

Para obtener material adicional del Programa de Educación Para las Familias de CHS, llame al (714) 712-7888. Para obtener más información sobre los Programas de Educación y Aprendizaje Temprano de CHS llame al (888) CHS-4KIDS.

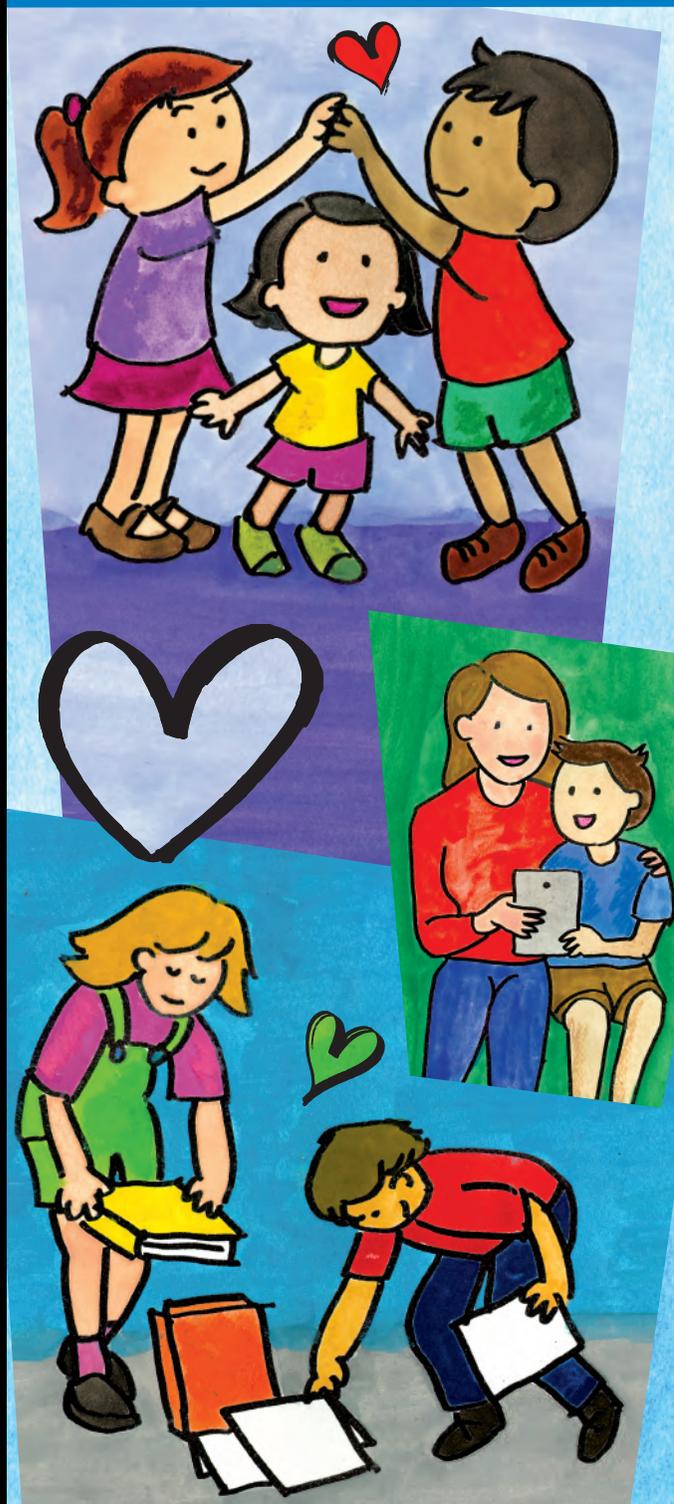
Los materiales y el contenido multimedia del Programa de Educación Para las Familias y la información sobre los programas de CHS también se pueden encontrar en nuestra página web [www.chs-ca.org](http://www.chs-ca.org).



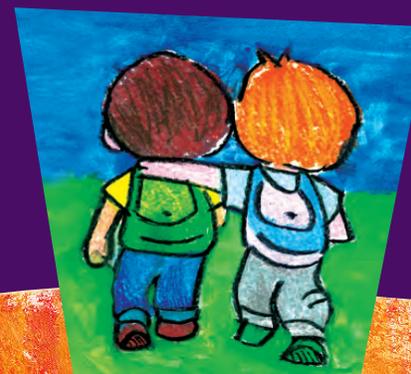
Sede Central Corporativa  
1300 West Fourth Street  
Los Angeles, CA 90017  
(213) 240-5900  
(213) 240-5945 Fax

# ACOSO

IDENTIFICACIÓN Y PREVENCIÓN  
DE LA CONDUCTA DE ACOSO



El acoso afecta el bienestar mental y físico de los niños. Ya sea que un niño sea víctima de acoso o sea la persona que se comporta como un acosador, el daño a su autoestima, sus relaciones y su éxito académico perdura por mucho tiempo. Cuando los niños son cuidados en una escuela y una cultura familiar basada en la empatía, el respeto y la tolerancia, aprenden a desarrollar relaciones positivas, una mejor autoestima, una apreciación de la diversidad y el respeto por ellos mismos y por los demás.



**Padres y educadores pueden ayudar a establecer una cultura de respeto y aceptación en el hogar y la escuela. Pueden guiar a los niños a valorar la singularidad de otros, resolver conflictos de manera pacífica y tratar a la gente con amabilidad. Los padres pueden detectar señales de alerta que su hijo está siendo acosado o está acosando, e informar casos de acoso al personal de la escuela. Los padres también pueden ayudar a su hijo a comprender cómo identificar y responder a una conducta de acoso.**

**El acoso sucede cuando alguien aprovecha un desequilibrio de poder, como el conocimiento de información vergonzosa, la fortaleza física o ser popular, para causar un daño intencional a otra persona o a un grupo de personas. Generalmente acosan al mismo objetivo repetidamente. Aunque los niños pueden experimentar acoso a cualquier edad, con mayor frecuencia afecta a niños en los grados seis a doce. Los niños pueden sufrir cuatro tipos de acoso:**

- **Acoso Verbal:** incluye insultos o burlas, a menudo sobre la apariencia física, comportamiento o habilidades. Esto puede incluir amenazas, burlas o comentarios sexuales inapropiados.
- **Acoso Social,** o Intimidación Relacional: sucede cuando un niño difunde rumores, deja a personas fuera de las actividades a propósito, avergüenza a alguien en público, daña intencionalmente una reputación o rompe amistades.
- **Acoso Físico:** el acosador golpea, empuja o patear para imponer su voluntad sobre otro. También puede incluir hacer zancadillas, gestos groseros con las manos y romper o robar las pertenencias de otra persona.
- **Acoso Cibernético,** o Acoso Electrónico: se ha desarrollado con el crecimiento de la tecnología. En este caso, un niño usa los dispositivos digitales para humillar o lastimar a alguien publicando rumores falsos, fotos vergonzosas o compartiendo otra información negativa. El acoso cibernético es único ya que puede suceder las veinticuatro horas del día, haciendo que sea difícil escaparse de eso. Las publicaciones negativas a menudo son registro público permanente si no son reportados y retiradas adecuadamente.

**El 28%**  
de los estudiantes  
en los grados 6 a 12  
reportan haber  
sido acosados.



**El 30%**  
de los estudiantes  
admiten ser acosadores.



Todos los niños involucrados en una conducta de acoso, ya sea como víctima o participante, sufren las consecuencias negativas de la experiencia. El impacto negativo del acoso puede influir en la conducta, la salud física y el bienestar emocional de los niños.

- **Las víctimas de acoso** pueden sentirse deprimidas, ansiosas, solas, alejadas de actividades que alguna vez disfrutaron, o tener un bajo rendimiento en la escuela. Pueden tener pesadillas, dolores de cabeza, dolores de estómago, heridas inexplicables, cambios en los hábitos alimentarios, o perder o destruir objetos personales.
- **Los observadores del acoso** son más propensos de desarrollar ansiedad, faltar a la escuela o participar en conductas peligrosas.
- **Los niños que acosan** a menudo se comportan de forma agresiva, se involucran en peleas, reciben detenciones con frecuencia en la escuela, poseen dinero o pertenencias que no son suyas, culpan a otros, se niegan a asumir la responsabilidad por sus acciones, abusan del alcohol o las drogas, cometen actos de vandalismo, terminan abandonando la escuela o participan en otras conductas criminales cuando son adultos.

### ★ SI SU HIJO ES VÍCTIMA DE ACOSO

Algunas veces los niños que sufren acoso tienen vergüenza de pedir ayuda, o tienen miedo de que esto empeore la situación, y por eso no lo dicen. Conozca a los amigos de su hijo y hable sobre lo que significa ser un amigo. Hable con su hijo de manera honesta y abierta sobre lo que está sucediendo y asegúrele su apoyo. Solicite la ayuda del maestro y el consejero escolar de su hijo. Desarrolle un plan para que permanezca seguro en la escuela, como permanecer cerca de amigos o un adulto de confianza. Intente hacer juegos de roles para ayudarlo a planificar soluciones para enfrentar el acoso y pedir ayuda.

**El 70.6%** de los estudiantes informan haber sido testigos de una conducta de acoso.

### ★ QUÉ PUEDE HACER CUANDO SU HIJO ACOSA

Hable con su niño acerca de cómo espera que trate a los demás. Intente descubrir qué conduce al niño a tener ese comportamiento y trabaje para corregirlo. Consulte con el maestro de su hijo para crear un plan para supervisar su comportamiento y aplicar consecuencias razonables. Verifique con su hijo todos los días haciendo preguntas específicas como, "¿Qué fue lo mejor que te pasó hoy? ¿Qué fue lo peor?" Guíe a su hijo para que comprenda que es responsable de su propio comportamiento y que es capaz de cambiarlo.

### PASOS PARA PREVENIR EL ACOSO

- Hable y compórtese como ejemplo de respeto, amabilidad y tolerancia hacia los demás. El ejemplo que usted dé ayuda a su hijo a entender qué espera de su comportamiento.
- Hable con su hijo acerca del acoso. Explique qué significa acosar a los demás y la importancia de contarle a un adulto cuando necesite ayuda o vea a alguien más que está siendo acosado.
- Aliente a su hijo a que desarrolle amistades sólidas y conozca a sus amigos.
- Enseñe a su hijo habilidades para resolver conflictos como turnarse, votar, tirar el dado para decidir quién va primero, o escucharse entre sí y negociar un compromiso.
- Ayúdelo a desarrollar su confianza fomentando sus intereses (pasatiempos, deportes o clubes).
- Desarrolle la empatía de su hijo permitiéndole ayudar a cuidar un jardín, cuidar a una mascota o realizar trabajos voluntarios de caridad.
- Coloque la computadora en un lugar central donde pueda supervisar fácilmente su uso.
- Establezca reglas claras para el uso de dispositivos digitales, hable con su hijo sobre la ciudadanía digital (siendo amable en línea) y use controles o aplicaciones parentales para supervisar su uso digital.
- Informe cualquier sospecha de acoso a la escuela. Informe el acoso cibernético a la red social o al administrador del juego.
- Familiarícese con las reglas y políticas de la escuela con respecto al acoso. Sea proactivo en proporcionar comentario sobre una postura y la respuesta de la escuela a las conductas de acoso.

### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

#### LIBROS PARA NIÑOS

LLAMA LLAMA AND THE BULLY GOAT

Anna Dewdney

CHRYSANTHEMUM

Kevin Henkes

WONDER

R.J. Palacio

#### ORGANIZACIONES

STOP BULLYING (BASTA DE ACOSO)

[www.stopbullying.gov/](http://www.stopbullying.gov/)

CENTRO NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN

DEL ACOSO DE PACER

[www.pacer.org/bullying/](http://www.pacer.org/bullying/)

La investigación para el folleto y las estadísticas se obtuvieron de [stopbullying.gov](http://stopbullying.gov)

