



*St. Margaret's British School for girls*  
RECTE FAC. NEC TIME • SINCE 1941 • CONCEPCIÓN CHILE

### **Conversemos de ciberbullying.**

La nueva realidad que vivimos, donde el uso de la tecnología nos ha permitido aprender, trabajar y mantenernos conectados con nuestros amigos y familiares, supone también una serie de riesgos para niña(o)s y adolescentes. Enseñarles a reconocer y denunciar el maltrato o acoso a través de redes sociales es uno de los aspectos fundamentales para la prevención.

Como saben, bullying es el acoso físico o psicológico que ocurre principalmente a niña(o)s en el contexto escolar. Actualmente, el riesgo se trasladada también hacia el mundo virtual a través de las plataformas más usadas: WhatsApp, Instagram y Tik Tok entre otros y lo llamamos **ciberbullying**.



<https://faros.hsjdbcn.org/>

A continuación, les dejamos algunas recomendaciones que pueden conversar con sus hijas para prevenir el ciberbullying:

Aclárale que **no es su culpa** o responsabilidad. Explícale que cuando alguien actúa de manera cruel en forma repetida con ella esto se llama bullying, y que debe tener presente que nadie se merece que la maltraten o traten con crueldad.

Recomiéndale **evitar responder o buscar venganza**. En algunas ocasiones es peor reaccionar, porque justamente es eso lo que se está buscando. Además, no es la idea contrarrestar al agresor convirtiéndose en uno. Si puede, debe intentar alejarse de la situación, mientras explora otras acciones.

En el ciberbullying **lo ocurrido puede ser capturado**, almacenado y mostrado a alguien que

puede ayudar. Comenta esto con tu hija para que en caso de requerirlo o tener dudas de algún comportamiento pueda guardar lo que la ha ofendido.

Adviértele que **cuide los contenidos** que comparte por internet y que trate de relacionarse solo con personas que conozca en la vida real.

Oriéntala en que trate de ser explícita y **decirle a quien la molesta que lo que hace está mal** y que debe detenerse. El apoyarse en alguien en quien confíe puede ayudarla a enfrentar mejor esta situación.

Aclárale que debe buscar apoyo, el **hablar sobre lo que le pasa** con un amigo o adulto con quien tenga confianza realmente la ayudará y podrá trabajar para solucionarlo.

Enséñale o revisa con ella la tecnología disponible para **bloquear y denunciar** a la aplicación que corresponda los contactos ante el menor indicio de ciberbullying.

Si las amenazas ponen en peligro su integridad física, o psicológica, se debe considerar **denunciar** el caso a las instancias correspondientes.

Enséñale que, aunque no sea ella a quien molestan, si sabe de alguna amiga o compañera que está siendo acosada, debe denunciar igual. Saber lo que está ocurriendo y no hacer nada para evitarlo, muchas veces agrava más la situación y no ayuda. **Ser un apoyo a una compañera que está siendo víctima de ciberbullying puede darle fuerzas y cambiar positivamente su vida.**



<https://www.pinterest.com.mx/pin/737394138967937663>

**Departamento de Convivencia Escolar**