

TÍTULO: ¿Qué es el bullying y cómo lo podemos evitar? #0206

AUTOR: Brenda Velázquez Escobar

EDADES Y GRADO: Todas las edades

DESCRIPCIÓN:

La actividad tiene como objetivo informar a los padres de familia sobre el fenómeno del bullying y ofrecer sugerencias sobre cómo evitarlo. Esta actividad es una reflexión para padres y profesores para estar más al pendiente de posibles agresiones escolares.

ÁREAS DE APOYO:

- ✓ Sociabilidad, claves sociales, Interacciones sociales
- ✓ Bullying, acoso escolar, agresividad
- ✓ Madurez emocional
- ✓ Seguridad emocional, y autoestima

EXPLICACIÓN

Seguro ustedes ya han escuchado este concepto al cual yo llamo la guerra silenciosa. Les platicaré y les daré sugerencias sobre el bullying físico y el cyberbullying.

Como su nombre lo indica el abuso físico son golpes, puñetazos, patadas, etc. Para los niños el hecho de que se burlen de ellos les deja una profunda marca. Les presento algunas recomendaciones:

- a) Si llegan a sospechar de algún tipo de bullying párenlo y platiquen con ellos.
- b) Es importante que al platicar con él o ella no lo hagan sentir menos ni juzguen sus sentimientos.
- c) Busca acercarte a tu niño a solas y que él no tome la plática como una amenaza, sino que te vea como un aliado y amigo.
- d) La misma cautela se debe de tomar cuando se sospeche de cyberbullying. Sin embargo, hay algunas precauciones que ustedes padres pueden tomar para monitorear el uso de las redes virtuales de sus hijos.

- e) Pongan la computadora o lap top en un lugar en donde ustedes puedan darse sus vueltas y ver el monitor de una manera discreta. Así podrán ver de reojo la interacción entre los niños.
- f) Otra sugerencia es que agreguen a sus hijos como amigos en Facebook o en mensajería instantánea y sigan de manera esporádica lo que suba o comente.
Ojo en no estar subiendo información privada de su hijo para no dar pie a que los niños lo molesten. Por ejemplo, no hacer comentarios de tipo calificativo así como “¡ay qué lindo! Ese es mi hijito”.
- g) Una actividad que les recomiendo es crear con sus hijos una lista de acuerdos para el uso de las redes sociales que incluya las palabras de respeto, honestidad, privacidad y amabilidad. Un ejemplo de acuerdo podría ser- cada vez que chatee con alguien no lo insultaré por ningún motivo.
- h) Otras sugerencias para evitar el cyberbullying es limitar el tiempo de uso de internet.
- i) De igual manera debemos predicar con el ejemplo así que nosotros como adultos no debemos estar ni mucho tiempo participando en redes sociales, además de cuidar el lenguaje en nuestras interacciones sociales y virtuales.