

Diez acciones que los padres pueden tomar si su hijo ha sido intimidado

Fuente: Education.com Bullying Special Edition, copyright 2012

<http://www.education.com/topic/school-bullying-teasing/>

Guest Editors: Shelley Hymel, PhD, Amanda Nickerson, PhD, & Susan Swearer, PhD

Si usted cree que su hijo está siendo intimidado tome medidas... ahora. La intimidación no es algo que desaparece por su propia cuenta, no es algo que los niños pueden solucionar entre ellos y no es algo que los niños superan solos naturalmente. Si usted sabe (o cree) que su hijo es víctima de la intimidación, su participación es esencial para un resultado exitoso. Algunas acciones sugeridas son:

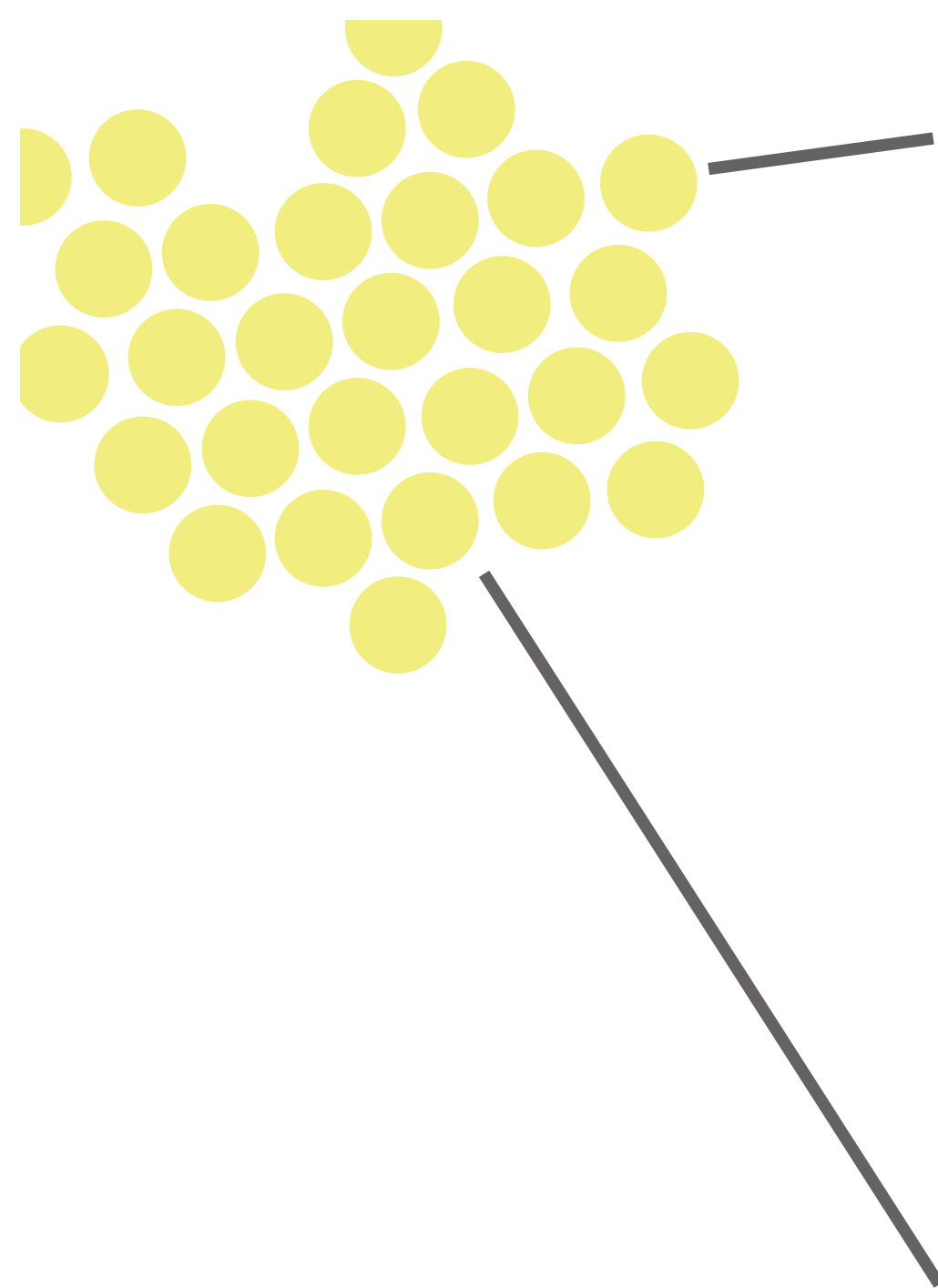
1. Asegúrese de que su hijo se sienta cómodo y seguro para hablar con usted.

Cuando su hijo recurra a usted para hablar de una experiencia de intimidación escolar, evite tener una reacción emocional. Puede ser aterrador para un niño saber que su padre tiene la intención de regañar a un compañero escolar o al padre de un compañero. Haga preguntas hasta que sienta que comprende totalmente la situación (¿Es intimidación escolar, un conflicto entre compañeros o un malentendido?). Evite entrar en acción inmediatamente; asegúrese que su niño se siente atendido y apoyado. Recuérdele a su hijo que toda persona tiene derecho a sentirse seguro y feliz en la escuela y aplauda la valentía que tuvo su hijo para tomar una posición y hablar con usted sobre el problema. Comprométase a trabajar con su niño y la administración de la escuela para resolver el problema.

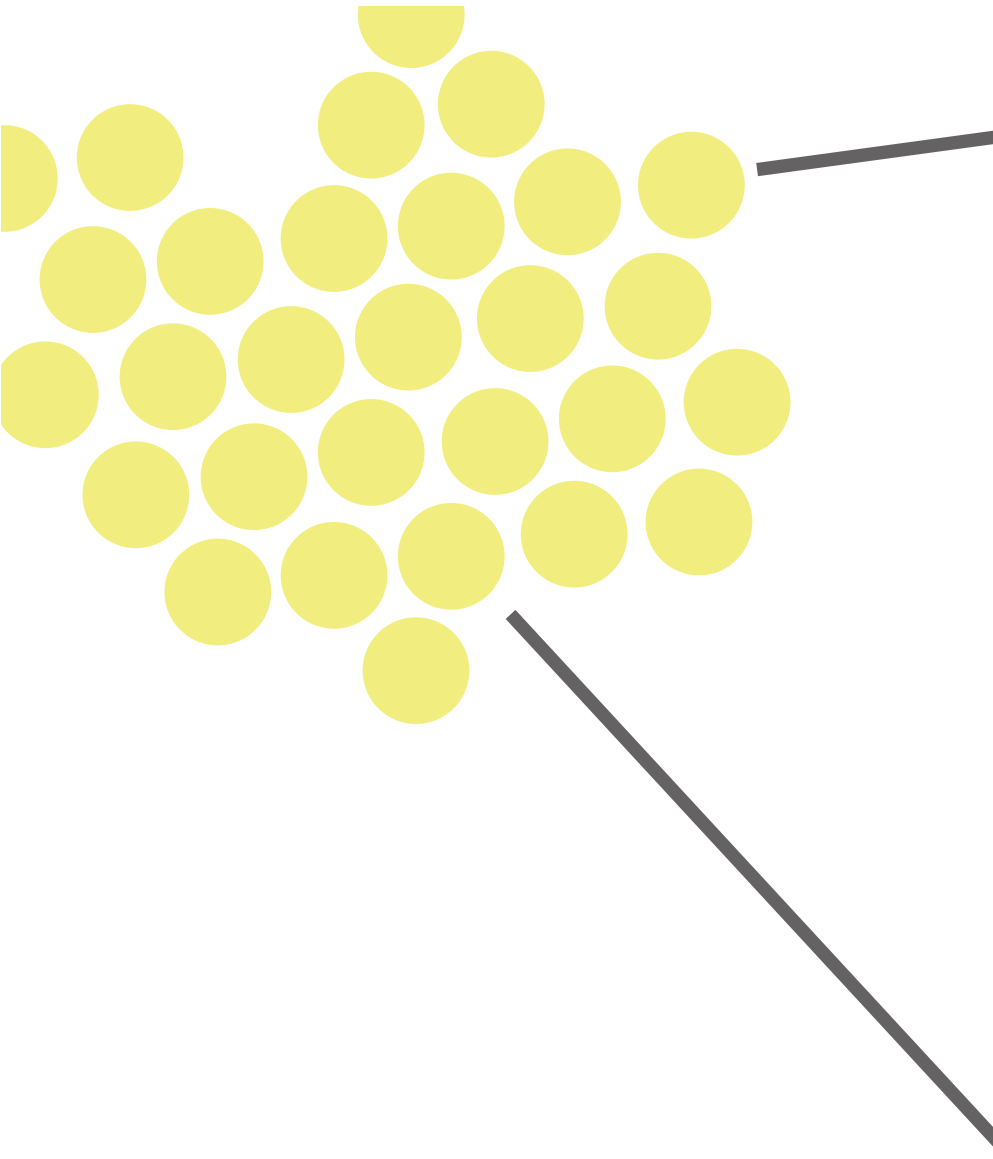
2. Enseñe a su niño a decir “¡Basta!” o ir a buscar a un adulto. Investigaciones han demostrado que la mayoría de los autores que tratan el tema de la intimidación señalan que, los abusadores detienen su comportamiento agresivo 10 segundos después que alguien (ya sea una víctima o un espectador) le dice que se detenga en una voz fuerte y poderosa. Usted, como padre, puede practicar una respuesta asertiva. Demuéstrele a su hijo las diferencias entre las voces agresivas, asertivas y pasivas, así como la postura necesaria, el tono de voz y las palabras que se pueden usar. Si decir ¡Basta! con una voz firme no funciona, enséñele a su hijo a buscar a un adulto inmediatamente.

The
BULLY
Project





- 3.** Hable con el director y maestro de su hijo acerca de la situación. Deje claro que usted está comprometido a colaborar con la escuela y en formar parte de la solución. También deje claro que el resultado esperado es reataurar la confianza en que su hijo se sienta seguro y feliz en la escuela nuevamente. Solicite al director que comparta con usted la política contra la intimidación que tiene la escuela. Asegúrese de que cualquier plan de acción comienza con notificar a otros maestros, auxiliares de recreo, monitores de pasillo y personal de la cafetería para que todos los que tengan contacto con su hijo puedan estar alerta y listos para intervenir en caso de que la intimidación continúe o se repita.
- 4.** Busque oportunidades en las que su hijo pueda socializar con amigos fuera de la escuela y pueda construir y mantener un sistema de apoyo fuerte. Trate de mantener contacto con los padres en su vecindario, con los centros comunitarios locales que ofrecen actividades extracurriculares y con su comunidad espiritual. Mientras más tiempo pase su hijo practicando sus habilidades sociales en un ambiente seguro, estará mejor preparado para manejar este tipo de situación. Los niños que tienen amigos son menos propensos a ser víctimas de la intimidación escolar. Si su hijo está siendo intimidado, los amigos pueden ayudar a aliviar los efectos negativos.
- 5.** No lo haga solo. Al apoyar a un niño a través de una situación de acoso, los padres frecuentemente descubren temas que antes eran imperceptibles y que pueden haber contribuido a la vulnerabilidad del niño. Además de trabajar con la escuela para ayudar a resolver el problema inmediato, los padres también deben considerar trabajar con profesionales de la salud física y mental para discutir sus preocupaciones acerca de problemas diagnosticados o no diagnosticados de aprendizaje, depresión, ansiedad, trastornos de la alimentación, entre otros.
- 6.** Anime a su hijo a mantenerse cerca de un amigo (o a encontrar a alguien que puede actuar como un amigo) en el recreo, el almuerzo, en los pasillos, en el autobús o caminando a su casa. Los niños son más propensos a ser víctimas cuando están solos. Si su hijo no tiene un amigo cercano, trabaje con la escuela para ayudar a encontrar a alguien que actúe como un compañero de seguridad.



7. La intimidación cibernética es un problema. Enséñele a su hijo que debe informarle a un adulto en lugar de responder al mensaje. Muchos niños no saben que diciendo cosas malas acerca de alguien en el Internet o en mensajes de texto es una forma de intimidación. Asegúrese de que su hijo sepa que usted toma en serio la intimidación cibernética y va a respaldarlo en el proceso de manejar la situación.

8. Ayude a su hijo a ser más resistente a la intimidación. Hay muchas cosas que los padres pueden hacer para proteger a sus hijos de la intimidación. Aquí hay dos sugerencias: en primer lugar, proporcione un ambiente seguro y amoroso en el hogar donde siempre se muestre el comportamiento compasivo y respetuoso. En segundo lugar, reconozca y ayude a su hijo a desarrollar sus fortalezas, habilidades, talentos u otras características positivas. Si lo hace puede ayudar a su hijo a tener más confianza entre sus compañeros.

9. Proporcione apoyo diario y continuo a su hijo al escuchar y mantener líneas de comunicación abiertas. Cuando el niño expresa emociones negativas acerca de sus compañeros, es muy útil si usted atiende esos sentimientos y le asegura que es normal sentirse de esa manera. Después de escuchar sobre el incidente de intimidación, debe discutir las estrategias prácticas de este folleto, especialmente las que su hijo piensa que van a ser más útiles.

10. Seguimiento. Después de que la situación de intimidación de su hijo se haya resuelto, asegúrese de estar en contacto con su hijo y la escuela para evitar una repetición del problema. Mantenga abiertas las líneas de comunicación con su hijo y aprenda los signos de intimidación para que, si ocurre nuevamente, usted esté preparado para actuar rápida y eficazmente. Como un último recurso, considere trasladar a su hijo de la escuela o el medio ambiente social actual. Esto puede ser una acción necesaria y conlleva el mensaje de que su hijo realmente no tiene por qué tolerar ese tipo de trato. Una vez establecida cierta reputación de comportamiento social entre compañeros puede ser muy difícil eliminarla. Un nuevo comienzo en un nuevo ambiente puede ser una buena solución.