



ANTI-ACOSO

HOJA DE INFORMACIÓN PARA PADRES

Material Sourced from www.pacer.org/bullying/ & www.StopBullying.gov

SEÑALES DE ADVERTENCIA

Algunos de los signos que pueden indicar el acoso son:

- Lesiones inexplicables.
- Ropa, libros, joyas y electrónicos perdidos o destruidos.
- Frecuentes dolores de cabeza o de estómago, sensación de malestar o fingiendo una enfermedad.
- Cambios en los hábitos alimenticios, como saltar comidas o darse atracones, niños(as) pueden volver a la casa con hambre porque no comen la comida en la escuela.
- Dificultad para dormir o constantes pesadillas.
- Bajas calificaciones, pérdida de interés en el trabajo escolar o no querer ir a la escuela.
- Pérdida repentina de amigos o evita actividades sociales.
- Sentimientos de impotencia o disminución de autoestima
- Comportamientos autodestructivos tales como: fuga del hogar, daño a sí mismo(a) o habla sobre suicidio.

Si usted conoce a alguien en una situación verdaderamente grave o en peligro, no ignore el problema.

PREVENCIÓN: LINEAS DE COMUNICACIÓN

Utilice estas preguntas para discutir el acoso escolar con sus hijos(as). Éstas no tienen que pasar todas a la vez y aproveche los momentos de enseñanza.

- ¿Qué significa acoso para usted?
- Describa en que forma son similares los niños(as) que acosan. ¿Por qué usted cree que las personas acosan?
- ¿Cuáles son los adultos que le tienes más confianza para hablar de acoso?
- ¿Te has sentido con miedo de asistir a la escuela porque estabas asustado(a) de sufrir acoso?
- ¿De qué manera has intentado cambiar la situación?
- ¿Cómo tú crees que pueden los padres podemos detener el acoso?
- ¿Tú o tus amigos han rechazado alguna vez a otros(as) niños(as) a propósito? ¿Crees que eso fue acoso? ¿Por qué sí? o ¿por qué no?
- ¿Qué sueles hacer cuando presencias una situación de acoso?
- ¿Vez niños(as) en la escuela siendo acosados por otros? ¿Cómo te hace sentir esto?
- ¿Alguna vez has tratado de ayudar a alguien que está siendo acosado(a)? ¿Qué harías si ocurre de nuevo?

Esté preparado para escuchar, evite hacer comentarios críticos y aprenda lo más posible sobre la situación ¿quién?, ¿Qué?, ¿Cuándo?, ¿Dónde? Y qué medidas se han adoptado.

RECUERDE:

- No es su culpa. No los juzgue.
- No están solos. Usted está para ayudar.
- Es responsabilidad de los adultos hacer que se detenga el acoso.
- El acoso NUNCA está correcto. Ellos tienen el derecho a estar protegidos.
- Nadie merece ser acosado.
- Ellos merecen ser tratados con respeto.

PLAN DE ACCIÓN

Los siguientes pasos le ayudarán a tomar un plan de acción para afrontar una situación de acoso que le haya ocurrido a su hijo(a).

PASO 1: Piense referente al acoso que han experimentado, visto o incluso se hayan hecho a sí mismos.

Describa la situación, incluyendo donde sucedió, quien estuvo involucrado, lo que pasó y como lo hizo sentir.

PASO 2: Entonces examine como la situación podría ser diferente.

Incluya que le gustaría ver que sucediera, ¿Cómo se podrían cambiar las cosas? Y lo que le ayudaría a sentirse de nuevo en control de la situación.

PASO 3: Luego, piense en los pasos necesarios para que estos cambios sucedan. Tenga en cuenta cuál es el papel que usted debe tomar, y en que tendría que estar involucrado.