

Las nuevas tecnologías presentan muchos beneficios para los niños, desde ayudarlos a desarrollar habilidades cruciales para el mundo digital de hoy a disponer de un sinfín de entretenimientos y diversión.

Sin embargo, Internet, los celulares y otros aparatos, han creado un nuevo canal para el bullying. Conocido como cyberbullying, este puede convertirse en extremadamente perjudicial para niños y adolescentes, especialmente por la posibilidad de ocurrir en cualquier momento y en cualquier lugar.

No es raro encontrar a una adolescente "pegada" en el celular, preocupada, intentando resolver algo... La mayoría del tiempo, no sabemos qué es lo que está pasando. Un mundo de imágenes y mensajes pueden estar ocurriendo en nuestras narices, sin embargo no las vemos ni escuchamos.

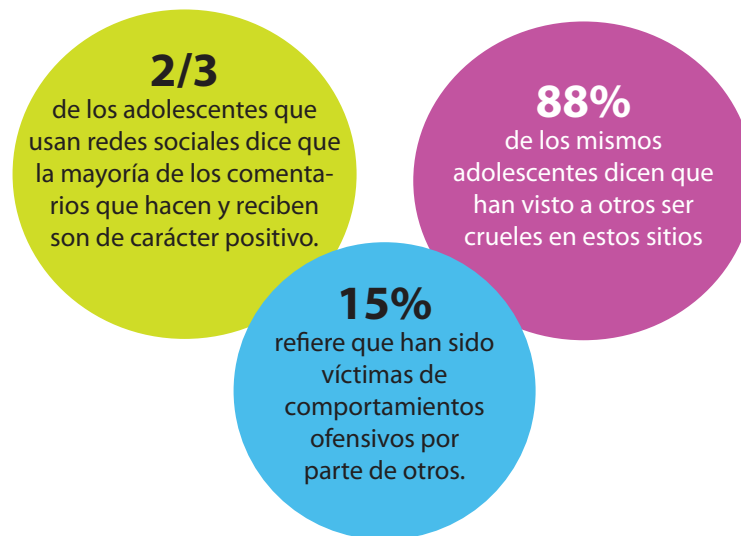
La realidad online es compleja. Sitios como Facebook, Instagram y los mensajes instantáneos se han convertido en principales medios de comunicación para nuestros jóvenes. Son ellos quienes navegan en Internet, sin la guía o el acompañamiento de adultos, como sí lo hacen en otras áreas de sus vidas.

Al igual como en el mundo real, en el mundo virtual se encuentran con un amplia variedad de personalidades y comportamientos, y desarrollan sus propios mecanismos de acción. Muchas veces se ven envueltos en situaciones a las que llaman "dramas" (no bullying).

Hoy los niños y adolescentes descubren sus intereses, desarrollan amistades y prueban los límites, tanto en su mundo real como en la red. Para algunos, los celulares y otros aparatos les brinda una sensación de libertad, cubierta de anonimato, que les permite actuar de un modo que presencialmente no lo harían.

Si bien mucho de lo que hacen los niños en Internet es positivo, y les aporta en su desarrollo, presenta desafíos que los adultos deben conocer. Al igual que en la vida real, online los niños pueden verse envueltos en situaciones de burlas y amenazas, y cuando eso ocurre en escenarios grupales o puede llegar a ser visto por muchos, como en Facebook o a través de whatsapp, puede ser especialmente difícil de manejar. Y para los padres, difícil de enfrentar.

Mientras que los chismes, pelambres y ofensas entre adolescentes no es nada nuevo, las nuevas tecnologías introducen la novedad. Facebook, Twitter, Instagram, Ask.fm y Snapchat, son las preferidas.



#### ¿CUÁNDO EL COMPORTAMIENTO ONLINE PASA A SER BULLYING?

Es difícil de determinar cuando el comportamiento cruel, las burlas y amenazas online, realmente constituyen situaciones de bullying.

EL cyberbullying es definido por expertos como las situaciones donde alguien utiliza las tecnologías, como Internet o celulares, para deliberadamente herir, humillar, molestar, intimidar o amenazar a alguien. Es algo que se hace con propósito y repetidamente.

Tanto online como offline, el bullying puede tener efectos negativos en la autoestima y seguridad de quien lo vive. También se puede ver afectado su rendimiento escolar. En los casos más graves, la víctima puede comenzar a herirse o incluso sentir que no vale la pena seguir viviendo.

**El molestar a otro online, puede tener un efecto aún más negativo que el bullying presencial. Puede ser visto una y mil veces, no sólo por la víctima si no que por una infinidad de otros, lo que agrava aun más la situación y los sentimientos de inseguridad de la víctima.**

#### LOS PADRES SÍ IMPORTAN

Si bien es difícil determinar si una situación online es sólo un "drama" o realmente constituye "cyberbullying", lo que sí es claro para muchos es el rol de los padres en esto. Las familias deben tener conversaciones regulares acerca de las experiencias online de los hijos, y deben también discutir acerca de por qué es importante comportarse de modo responsable y respetuoso en Internet, al igual como se espera esto de ellos en el mundo real.

#### ¿QUÉ HACER?

- 1 Conversa con tu hijo/a regularmente tanto de sus amistades offline como online.
- 2 Asegúrale que pueden contar contigo si tiene cualquier preocupación acerca del comportamiento de otros online.
- 3 Ten presente que tú, como adulto, puedes considerar bullying algo que para ellos es simplemente un "drama". Se perceptivo a lo que él/ella espera de ti como adulto.
- 4 Mantente alerta frente a cambios de comportamiento que podrían indicar que tu hijo o hija está siendo molestado o está molestando a alguien.
- 5 Infórmate acerca de las tecnologías. Aprende sobre controles parentales, filtros y especialmente debes saber qué hacen tus hijos y cómo son los sitios que utiliza.
- 6 Demuéstrales que estás disponible tanto en la práctica como emocionalmente. Si tu hijo/a te dice que está viviendo una situación así, ayúdalo a guardar los mensajes que pueden ser evidencia, y ponte en contacto con la administración del sitio.
- 7 Resiste la tentación de tú mismo enfrentar al agresor. Busca ayuda del colegio para resolver la situación.
- 8 Motívalos a que hablen contigo, o con su profesor, si son testigos de cualquier situación de bullying u ofensas en Internet.

## VISITA NUESTRO BLOG

Mayor información  
<http://www.alcantara-alicante.cl/psicoeducacion/>

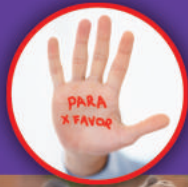
## CYBERBULLYING



La importancia de la  
presencia de los padres



DEPTO. PSICOEDUCACIÓN  
Colegios Alcántara y Alicante



## Sé un guardián

Protege a tus amigos del cyberbullying



### NO SEAS UN TESTIGO PASIVO, DEFIENDE A LOS DEMÁS.

Observar pasivamente actos de cyberbullying puede hacerle mal a tu salud mental.

### LOS GUARDIANES AYUDAN A SUS AMIGOS ONLINE

Si te molestan vía online, pídele ayuda a un amigo. Si ves que molestan a otro, envíale un mensaje privado dándole tu apoyo.



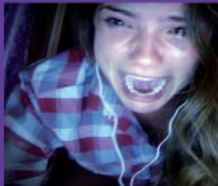
### LOS GUARDIANES NO SE ESCONDEN EN LA ANONIMIDAD

Estar de anónimo en internet te puede hacer decir cosas que no dirías en la vida real. Antes de hacerlo, piensa lo que dirías como si estuvieras cara a cara.



### LOS GUARDIANES NO AGREDEN DEVUELTA

¿Por qué? – Porque hace que el problema empeore. El ser víctima de bullying no significa que debes actuar de la misma manera que quien te agrede. Cuando ves que alguien es víctima, muéstrale tu apoyo. Defenderlo no quiere decir ser hiriente o agresivo con el agresor. Graba los mensajes y busca ayuda de un adulto.



### LOS GUARDIANES ESTÁN ATENTOS

No siempre asumas que los mensajes que te parecen ofensivos, pretenden realmente serlo. Aclara la situación.



TRABAJANDO  
EN SALA