

DIMENSIÓN 8: Leyes digitales

Actividad Familiar

EL ROL DE LOS PADRES Y MADRES FRENTE AL CIBERBULLYING

● ORIENTACIONES PARA LA ACTIVIDAD:

Ser víctima de acoso o ciberacoso puede significar consecuencias negativas en la salud mental de nuestros hijos e hijas. Es importante educar en casa el uso de las tecnologías, basándonos en promoción de la empatía y el respeto a la diversidad, para de esta forma prevenir los problemas derivados del maltrato en el mundo digital y cyberbullying.

➔ El ciberacoso, más conocido como cyberbullying, es uno de los problemas más complejos que enfrenan los adolescentes en el mundo virtual ya que impacta en la autoestima y daña las relaciones interpersonales profundamente. El dolor de ser víctima de agresiones virtuales, puede dejar secuelas en la salud mental de por vida. Por esta razón, es importante que como adultos sepamos actuar y conocer cómo podemos apoyar a nuestros hijos e hijas en caso que sean víctimas de ciberacoso.

Como adultos, debemos entender que la inmediatez del mundo digital, el anonimato, el acceso permanente a las redes sociales y la falta de supervisión parental, pueden promover un espacio proclive para el ciberacoso. Todo el trabajo educativo que se realice conversando con los niños, niñas y adolescentes ayuda a la concientización del problema y a su prevención.

Es la familia el núcleo de la sociedad, la que está llamada a educar en el buen uso de las redes sociales y a promover el diálogo preventivo y formativo con los niños, niñas y adolescentes.



QUE HACER SI MI HIJO(A) ES VÍCTIMA DE CIBERACOSO:

Para abordar el ciberacoso en caso que sea tu hijo o hija víctima de esta situación, te recomendamos seguir los siguientes pasos:

1 Evita que se sienta culpable:

Escucha su relato atentamente, y hazle ver que nadie merece ser maltratado/a y sea lo que sea, no es motivo para recibir agresiones de ningún tipo.

2 Insta a no responder las agresiones:

Explica a tu hijo/as que es necesario no responder a las agresiones. Esto ayuda a bajar el tono del problema. Bloquea a los/as agresores/as y evita el contacto con ellos/as.

3 Pedir ayuda al colegio:

Aconseja a tu hijo/a para que juntos vayan al colegio a pedir ayuda. Es necesario guardar las pruebas de las agresiones como mensajes, amenazas, fotos comprometedoras o capturas de pantalla para que el colegio pueda abrir un protocolo y apoyarlos con acciones de contención emocional y orientación psicológica.

4 Cambia el foco:

Invita a tu hijo/a a realizar actividades diferentes para distraerse y bajar la ansiedad. Busca actividades placenteras como el deporte, salir con amigos/as, comer algo rico, entre otras.

5 Valoriza tus contacto en las redes sociales:

Pídele a tu hijo/a que configure la privacidad de sus redes sociales y limite los contactos, dejando solo a personas que realmente conoce y le merecen confianza y estima. Aprender a configurar la privacidad de las redes sociales es algo que todos/as deberíamos hacer para que nos puedan proteger más de lo que creemos.

6 Promueve otras actividades fuera de línea:

Dedicarle mucho tiempo a las redes sociales, nos expone a situaciones de riesgo como el ciberacoso y a su vez nos resta tiempo para desarrollar otros talentos y habilidades fuera de línea.

REFLEXIÓN FAMILIAR

➔ Responde:

¿En qué situaciones se da el ciberacoso?	¿De qué manera es posible prevenir el ciberacoso?
	

