



GUÍA PARA PADRES

Sobre el Acoso Escolar (*bullying*)

Las soluciones al acoso no son sencillas. Las estrategias de prevención del acoso escolar que parecen más prometedoras abordan el problema desde múltiples perspectivas. Esto implica a toda la comunidad escolar. A los alumnos, familias, directivos, maestros y personal en la creación de una cultura de respeto.”

STOPBULLYING.GOV

ÍNDICE

Más que el dinero del almuerzo	2
¿Qué es el acoso escolar?	3
¿Qué tiene de especial el ciberacoso?	4
¿Cuáles son los factores de riesgo de sufrir acoso?	5
¿Cuáles son los factores de riesgo para convertirse en acosador (<i>bully</i>)?	6
¿Cómo nos afecta el acoso escolar?	7
¿Cómo puedes ayudar a tus hijos a lidiar con el acoso escolar?	8
¿Cómo puedes ayudar a tus hijos a lidiar con el ciberacoso?	11
¿En qué errores pueden caer los cristianos a la hora de abordar el acoso escolar?	12
¿Y si tus hijos son simplemente espectadores?	13
Defiende al más débil	14
Invitación a la generosidad	15
Fuentes utilizadas en esta Guía para padres	15

Esta guía te ayudará a hablar de:

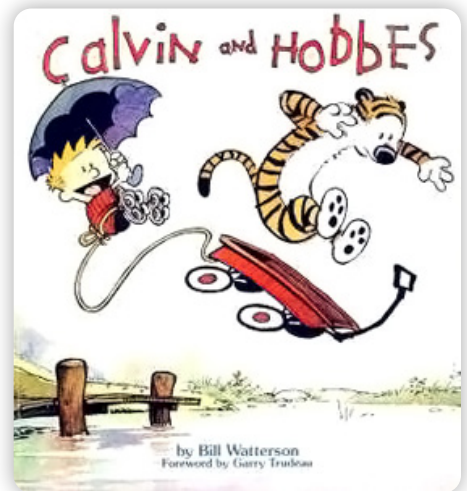
- Qué es el acoso escolar, cómo se produce y a quién afecta
- El ciberacoso
- Cómo detectar los signos del acoso escolar
- Cómo proteger a tu hijo adolescente del acoso escolar
- Cómo enseñar a tu hijo adolescente a defenderse a sí mismo y a los demás

Más que el dinero del almuerzo

Todos conocemos el estereotipo del acosador. Es un chico, grande, intimidante y poco inteligente, igual que **Moe de Calvin y Hobbes** o **Biff de Regreso al futuro**.

Los acosadores pueden tener estas características, pero la verdad es que no hay un perfil tipo en lo que respecta al acoso escolar. Roy Moore, fundador y director ejecutivo de **Be Strong**, una organización sin fines de lucro dedicada a acabar con el acoso escolar, afirma: “El acoso escolar no respeta los límites”. Una adolescente de baja estatura podría ser quien acose a un jugador de fútbol americano corpulento; quizá no físicamente, pero sí psicológica y emocionalmente.

El acoso es un tema complejo. Como tal, no tiene una solución sencilla. Puede que tus hijos no tengan propensión a acosar ni a ser acosados, pero, aunque solo sean espectadores, *el acoso les afecta igualmente*. Y es posible que el acoso sea incluso más común entre los adultos que entre los chicos. Es fundamental que el acoso sea uno de los temas habituales y recurrentes en tus conversaciones con tus hijos, para que sepan cómo reaccionar ante él cuando lo sufran o lo vean —o en caso de que sean ellos los acosadores.



¿Qué es el acoso escolar?

El hecho de que los chicos sean groseros o agresivos no significa que estén acosando a otros. Roy Moore afirma que el acoso debe incluir lo siguiente:

- Una o más partes acosando a una o más partes
- Un desequilibrio de poder real o aparente
- Las acciones se producen durante un periodo prolongado de tiempo

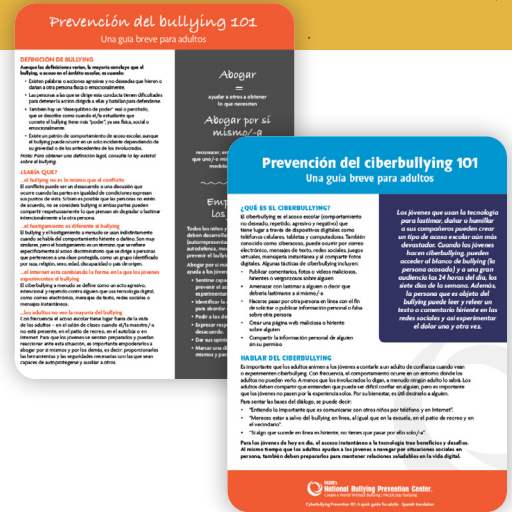
Aunque el acoso escolar incluye sin duda la intimidación física, no se limita en absoluto a ella. El acoso escolar **se divide**, a grandes rasgos, **en las siguientes categorías**:

- Físico
- Verbal
- Social
- Cibernético

Para que quede claro a qué nos referimos cuando utilizamos el término “acoso”, este puede incluir, entre otros, **los siguientes comportamientos**:

- insultos
- burlas
- difundir rumores o mentiras
- empujar o dar empujones
- golpear, abofetear o dar patadas
- excluir a los demás
- amenazar
- robar pertenencias
- comentarios o gestos de carácter sexual

Moore señala que es importante no confundir el acoso sexual (el acoso que utiliza la sexualización y el lenguaje sexual no solicitado, o que se centra en la sexualidad y el género de alguien) con el comportamiento depredador. El motivo que impulsa el acoso sexual es el mismo que el de otros tipos de acoso: ignorar, aislar y humillar a la persona acosada. Los depredadores sexuales tienen otras motivaciones y métodos, sobre los que puedes leer más **aquí**.



REFLEXIÓN:

¿Cuál es tu experiencia con el acoso? ¿Alguna vez has sido víctima de acoso o has visto cómo se lo hacían a otra persona?



¿Qué tiene de especial el ciberacoso?

Podemos definir el “ciberacoso” como “el acoso que se produce a través de dispositivos digitales, como teléfonos o computadoras... [y] que a menudo consiste en enviar o difundir contenido dañino o malicioso con la intención de avergonzar a alguien”. En internet, a alguien se le puede decir “suicídase” (o KYS por sus siglas en inglés), por cualquier motivo, desde haber expresado el deseo de suicidarse hasta haber jugado mal en un videojuego. El ciberacoso puede consistir en que los adolescentes chismorreen y mientan a través de mensajes de texto, creen cuentas y perfiles falsos para otros, o tomen fotos vergonzosas de personas cuando no se lo esperan y luego las publiquen en línea para que cualquiera las vea.

La tecnología nos aleja unos de otros, y nos desvincula de las consecuencias de nuestras acciones. Es más fácil ser cruel en línea porque no tenemos que afrontar las consecuencias. Dado que se puede acceder a internet desde cualquier lugar, si alguien es víctima de acoso en línea, no es como si pudiera cambiarse de escuela para escapar de él. El ciberacoso permite un mayor anonimato y crueldad, así como **una victimización generalizada**, ya que las publicaciones pueden hacerse virales.

Según el último informe de los CDC sobre **sobre conductas de alto riesgo entre los jóvenes,**

el 19,5 % de los estudiantes sufrió acoso escolar en 2019. En 2019, el 15,7 % de los estudiantes de secundaria sufrió acoso por medios electrónicos, y el acoso electrónico es mucho más común entre las mujeres (20,4 %) que entre los hombres (10,9 %). Probablemente vale la pena señalar que el número de estudiantes que afirman haber experimentado “sentimientos persistentes de tristeza o desesperanza” en el 2019 es del 36,7 %, una cifra que ha ido aumentando de forma constante desde el 2009.



REFLEXIÓN:

¿Qué sabes sobre el ciberacoso? ¿Alguna vez has oído hablar de alguien que haya sufrido ciberacoso o lo has visto en los medios de comunicación?



¿Cuáles son los factores de riesgo de sufrir acoso?

Queremos volver a hacer hincapié en que cualquiera **puede acosar o ser víctima de acoso**:

“El desequilibrio de poder puede provenir de diversas fuentes —popularidad, fuerza, capacidad cognitiva— y los chicos que acosan pueden tener más de una de estas características”. Dicho esto, hay grupos de personas que tienden a sufrir acoso con más frecuencia que otros. Roy Moore afirma que alrededor del 80 % de todos los casos de acoso se producen por las siguientes razones:

- la apariencia física
- tener una discapacidad
- pertenecer a una minoría religiosa
- pertenecer a una minoría racial
- la orientación sexual
- estar en acogida o ser adoptado
- ser inmigrante de primera generación

Solo alrededor de un tercio de los chicos que sufren acoso pedirán ayuda a un adulto. Por lo tanto, es fundamental que estés atento a **las señales de alerta** que indiquen que tus hijos podrían estar sufriendo acoso. Entre ellas se incluyen:

- problemas para dormir
- cambios en los hábitos alimenticios
- pérdida de objetos personales
- lesiones que no pueden explicar
- pérdida de interés en actividades que les gustan
- disminución del rendimiento académico
- aislamiento o pérdida de amigos
- baja autoestima
- comportamientos autodestructivos

En el caso concreto del ciberacoso, presta atención a los comportamientos que indiquen que tus hijos se sienten ansiosos con respecto a sus dispositivos electrónicos. Por ejemplo, fíjate si se alteran antes, durante o después de usar sus dispositivos, o si no quieren hablar contigo sobre su actividad en línea.

¿Quién está en Riesgo de Ser Acosado o de Acosar?

Por Anti-Bullying Protocol / enero 6, 2025

¿QUIÉN ESTÁ EN RIESGO DE SER ACOSADO?



REFLEXIÓN:

¿Conoces a alguien que pueda estar en riesgo de sufrir acoso? ¿Por qué un acosador podría elegir a alguien para hacerle daño?



¿Cuáles son los factores de riesgo para convertirse en un acosador (*bully*)?

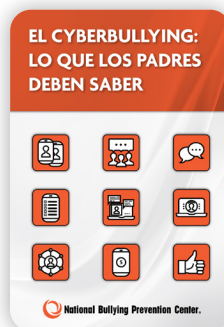
Sherri Gordon, de **Verywell Family** señala que “las víctimas de acoso suelen rebelarse después de haber sido acosadas. Acosan a otros más débiles que ellos porque ellos también han sido acosados. Su objetivo suele ser recuperar una sensación de poder y control sobre sus vidas”.

Los **chicos que acosan a otros** pueden ser populares y tener buenos contactos (¿alguien se acuerda de “Chicas pesadas”?), pero también pueden ser solitarios aislados con baja autoestima. Pueden ser agresivos, violentos y tener problemas con la autoridad. Su vida familiar podría ser difícil o disfuncional, con una participación mínima de los padres, y podrían tener amigos que acosan a otros. Moore también señala que, a veces, los chicos aprenden a acosar en casa. **Los siguientes comportamientos** son indicadores de que un chico podría estar acosando a otros:

- agresividad creciente
- ser castigado repetidamente o enviado al director de la escuela
- tendencia a meterse en peleas (físicas o verbales)
- preocupación por la popularidad y por lo que los demás piensan de ellos
- tener dinero o posesiones de las que no puede dar cuenta
- tendencia a culpar a otros

Es posible que tus hijos estén acosando a otros por internet si son especialmente protectores o controladores con sus dispositivos. Pueden enfadarse si no pueden usarlos, ocultarlos o intentar esconder su actividad cuando estás cerca. Otros indicios son que utilicen sus dispositivos constantemente (incluso por la noche), creen múltiples cuentas en línea y no quieran hablar contigo sobre su actividad en internet. Aunque estos comportamientos no siempre demuestran que tu hijo esté acosando a otros en línea, o que esté siendo acosado, es importante estar atento a la actividad de tu hijo por si acaso.

Ten en cuenta que los chicos pueden desempeñar múltiples roles dependiendo de las circunstancias. Moore observa que los jóvenes pueden ser acosadores en un pasillo de la escuela, ser víctimas de acoso en otro y ser simples espectadores en un tercero. Es importante tener en cuenta esta posibilidad al abordar el tema del acoso con tus hijos.



REFLEXIÓN:

¿Alguna vez has acosado a alguien? ¿Has conocido a alguien que fuera un acosador?



¿Cómo nos afecta el acoso escolar?

Las investigaciones muestran que las personas que sufren acoso durante la infancia experimentan **mayores problemas de salud mental en la edad adulta**. De hecho, este fue el caso de un hombre con el que hablamos, que sufrió acoso en su juventud y nunca se lo contó a nadie en aquel momento. Afirma que el acoso que sufrió tuvo un impacto a largo plazo en su autoestima general y que todavía le afecta hoy en día.

El acoso también tiene un **impacto perjudicial en quienes lo practican**. Los chicos que acosan tienden a ser más propensos a iniciar la actividad sexual a una edad temprana, consumir drogas, actuar violentamente, comportarse de manera abusiva y cometer delitos. Quizás lo más sorprendente sea el efecto negativo del acoso en quienes lo observan. Los espectadores que presencian el acoso tienen una mayor tendencia a sufrir problemas de salud mental, a consumir drogas y a faltar a clase.

Según un estudio realizado en Australia, el acoso escolar también tiene un impacto negativo en los padres. El 89 % de los padres cuyos hijos sufren acoso afirmaron que esta situación afectaba negativamente a toda la familia. Muchos padres de chicos acosados experimentan sentimientos de ira, culpa, frustración e impotencia.



REFLEXIÓN:

¿Qué efectos del acoso has observado en tu vida? ¿Cómo afecta a las personas involucradas?



¿Qué debes hacer si tus hijos te dicen que están sufriendo de acoso escolar?

Recuerda que la mayoría de los chicos que sufren acoso no se lo cuentan a nadie. Si tus hijos acuden a ti y te dicen que están siendo acosados, eso significa que el dolor que están experimentando es mayor que su miedo a que el acosador les haga daño o a que les vean como soplones.

Si descubres que tus hijos están siendo acosados, es fundamental que, ante todo, te muestres comprensivo y te asegures de que ellos sepan que los escuchas. Moore afirma que una de las cosas más difíciles a las que tendrá que enfrentarse como padre es controlar su reacción cuando se entere de que sus hijos están sufriendo. Tendrás la tentación de pasar directamente al modo “protector”, enfadarte o alterarte, y hacer justicia rápidamente. Pero debes mantener la calma y recolectar todos los datos; de lo contrario, harás que tus hijos se cierren. Asegúrate de que sepan que no los culpas por lo que está pasando. Los chicos suelen tener miedo de contarlo porque se culpan a sí mismos.

Ten en cuenta que si tus hijos acuden a ti con una historia sobre alguien a quien están acosando, lo que te cuentan puede ser cierto o no. Podrían presentarte la información como si se tratara de un tercero, pero en realidad estar hablando de sí mismos.

Cuando tus hijos acudan a ti, lo primero que debes hacer es determinar si se encuentran emocionalmente estables, aunque frustrados; o si están en crisis, es decir, en modo de lucha o huida y podrían estar considerando autolesionarse o suicidarse.

Los estudiantes que sufren tanto acoso como ciberacoso son mucho más propensos a tener **pensamientos suicidas y a intentar suicidarse**. Si tus hijos se encuentran en un estado de crisis, pregúntales si han pensado en hacerse daño. Si es así, pregúntales por qué y cómo han pensado en hacerse daño. Tu objetivo es averiguar si han llegado tan lejos como para estar planeando realmente cómo quitarse la vida. La mayoría de los chicos no habrán llegado a la fase de planificación, pero si tienen un plan, debes ponerte en contacto con un psicólogo inmediatamente (no con la escuela) y conseguir ayuda a largo plazo para tus hijos. Consulta nuestra “Guía para padres sobre la prevención del suicidio y las autolesiones” y la sección de recursos adicionales más abajo para obtener mayor información.

REFLEXIÓN:

¿Qué relaciones tienes en tu vida que te hacen sentir seguro? ¿Qué es lo que tienen estas relaciones que te hacen sentir así?



¿Cómo puedes ayudar a tus hijos a lidiar con el acoso escolar?

Es importante abordar el acoso escolar desde una perspectiva correcta de quién es Dios y quiénes son las personas como seres caídos creados a su imagen. No debemos reaccionar ante la agresión con odio, ira o venganza, pero tampoco tenemos que someternos al abuso. Aunque **Be Strong** es una organización laica, aborda el tema del acoso escolar utilizando los siguientes principios basados en las Escrituras:

- Todas las personas están hechas de manera maravillosa y admirable.
- Trata a los demás mejor de lo que quieres que te traten (Regla de oro).
- Ama a tus enemigos.

Ten en cuenta que amar a tus enemigos no significa dejarte pisotear. Como subrayan los doctores Henry Cloud y John Townsend en su libro **Límites**, amar a las personas implica confrontar su comportamiento pecaminoso de manera adecuada.

Si te topas con un caso de acoso escolar o tus hijos acuden a ti y te cuentan que están sufriendo acoso, **debes:**

- Separar a los chicos implicados
- Mantener la calma y no culpar a nadie
- Averiguar los hechos, recolectando información de varias fuentes

Determinar si lo que ocurrió fue realmente acoso escolar, según nuestra definición anterior y las preguntas que figuran **aquí**

Si tus hijos no se encuentran en una situación de crisis, aborda el problema en función del tipo de acoso que se esté produciendo (físico, social, verbal o cibernético). Mientras intentas ayudar a tus hijos, busca la manera de empoderarlos para que puedan manejar sus situaciones sin que tú te involuques. Interviene si es necesario. Pero lo ideal es que tus hijos puedan lidiar con el problema por sí mismos de forma segura.

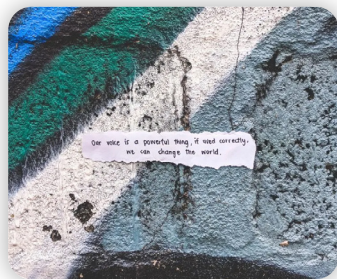
Si el acoso se ha producido en internet (por ejemplo, si hay mensajes de texto, mensajes de contenido sexual o publicaciones), guarda toda la información posible mediante capturas de pantalla. La necesitarás si se ven involucradas terceras partes. Mientras buscas posibles soluciones, pide a tus hijos su opinión sobre cuáles creen que son las mejores estrategias. Consulta **esta página** para obtener consejos para padres de familia sobre cómo abordar el acoso escolar. Ten en cuenta que, en el peor de los casos, la mejor solución podría ser, de hecho, cambiar a tus hijos a otra escuela.

Acoso físico. El acoso físico es una agresión, lo que significa que es un delito y, por lo tanto, un delito denunciante. Tan pronto como te enteres, debes intervenir poniéndote en contacto con las autoridades escolares, los padres del acosador y la policía si es necesario. Entre las situaciones en las que deberás involucrar a las autoridades de inmediato **se incluyen** aquellas en las que haya un arma de por medio, lesiones físicas, amenazas violentas y abuso sexual. Pero, ¿qué pasa cuando tus hijos se ven atrapados en el momento sin nadie que los defienda? ¿Deberías decirles que se defiendan?



Solo hay dos opciones de reacción cuando alguien te ataca: defenderte o aguantar hasta que pare (es decir, “poner la otra mejilla”, **lo que quizá no signifique** lo que creemos). En cualquier caso, las consecuencias pueden ser graves. Si aconsejas a tus hijos que se defiendan y lo hacen, es posible que tu hijo venza al acosador, lo que podría poner fin al acoso. Pero los padres del otro niño podrían emprender acciones legales contra ti. ¿Y si otros chicos **se unen al acoso en grupo**? ¿Y si tu hijo se defiende y pierde? Si eso ocurre, tus hijos acaban de empeorar mucho su situación. Tus hijos tendrán que tomar la decisión en ese momento y decidir qué minimizará el daño tanto en ese instante como en el futuro. Para más información al respecto, echa un vistazo a **esta publicación** del pastor Chris Nye.

Acoso verbal. Una vez más, pide a tus hijos su opinión sobre cómo creen que puedes ayudarles mejor. Podrías hablar con sus maestros, pero esto podría tener consecuencias negativas, como que los otros chicos vean a tu hijo como **un soplón y el favorito del maestro**. Podría ponerse en contacto con los padres del otro chico, dependiendo de lo que sepas sobre ellos y de si crees que responderán bien. Tendrás que actuar con prudencia a la hora de evaluar la situación. Si puedes empoderar a tus hijos para que lo manejen por sí mismos, esa es la táctica más eficaz.



En la mayoría de los casos, cuando alguien se dedica al acoso verbal, busca obtener una recompensa en forma de reacción emocional. Si los chicos no les dan el resultado que buscan, los acosadores suelen acabar por desistir, aunque es posible que tus hijos tengan que probar esta estrategia varias veces. Si alguien está acosando verbalmente a tus hijos, ellos pueden:

- Mantener la calma y no reaccionar con tristeza, ira o miedo.
- Ser razonables y responder a los comentarios del acosador sin asumirlos como propios. No estar de acuerdo con nada que no sea cierto.
- Hazle cumplidos al acosador. El objetivo es crear una disonancia en el que acosa, ya que no esperará que tus hijos respondan a un ataque con amabilidad.

- Intenta que el que acosa revele por qué está diciendo esas palabras. Por ejemplo, si el acosador dice algo como “Eres feo” o “No le caes bien a nadie”, mantén la calma y pregúntale: “¿Por qué?”.

Mientras el acosador responde, sigue preguntando “¿Por qué?”. A continuación, elogia al acosador y aléjate inmediatamente.

Hay diferentes formas en que las personas pueden responder a un acosador verbal. Por ejemplo, **niño de nueve años respondió a un acosador** diciendo: “¿Querías ser tan grosero?”. Mira también este vídeo de Be Strong (a partir del minuto 27 aproximadamente) para ver más ejemplos de cómo lidiar con un acosador verbal.

Acoso social. El acoso social (como la exclusión, avergonzar públicamente a otros y difundir rumores) tiene mucho que ver con si tus hijos están aislados o tienen amistades. Si otros chicos acosan a los tuyos excluyéndolos socialmente, tus hijos pueden lidiar con este problema haciendo amigos. Si tus hijos no tienen amigos en la escuela, anímalos a participar en un club y a establecer buenas relaciones con la gente de allí. Los amigos tienen la capacidad no solo de proporcionar inclusión, sino también de defenderse mutuamente cuando otras personas difunden rumores y mentiras.

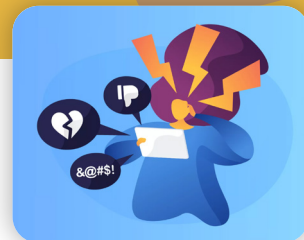
La mayoría de las veces, el aislamiento social se produce a la hora del almuerzo. Teniendo esto en cuenta, tus hijos podrían plantearse crear un **club “We Dine Together”** en su escuela para que nadie tenga que comer solo nunca. Una chica con tendencias suicidas descubrió Be Strong y **creó su propio club “We Dine Together”**. Según ella, esto le dio un giro completo a su situación, ya que le proporcionó una voz y un “lugar seguro”.

REFLEXIÓN:

¿De qué formas diferentes has visto manifestarse el acoso en tu vida? ¿Qué dicen la Biblia y la vida de Jesús sobre el acoso?



¿Cómo puedes ayudar a tus hijos a lidiar con el ciberacoso?



El primer paso, y el más importante, que puedes dar para ayudar a tus hijos si están sufriendo ciberacoso, al igual que con otros tipos de acoso, es **ofrecerles empatía, amor y apoyo**: “Las víctimas del ciberacoso (y quienes lo observan) deben tener la certeza de que los adultos a quienes se lo cuenten intervendrán de forma racional y lógica, y no empeorarán la situación.” Colabora con tus hijos para encontrar posibles soluciones a su problema de acoso. Dependiendo de la situación, es posible que tengas que hablar con la escuela o con los padres del chico que está acosando. Si la situación implica un comportamiento delictivo o amenazas físicas, tendrás que involucrar a la policía.

Anima a tus hijos a no reaccionar ante casos leves de agresión y enséñales a ser resilientes ante la hostilidad. Las palabras tienen el poder de hacernos daño, pero cuanto más trabajen tus hijos para no interiorizar las palabras hirientes, más resilientes serán, no solo ahora, sino durante el resto de sus vidas. Limitar con quiénes tienen contacto en línea puede contribuir en gran medida a reducir el daño que sufren por parte de otros. También deben guardar cualquier prueba de ciberacoso por si esta información fuera necesaria en caso de que haya que involucrar a las autoridades.

Sin duda, las medidas más importantes que puedes tomar para proteger a tus hijos del ciberacoso son mantener una buena relación con ellos, tener una comunicación abierta y enseñarles cómo es un comportamiento adecuado y seguro en internet. Según los propios adolescentes, las mejores formas de detener el ciberacoso son bloquear al agresor, ignorarlo, involucrar a los padres, tomarse un descanso de la tecnología y denunciar el comportamiento abusivo al sitio web o la aplicación en cuestión.

Tendrás una gran ventaja si, cuando tus hijos empiecen a conectarse al internet, moderas intencionadamente su actividad (consulta nuestra “Guía para padres sobre el filtrado y la supervisión de Internet” y la “Guía para padres sobre los teléfonos inteligentes”) y les enseñas a usar la tecnología de forma responsable. A medida que tus hijos crezcan, **ve reduciendo tu intervención**. No invadas su privacidad a menos que creas que corren un peligro grave. No deberías tener que controlar ni querer controlar todos los aspectos del comportamiento en línea de tus hijos a medida que crecen, pero es de esperar que mantengas una buena comunicación y una buena relación con ellos. De ese modo, si ocurre algo malo, podrás ayudarles.

Creemos que es aconsejable **establecer un acuerdo** sobre cómo utilizan tus hijos sus dispositivos; consulta nuestra “Guía para padres sobre los teléfonos inteligentes” si quieres saber más al respecto. Echa un vistazo a este PDF para obtener más información sobre el ciberacoso, así como sobre qué hacer si descubres que tus hijos están acosando a otros a través de internet.

REFLEXIÓN:

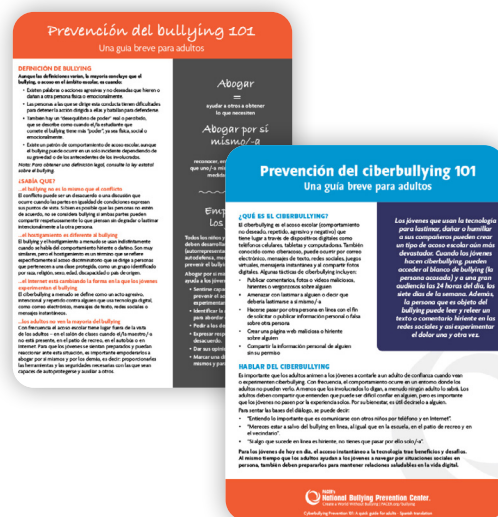
¿Tu relación con tus dispositivos es sana o no? ¿Que ejemplo le estas dando a tu hijo adolescente?



¿En qué errores pueden caer los cristianos a la hora de abordar el acoso escolar?

Roy Moore afirma que las comunidades religiosas tienden a caer en dos errores. Uno es que algunas personas piensan que confiar en Dios significa no tomar medidas contra el acoso. Confiar en Dios y rezar es bueno e importante, pero no hará que el problema del acoso desaparezca por arte de magia.

El segundo error tiene que ver con los adolescentes que pertenecen a la comunidad LGBTQ+. Estos jóvenes sufren acoso aproximadamente cuatro veces más que los demás. A veces, las personas de las comunidades religiosas piensan que proteger a los jóvenes que no son heterosexuales o cisgénero (que se identifican con el sexo que se les asignó al nacer) equivale a apoyar sus estilos de vida. Esta visión es falsa y errónea. Piénsalo de esta manera: si ves a unos chicos en la calle a punto de ser atropellados por un coche, no te vas a parar a averiguar su orientación sexual o identidad de género para decidir si debes salvarlos. Correrás a la calle para rescatarlos. Del mismo modo, todos los chicos merecen ser protegidos del acoso escolar. Consulta [esta página](#) para conocer otros errores comunes que debes evitar al abordar el acoso escolar.



REFLEXIÓN:

¿Alguna vez tus prejuicios y creencias te han impedido tratar a los demás como haría Jesús?

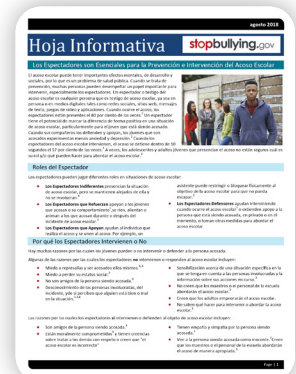


¿Y si tus hijos son simplemente espectadores?

Más del 70 % de los chicos dicen haber presenciado acoso escolar en el colegio. StopBullying.gov afirma: “Cuando los espectadores intervienen, el acoso se detiene en 10 segundos el 57 % de las veces”. Moore dice que la razón por la que la intervención de los espectadores es eficaz es que una gran parte de la recompensa para el acosador es la afirmación social. Una vez, en la escuela primaria, un hombre con el que hablamos defendió a otro niño que tenía una discapacidad y estaba siendo acosado. El hombre no conocía bien al chico acosado, pero el niño que fue rescatado le estaba tan agradecido que le escribió una carta años más tarde, dándole las gracias y diciéndole que lo consideraba un amigo íntimo.

Prepara a tus hijos para que sean “defensores” en lugar de espectadores; es decir, para que actúen si ven que se está produciendo un caso de acoso, ya sea en línea o fuera de línea. Esto podría consistir en defender a una víctima de acoso verbal, buscar a un adulto si alguien está siendo acosado físicamente o hacer amistad con alguien que está siendo acosado socialmente. Tus hijos también pueden compartir sus conocimientos con los chicos que están siendo acosados. Por ejemplo, si ven a alumnos sufriendo acoso verbal, además de intervenir, pueden hablar con ellos en privado y hablarles de las tácticas que mencionamos anteriormente. La ayuda de los espectadores es crucial porque las víctimas del acoso a menudo se sienten impotentes. Y cuando los espectadores no hacen nada, están **fomentando** indirectamente el acoso.

En lo que respecta al ciberacoso, **los testigos no deberían dar “me gusta”** a los comentarios hirientes. Cualquier cosa que digan si deciden abordar el acoso debe ser razonable y tranquila. Podría ser bueno que enviaran un mensaje privado a la persona que está acosando en línea expresando su preocupación, aunque esto podría ser contraproducente si el acosador dirige su agresividad hacia sus hijos. Pero, sin duda, anima a tus hijos a acercarse a las víctimas del acoso con palabras de apoyo y ánimo.



REFLEXIÓN:

¿Cómo puedes ayudar a tus hijos adolescentes a comprender qué es el acoso para que sepan cuándo intervenir?



Defiende al más débil

Si aún no lo haces, empieza a considerar el acoso escolar como un tema necesario para hablar con tus hijos. Es tan esencial hablar de ello como de los estudios, las fiestas o las relaciones sentimentales. Aprovecha cualquier oportunidad que te permita sacar el tema de forma natural, ya sea una asamblea escolar, algo en las noticias o una situación en un programa de televisión.

Sé prudente y no des por hecho que tus hijos son inmunes a sufrir acoso o a acosar a otros. Roy Moore afirma que si los padres pueden incluir el acoso escolar en las demás conversaciones que mantienen con sus hijos, “lograremos un avance significativo” para acabar con el acoso.

Hay muchas medidas concretas que puedes tomar ante el acoso escolar, pero no te olvides de rezar también. Como dijimos al principio, el acoso escolar es un tema complejo. Aunque hemos intentado ofrecer estrategias y recursos para afrontarlo, cuando tus hijos se encuentran en medio de una situación difícil, puede resultar complicado saber qué hacer. Consulta los recursos que figuran a continuación para obtener más ayuda.

Descubrir que tu hijo está involucrado en el acoso escolar de una forma u otra es una dura realidad, una que quizá te resistas a afrontar. Pero hacerlo no solo marcará una gran diferencia en la vida de las víctimas, sino posiblemente también en la del acosador y en la de los espectadores.

REFLEXIÓN:

¿De qué maneras puedes ser, y animar a tu hijo adolescente a ser, más amable y empático con quienes te rodean? ¿Cómo puedes mostrar a Jesús a los demás?



Invitación a la generosidad

Si te ha gustado lo que has aprendido en esta Guía para padres y quieres ayudarnos a seguir creando excelentes recursos considera hacer una donación en axis.org. ¡Muchas gracias!

Fuentes utilizadas en esta Guía para padres

<https://www.stopbullying.gov/media/facts/index.html#ftn16>

<http://calvinandhobbes.wikia.com/wiki/Moe>

https://www.youtube.com/watch?v=95_DB6GgLQs

<https://bestrong.global/>

<https://www.stopbullying.gov/media/facts/index.html#definition>

<https://edu.gcfglobal.org/en/internetsafetyforkids/staying-safe-from-online-predators/1/>

<https://www.security.org/resources/cyberbullying-facts-statistics/>

<https://www.verywellfamily.com/what-are-the-effects-of-cyberbullying-460558>

<https://www.cdc.gov/healthyyouth/data/yrbs/pdf/YRBSDataSummaryTrendsReport2019-508.pdf>

<https://www.stopbullying.gov/at-risk/index.html>

<https://www.imdb.com/title/tt0377092/>

<https://www.stopbullying.gov/at-risk/warning-signs/index.html>

<https://cyberbullying.org/Cyberbullying-Identification-Prevention-Response-2018.pdf>

<https://www.mcleanhospital.org/essential/mental-health-impact-bullying-kids-and-teens>

<https://www.stopbullying.gov/at-risk/effects/index.html>

https://www.ncab.org.au/media/2774/20180620_bullying-hurts-parents-too-poll-finds_mr.pdf

<https://www.verywellfamily.com/how-strong-is-the-link-between-bullying-and-suicide-460620>

[https://axis.org/wp-content/uploads/2018/12/Axis-Parents-Guide-to-Suicide-Self-](https://axis.org/wp-content/uploads/2018/12/Axis-Parents-Guide-to-Suicide-Self-Prevencción-de-daños-1.pdf)

[Prevencción-de-daños-1.pdf](#)

<https://bestrong.global/>

https://www.amazon.com/Boundaries-Updated-Expanded-When-Control/dp/0310351804/ref=sr_1_6

<https://www.stopbullying.gov/respond/find-out-what-happened/index.html>

<https://www.stopbullying.gov/prevention/on-the-spot>

<https://www.stopbullying.gov/what-you-can-do/index.html>

<https://www.stopbullying.gov/respond/on-the-spot/index.html>

<http://www.reenactingtheway.com/blog/turning-the-other-cheek-jesus-peaceful-plan-to-challenge-injustice>

<https://www.cnn.com/2012/10/31/living/bullying-fight-back/index.html>

<https://www.thegospelcoalition.org/article/turn-cheek-mean-well-get-walked/>

<https://bestrong.global/resources/2018/can->



[guarantee-kid-bullying-child-will-leave-alone/](https://www.psychologytoday.com/es/blog/los-procesos-de-pensamiento-de-los-predadores-sexuales)

<https://beststrong.global/resources/2018/9-year-old-girl-discovers-simple-solution-bullying/>

<https://www.ncab.org.au/bullying-advice/bullying-for-parents/types-of-bullying/>

[https://www.wedinetgether.org/
how-does-it-work](https://www.wedinetgether.org/how-does-it-work)

<https://www.youtube.com/watch?v=TJNCZroEYrQ>

[https://cyberbullying.org/Cyberbullying-
Identification-Prevention-Response-2018.pdf](https://cyberbullying.org/Cyberbullying-Identification-Prevention-Response-2018.pdf)

[https://cyberbullying.org/teens-talk-works-stop-
cyberbullying](https://cyberbullying.org/teens-talk-works-stop-cyberbullying)

[https://axis.org/wp-content/uploads/2021/07/PG_
Internet-Filtering-and-Monitoring_Final.pdf](https://axis.org/wp-content/uploads/2021/07/PG_Internet-Filtering-and-Monitoring_Final.pdf)

[https://axis.org/wp-content/uploads/2018/12/Axis-
Parents-Guide-to-Smartphones-2.pdf](https://axis.org/wp-content/uploads/2018/12/Axis-Parents-Guide-to-Smartphones-2.pdf)

[https://cyberbullying.org/Cyberbullying-
Identification-Prevention-Response-2018.pdf](https://cyberbullying.org/Cyberbullying-Identification-Prevention-Response-2018.pdf)

<https://cyberbullying.org/technology-use-contract>

[https://app.axis.org/explore/
smartphones-parent-guide](https://app.axis.org/explore/smartphones-parent-guide)

[https://cyberbullying.org/Cyberbullying-
Identification-Prevention-Response-2018.pdf](https://cyberbullying.org/Cyberbullying-Identification-Prevention-Response-2018.pdf)

[https://www.stopbullying.gov/respond/on-the-
spot/index.html](https://www.stopbullying.gov/respond/on-the-spot/index.html)

[https://www.stopbullying.gov/media/facts/
index.html#ftn16](https://www.stopbullying.gov/media/facts/index.html#ftn16)

[https://mashable.com/article/how-to-stop-
bullying-in-schools/#shbBWooGriqb](https://mashable.com/article/how-to-stop-bullying-in-schools/#shbBWooGriqb)

[https://cyberbullying.org/Cyberbullying-
Identification-Prevention-Response-2018.pdf](https://cyberbullying.org/Cyberbullying-Identification-Prevention-Response-2018.pdf)

[https://www.stopbullying.gov/blog/2016/07/25/
bystanders-can-help-limit-hurtful-effects-
cyberbullying.html](https://www.stopbullying.gov/blog/2016/07/25/bystanders-can-help-limit-hurtful-effects-cyberbullying.html)

<https://www.pacer.org/bullying/info/es/>

[https://media.pacer.org/bullying/BP-101-
quickguides-parents-sp-2025.pdf](https://media.pacer.org/bullying/BP-101-quickguides-parents-sp-2025.pdf)

[https://www.psychologytoday.com/es/blog/los-
procesos-de-pensamiento-de-los-predadores-
sexuales](https://www.psychologytoday.com/es/blog/los-procesos-de-pensamiento-de-los-predadores-sexuales)

[https://www.iberdrola.com/compromiso-social/
que-es-ciberacoso-como-prevenir](https://www.iberdrola.com/compromiso-social/que-es-ciberacoso-como-prevenir)

[https://www.magellanooflouisiana.com/es/for-
members/member-materials/member-resources/
government-resources/youth-risk-behavior-
surveillance-system-yrbss/](https://www.magellanooflouisiana.com/es/for-members/member-materials/member-resources/government-resources/youth-risk-behavior-surveillance-system-yrbss/)

[https://escuelasegurapab.com/quien-esta-en-
riesgo-de-ser-acosado-o-de-acosar/](https://escuelasegurapab.com/quien-esta-en-riesgo-de-ser-acosado-o-de-acosar/)

[https://www.unicef.org/parenting/es/cuidado-
infantil/acoso-escolar](https://www.unicef.org/parenting/es/cuidado-infantil/acoso-escolar)

[https://www.unicef.org/es/end-violence/
ciberacoso-que-es-y-como-detenerlo](https://www.unicef.org/es/end-violence/ciberacoso-que-es-y-como-detenerlo)

[https://www.thechildrenstrust.org/es/news/
parenting-our-children/signs-that-your-child-is-
bullying-others-and-what-to-do-about-it/](https://www.thechildrenstrust.org/es/news/parenting-our-children/signs-that-your-child-is-bullying-others-and-what-to-do-about-it/)

<https://media.pacer.org/bullying/BP-23s.pdf>

[https://www.reachlink.com/es/consejos/acoso-
escolar/acoso-escolar-y-salud-mental-como-el-
bullying-impacta-tu-bienestar/](https://www.reachlink.com/es/consejos/acoso-escolar/acoso-escolar-y-salud-mental-como-el-bullying-impacta-tu-bienestar/)

[https://www.clinicauandes.cl/noticia/el-bullying-
tambien-afecta-al-agresor](https://www.clinicauandes.cl/noticia/el-bullying-tambien-afecta-al-agresor)

[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_
arttext&pid=S0370-41062020000300432](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062020000300432)

[https://www.oviahealth.com/es/guide/283285/
bully-que-pueden-hacer-los-padres/](https://www.oviahealth.com/es/guide/283285/bully-que-pueden-hacer-los-padres/)

[https://www.childcareed.com/a/
c-mo-puedo-distinguir-entre-el-acoso-y-un-
conflicto-normal.html](https://www.childcareed.com/a/c-mo-puedo-distinguir-entre-el-acoso-y-un-conflicto-normal.html)

[https://www.stopbullying.gov/sites/default/
files/2017-09/hrsa_guide_padres-y-proveedores-
de-cuidado_508.pdf](https://www.stopbullying.gov/sites/default/files/2017-09/hrsa_guide_padres-y-proveedores-de-cuidado_508.pdf)

[https://www.abogado.com/recursos/ley-de-
la-educacion/que-hacer-en-caso-de-violencia-
escolar-en-estados-unidos.html](https://www.abogado.com/recursos/ley-de-la-educacion/que-hacer-en-caso-de-violencia-escolar-en-estados-unidos.html)

[https://www.stopbullying.gov/sites/default/
files/2018-10/upstander-spanish.pdf](https://www.stopbullying.gov/sites/default/files/2018-10/upstander-spanish.pdf)

