conservarán el móvil si hacen la cama todas las mañanas y sacan la basura de vez en cuando. Ayuda a los niños a comprender el valor del dinero invitándoles a hacer pequeños trabajos (cortar el césped, hacer de canguro) y a ahorrar dinero de bolsillo para poder mantenerse en caso de que se estropee el móvil.

La Escuela

Los niños deberían tener más atención en la escuela. El móvil no sólo distrae, sino que la facilidad con que pueden ponerse en contacto con papá y mamá a la menor dificultad les impide superar por sí solos los conflictos normales. Por eso, Janell ha convertido en una de sus normas que, durante el horario escolar, el móvil permanezca en casa. De nuevo, hay excepciones, en caso de excursiones escolares, actividades extraescolares y otros incidentes especiales, que ella discutirá con su hijo de vez en cuando.

Insista en los mensajes seguros

Los niños suelen tropezar accidental o deliberadamente con pornografía mientras hacen los deberes, buscan videojuegos o películas. La curiosidad por la sexualidad es normal entre los niños. Lo que es importante hacer entender a los niños es que la sexualidad no debe coincidir con la pornografía.

Practicar mensajes seguros

Hoy en día se multiplican las autofotos de adolescentes en poses provocativas. La tecnología es cada vez más invasiva y periódicamente surgen nuevas modas, como los selfies. Es bueno que los padres estén familiarizados con ellas, para saber cómo contrarrestar su degeneración. Haz entender a tus hijos que el selfie está bien cuando capta su cara y su sonrisa. Se habla de sexting para definir la difusión de imágenes sexualmente explícitas a través del móvil. Hablar con ellos para que no se sientan avergonzados al hacerlo, para que puedas darles los consejos adecuados, para hacerles comprender lo arriesgado que es compartir una imagen que puede ser mostrada a cualquiera, arruinando su reputación.

Fotografías

Los niños suelen abusar de sus teléfonos móviles, haciendo fotos a todas horas y pasando gran parte del tiempo editándolas con diversos efectos para luego colgarlas en las redes sociales. Todo esto ocurre distrayéndoles de lo que ocurre a su alrededor. No viven el momento por mantener la cabeza fija en el móvil. Aconseja a tus hijos que hagan sólo las fotos necesarias, que se lo piensen un momento antes de coger el móvil para capturar nuevas imágenes. No es necesario documentarlo todo, viviendo las experiencias éstas quedarán impresas en sus mentes.

El miedo a quedar aislado

Aprende y enseña el valor de la "pausa": ese momento que te tomas antes de usar la tecnología para pensar y hacer las cosas de forma más razonada. Puede que decidas comprar a tus hijos un smartphone o un videojuego sin pensarlo lo suficiente, sólo porque sus otros amigos lo tienen y

temes que puedan quedar excluidos por ello. Aprovecha la pausa para calcular qué efectos tendrán esos artículos en él/ella y qué restricciones imponerle. Y si decides esperar antes de comprarlo, esto le ayudará a apreciar más su valor y lo cuidará mejor.

Bienvenido y apreciado

Un padre debe ser capaz de reconocer el valor y las bondades de la tecnología. Debería animar a sus hijos a aprovecharla al máximo. Un ejemplo es la facilidad con la que hoy se puede escuchar cualquier tipo de música, incluso canciones de hace muchos años. Ser capaz de encontrar una pasión común con los hijos (como la música) ayuda a fortalecer la relación y es la mejor manera de disfrutar de las ventajas de la tecnología, utilizándola para reducir la brecha generacional.

Suelta el mando a distancia

La relación con los videojuegos y las aplicaciones para móviles y tabletas debe ser equilibrada y nunca invasiva de su rutina diaria, distrayéndolos de todo lo demás. Es necesario establecer días y horarios en los que se pueda jugar, preferiblemente limitados al fin de semana. Prestar atención al contenido de los videojuegos, informándose también de los dependientes de las tiendas, que sean capaces de emitir juicios competentes. Por último, convence a tus hijos para que utilicen pasatiempos que no requieran tecnología, como rompecabezas, juegos de ingenio y juegos de mesa.

Vivir y amar

Esta regla para tus hijos también se aplica a ti: levanta la vista, observa la realidad que te rodea, mira por la ventana, da un paseo. Deja que los niños se aburran, no utilices la tecnología como relleno. El aburrimiento estimula la creatividad. No hace falta eliminar toda la tecnología para poder apreciar lo que nos rodea, basta con que no se apodere de nosotros.

¡Mete la pàta! Comete errores. Ser humano no tiene nada de malo.

Tarde o temprano tus hijos cometerán errores, es natural y está bien. Establece normas y castigos en caso de transgresión, te lo agradecerán, porque necesitan estacas para aprender a hacer malabarismos en la vida. Asegúrate, sin embargo, de que puedan sentirse cómodos acudiendo a ti para hablar de cualquier cosa en cualquier momento, que el miedo no les impida ser sinceros y confesarte cuando algo va mal. No dejes que se enfrenten solos a la tecnología.

CONSEJOS PARA LOS PADRES

Para poder llevar a cabo intervenciones destinadas a prevenir y/o reducir el acoso escolar, los padres deben, en primer lugar:

● tener conocimientos y formación adecuados sobre el fenómeno que les permitan reconocer y asesorar mejor a los niños cuando se encuentren en situaciones difíciles;

● dialogar y confrontar con ellos;

● vigilar su comportamiento;

● fomentar la cooperación entre la escuela y la familia intentando crear una red social en torno al niño, incluso mediante el diálogo con los padres de los compañeros.

En la vida cotidiana:

- Tendrán que supervisar a los niños y observar su comportamiento no sólo en la vida real, sino también en la virtual, cuando naveguen por Internet o realicen actividades con el teléfono móvil, e intentar recalcarles la importancia de un mayor respeto por sus actos.

- Tendrán que vigilar y controlar las frecuentaciones de los niños, entender qué búsquedas hacen en Internet, los sitios que visitan y sus preferencias de navegación.

- Se cuidarán de insistir en la importancia del diálogo en casa, en la escuela y con los compañeros, tratando de promover la resolución pacífica de los conflictos que puedan surgir.

- La agregación en actividades recreativas o deportivas es sin duda algo que hay que favorecer y recomendar.

- También es de vital importancia tratar de captar y comprender cualquier señal de alarma: en general, las víctimas de acoso y ciberacoso tienden a modificar su comportamiento habitual (un ejemplo típico es negarse a ir al colegio por la mañana o a participar en las actividades previstas con compañeros y amigos).

- Deben observar si su estado de ánimo es más triste y deprimido de lo habitual, si somatizan su sufrimiento experimentando con frecuencia dolores físicos (cefaleas, dolores de estómago u otras dolencias injustificadas), si tienen un sueño intranquilo por la noche y un ritmo sueño-vigilia

alterado, si llegan a casa con signos visibles de violencia o con la ropa rota y arrugada.

- Otra señal a tener en cuenta podría ser un descenso notable en el rendimiento académico o una pérdida de interés por todas aquellas actividades que antes les entusiasmaban.

La labor de los padres para prevenir o reducir el acoso escolar puede desarrollarse en varios ámbitos: el entorno social, las habilidades sociales y las habilidades éticas. El contexto en el que el niño/joven vive la mayor parte de sus experiencias cotidianas constituye el entorno social, entendido como contexto familiar. En este caso, actuar sobre significa, en concreto, proponer relajar actividades para que los niños hagan en familia, asegurándose de que asisten a entornos bien regulados, donde hay unas pocas normas claras, sencillas y precisas, proporcionando una educación que tiende a evitar caer en estereotipos: éstos, de hecho, sólo enfatizarían la existencia real de cualidades negativas en un individuo.

Trabajar las habilidades sociales, entendidas como aquellas capacidades que permiten a una persona construir y gestionar buenas relaciones con los demás (capacidad de resolución de problemas, habilidad para gestionar y afrontar diversas formas de conflicto), significa enseñarles a conocer y reconocer sus emociones y sentimientos, a gestionar su ira de la mejor manera posible, tratando de encontrar las mejores y más eficaces estrategias que les permitan "desahogar", de forma sana, sin dañar a los demás (y no reprimiendo, por tanto), la ira que sienten. También significa educarlos para que no busquen la gratificación inmediata y egoísta: tendrán que entender que no siempre se puede conseguir todo lo que se desea y, menos aún, utilizando la fuerza y la violencia. Por último, trabajar el conocimiento ético, que representa el conjunto de normas de comportamiento que se dan en una sociedad (leyes propiamente dichas, pero también formas de comportarse, actitudes empáticas y comprensión mutua entre los sujetos) significa ayudar a los niños a reflexionar sobre los valores de referencia del contexto social y de la realidad en la que se encuentran, a experimentar el sentido de las relaciones interpersonales, a compartir el significado de las cosas más importantes.

Consejos prácticos

Qué HACER y ENSEÑAR

1. Ser capaz de reconocer e identificar las señales de alarma que pueden poner de manifiesto situaciones difíciles en las que se encuentran los niños.

2. Actuar como modelos: lo que los niños observan en casa es lo que más tarde reproducirán fuera del contexto familiar.

3. Ponerse en situación de escucha, evitar los juicios y respetar, sin presiones, el tiempo que necesiten, procurando no subestimar ni trivializar su malestar.

4. Enséñales a conocer y reconocer las emociones y sensaciones que perciben.

5. Supervise sus actividades en línea e investigue a sus conocidos en la vida real.

6. Mostrarse como figuras de referencia seguras y sin prejuicios, ejerciendo un control no coercitivo: los niños deben sentir que ante cualquier dificultad pueden contar con la ayuda y el apoyo de sus padres.

7. Animarlos a desarrollar al máximo sus habilidades y características positivas: esto también mejorará su autoestima.

8. Fomentar las relaciones con los compañeros, haciendo hincapié en la importancia de sentirse parte de un grupo: evitar hacer demasiado hincapié en los comportamientos

competitivos y agresivos.

9. Fomentar el comportamiento empático, social y prosocial en los niños.

10. Enseñarlos a defenderse y a denunciar.

ENSEÑA A TUS HIJOS HÁBITOS DE NAVEGACIÓN SEGUROS:

1. No facilitar su información y datos personales (número de teléfono, edad, domicilio o dirección escolar) a personas que no nos conozcan en la vida real.

2. No reveles tus contraseñas a nadie, ni siquiera a tus amigos.

3. No hagas amigos en las redes sociales salvo con personas que ya conozcas en la vida real.

4. No acepte encuentros en persona con alguien que haya conocido por Internet.

5. No respondas a las provocaciones, tanto si se producen en el mundo virtual como en la vida real.

6. No respondas a mensajes, correos electrónicos, mensajes de texto que sean ofensivos y/o vulgares: esto desencadenaría un círculo vicioso de extrema diversión para el agresor. Es preferible bloquear al acosador.

7. Haz una copia de los mensajes ofensivos recibidos (sms, mms, correo electrónico), llevando una especie de diario en el que anotar el día y la hora de recepción.

8. No guardes, compartas, descargues fotos y/o vídeos de otras personas sin su permiso: hacerlo conlleva responsabilidades.

9. Denuncie siempre los contenidos ilícitos, ofensivos, ilegales e inapropiados.

10. Presta mucha atención a lo que se publica en la red, haciendo hincapié en que todo lo que se publica en la red permanece allí para siempre, incluso una vez que se borra.

11. Cambie a menudo las contraseñas eligiendo códigos difíciles de rastrear (códigos alfanuméricos).

12. Conocer las diferentes opciones para restringir la privacidad permitiendo que sólo las personas de confianza vean lo que se publica.

QUÉ HACER EN CASO DE ACOSO ESCOLAR:

Para los padres de los niños y jóvenes con comportamientos intimidatorios

Si tiene conocimiento de una situación difícil que se ha producido en el colegio debido al acoso de tu hijo, tómate el tiempo necesario para comprender realmente los hechos y reflexionar con calma sobre cómo intervenir de forma concreta y eficaz. A continuación, intente explicar a su hijo que lo que está haciendo está mal, que su comportamiento tiene consecuencias, y hazle pensar en cómo se sentiría si, por el contrario, se encontrara en la

situación contraria y sufriera el mismo trato por parte de los demás. De hecho, a menudo los niños no desarrollan una conciencia de sus actos y no se dan cuenta de que su comportamiento constituye realmente acoso escolar. La cooperación con la escuela es de vital importancia. Al igual que en el entorno escolar, las intervenciones destinadas a resolver el problema también deben aplicarse en el entorno familiar. De hecho, los niños y jóvenes que se comportan como acosadores suelen ser los primeros en meterse en problemas: no pueden controlar sus emociones y no se dan cuenta de lo que hacen.

Por lo tanto, hay que ayudarles a gestionar los conflictos normales que surgen en la vida cotidiana. Es importante, por ejemplo, enseñarles a canalizar su ira utilizando vías de desahogo adecuadas que no perjudiquen a nadie.

Para los padres del objetivo

1. Es fundamental que hables con tu hijo, tratando de comprender exactamente lo que ha sucedido. También es importante informar al colegio de lo sucedido, intentando establecer

un clima de colaboración con los profesores que lleve a activar la forma de intervención más adecuada. También es posible prever la presencia de una figura especializada (psicólogo) que pueda mediar en la resolución del problema.

2. Es necesario sensibilizar no sólo a los niños implicados, sino también a la escuela en general, al director y a los profesores. No siempre tienen claro cómo se producen estos sucesos: esto se debe a que, la mayoría de las veces, ocurren durante el recreo, en espacios al aire libre o en el camino de ida y vuelta a la escuela.

3. Aconseje a su hijo que no reaccione ante el CYP que se comporta como un acosador, haciéndole ver que sólo espera su reacción: encuentra diversión y satisfacción en ver a otros en apuros.

4. Ayúdale a ampliar sus conocimientos afectivos y relacionales, anímalo a hacer nuevos amigos incluso fuera del ámbito escolar y a participar en actividades que le ayuden a reforzar su autoestima y el conocimiento de sí mismo (teatro, interpretación, artes marciales, deportes de equipo).

5. Avisa a la policía si la situación continúa y la agresión adquiere características más graves y alarmantes (chantaje, extorsión).

Consejos para padres de víctimas de ciberacoso:

1. Es importante que el niño no reaccione a las provocaciones para no ponerse al mismo nivel que el ciberacosador. Es crucial no responder a los ataques e instigaciones, correos electrónicos, mensajes de texto, posts, que sean ofensivos o vulgares. Si el ciberacosador no obtiene ninguna reacción, dejará de disfrutar haciendo lo que hace.

2. Es esencial guardar todos los mensajes ofensivos y acosadores recibidos y borrarlos de la red cuando sea posible: también es bueno hacer una copia en tu ordenador y anotar en un diario los días y horas en que se recibieron. Te serán útiles si quieres presentar una denuncia ante las autoridades competentes.

3. Bloquear al usuario acosador en la red garantizará que ya no se pueda contactar con él. 4. Es necesario ponerse en contacto con el Grupo de Delitos Telemáticos de la Policía si realmente se trata de ciberacoso, aportando toda la documentación que pruebe el incidente.

Apéndice- Ejemplos de talleres contra el acoso

Presentación de la Fase 1

Presentación de los Jóvenes Embajadores, introducción al proyecto y a los temas tratados en la reunión.

Fase 2 Compromiso con los estudiantes

Se estimula la atención de los niños haciéndoles preguntas, solicitando y estimulando la reflexión.

Ejemplo: ¿Qué opinas sobre el tema? ¿Hasta qué punto está extendido el fenómeno?

¿Cuáles son los riesgos? ¿Alguna experiencia?

Fase 3 Lluvia de ideas

Partiendo de la palabra "bullying", los alumnos dicen por turnos una palabra que se les ocurra relacionada con el fenómeno, se recogen todas las aportaciones escribiéndolas en la pizarra (física o digital). A continuación, se realiza un estudio teórico del fenómeno a partir de lo surgido en la lluvia de ideas.

Fase 4 Visionados de vídeos ad hoc

Visionado de una película y comentarios de los alumnos.

Ejemplo:

Vídeo testimonio de un niño acosado

Vídeo de un acto de acoso sufrido por un niño

Los Jóvenes Embajadores dirigen el debate, haciendo preguntas y permitiendo que los compañeros reflexionen sobre el tema. Los compañeros pueden sentarse en semicírculo durante los talleres,

para que puedan verse fácilmente.

Fase 5 Juego de roles sobre los protagonistas del fenómeno

Tras explicar los papeles, los Jóvenes Embajadores animan a los alumnos a representar una escena de acoso. Los alumnos son elegidos para hacerse pasar por CYP implicado en el comportamiento de acoso, ayudante, objetivo, espectador, etc. Los alumnos restantes desempeñarán el papel de espectadores pasivos (que observan la escena pero no intervienen en defensa de la víctima).

Los Jóvenes Embajadores moderan el juego de roles e inician la reflexión sobre las emociones que siente cada uno.

Fase 6 Consejos útiles y prácticos

Los Jóvenes Embajadores inician una reflexión sobre a quién acudir en caso de dificultad, profundizan en las causas y consecuencias de la violencia online y offline y en los riesgos asociados al uso inadecuado de la red. Recuerdan que están a su disposición para denunciar casos de acoso en la escuela.