

Apoderados

Día contra el ciberacoso



¿Qué es el ciberacoso?

Desde el 2019, el 14 de marzo fue decretado oficialmente por el Mineduc como el Día contra el ciberacoso, pero ¿qué es el ciberacoso? Es el hostigamiento o intimidación psicológica sostenida en el tiempo, que ocurre a través de Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC); teléfonos móviles, redes sociales, plataformas de mensajería, juegos en línea, etc. Envío, publicación o intercambio de contenido dañino, falso o malintencionado hacia o de una persona, amenazas, suplantación de identidad y al hostigamiento a través de imágenes, videos, llamadas y/o mensajes, son distintas formas de ciberacoso. Al ocurrir en espacios digitales, su difusión, alcance e impacto es mucho mayor para los involucrados. En este contexto, el acoso es realizado muchas veces de manera anónima, lo que dificulta su intervención y genera mayor ansiedad en la víctima.

¿Por qué es importante?

Más de un 95% de los estudiantes entre séptimo y cuarto medio tienen un teléfono móvil propio y un 98,2% tiene una cuenta en alguna red social, sin embargo, la mayoría de ellos no ha adquirido las competencias necesarias para desenvolverse en el mundo digital. Entre los años 2016 y 2018 las denuncias por ciberacoso en las escuelas aumentaron en casi un 56% (Mineduc, 2018). A nivel mundial, el 80% de las víctimas de bullying físico terminan siendo víctimas de ciberacoso y el 75% de las víctimas no cuenta lo que vive, lo cual trae consigo diversas consecuencias psicológicas y sociales, tanto para la víctima como para el agresor.

Considerando la situación de pandemia actual en la que nos encontramos y cómo desde el inicio del año pasado, la mayoría de las relaciones interpersonales pasaron de lo presencial a lo digital este porcentaje ha ido en aumento.

¿Cómo identificarlo en nuestros hijos(as)?

El ciberacoso suele manifestarse de distinta manera en cada persona, pero es muy importante estar atento ante:

1. Distanciamiento notorio de amistades y/o familia.
2. Pérdida de interés por actividades que antes disfrutaba.
3. Desmotivación por ir al colegio.
4. Cierre de sus perfiles en las RRSS.
5. Aumento de frustración y/o irritación luego de acceder a Internet.
6. Dificultades para dormir y/o mayor cansancio durante el día.
7. Cambio en el apetito (aumento o disminución notoria).
8. Dificultades en el aprendizaje y/o disminución de la motivación por aprender.

Recomendaciones para prevenir y actuar

- Resguardar y educar en el uso responsable de las redes sociales y el teléfono móvil.
- Educar y reforzar el buen trato entre amigos y compañeros. Recuerda que siempre serás un ejemplo para tu hijo(a).
- Apoyar emocionalmente al niño, niña o adolescente, que se sienta protegido, valorado y estimado. Esto ayudará a que tenga la confianza y se atreva a denunciar casos de acoso.
- Atender y siempre estar atentos a conductas y estados de ánimo para detectar posibles situaciones de ciberacoso. Siempre que notes cambios notorios en él o ella acércate y pregúntale si sucede algo.
- Orientar al afectado para que ignore, bloquee al remitente y no responda a la agresión.
- Informar al establecimiento para actuar siempre según los protocolos respectivos.
- Escucha atentamente a tu hijo o hija si te pide ayuda. Si es necesario, guíalo en la expresión de sus emociones y preocupaciones.

Conversa con tus hijos(as), es muy importante que toda la familia entienda la problemática asociada al ciberacoso y así poder actuar a tiempo. Siempre hazles saber que no están solos, que siempre estarás allí para apoyarlo y ayudar a resolver la situación. Recuerda siempre comunicar la situación al establecimiento educacional. Es fundamental que todos los casos se intervengan bajo el debido proceso que establece el reglamento de convivencia, actuar con prontitud y evitar que se genere mayor daño en los involucrados.

Una sana convivencia es responsabilidad de todos(as)

