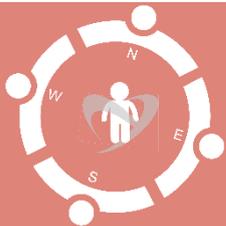


Grado 10 - AULA

BRÚJULA PROTECCIÓN DE LA INFANCIA PROGRAMA INFANTIL



CIBERBULLYING
Folleto para los padres

Ciberacoso

Grado 10 - SESIÓN DE SEGUIMIENTO PARA PADRES

Con niños que asistieron a la sesión parroquial/escolar

Instrucciones para los padres

Su hijo asistió a la sesión del programa Compass Child Protection Children sobre cómo afrontar el ciberacoso. La sesión celebrada en el aula tenía por objeto abrir el debate con ustedes, los padres, sobre este tema y también tratar las cuestiones más delicadas relacionadas con el mismo. Este paquete contiene el material que necesitará para el debate y una guía paso a paso sobre cómo tratarlo.

Le animamos a que, en algún momento de la próxima semana, dedique 30 minutos a comentar este material con su hijo. Este paquete contiene el material que necesitará para un debate de seguimiento y una guía de sugerencias paso a paso.

PADRES: Antes de iniciar el debate con su hijo, lea todo el material de este paquete. Prepárese para discutir este material de manera apropiada para su hijo.

Resumen de la sesión:

El profesor explica a los alumnos qué es y qué no es el acoso escolar. Los alumnos completaron una actividad de reflexión sobre sus posibles tendencias al acoso.

A continuación, se animó a los alumnos a basar su comportamiento en las enseñanzas del Señor Jesús sobre amar a los enemigos y devolver el bien a quienes han sido malos con ellos, y también en la enseñanza "Haz a los demás lo que quieras que te hagan a ti".

A continuación, el profesor habló de los problemas por los que pueden estar pasando las personas y que les llevan a comportarse así. También se habló de las diferentes maneras en que las personas pueden tratar sus problemas subyacentes en lugar de reaccionar de manera insana.

Los alumnos participaron en otra actividad de autorreflexión para plantearse si alguna vez habían sido víctimas de ciberacoso.

A continuación, el profesor habló de las funciones que puede desempeñar el espectador en la prevención del ciberacoso.

A continuación, se debatieron las estrategias que los alumnos pueden utilizar como acosador, como víctima y como espectador, con la ayuda de dos escenarios.

El profesor animó a los alumnos a pensar en buenas normas de netiqueta (etiqueta en Internet) que deberían observar en su lucha contra el ciberacoso y a escribirlas.

La sesión concluyó con una lectura reflexiva de I Corintios 13:4-7 y una oración.

Información general para los padres

A continuación encontrará información que le ayudará a comprender mejor y distinguir entre ciberacoso y ciberhostigamiento/ciberacoso. Esto puede ser importante, ya que la gravedad y los métodos para abordar cada situación pueden ser diferentes.

- **Ciberacoso**

El ciberacoso es una forma electrónica de acoso que utiliza la cibertecnología o los medios digitales para herir, amenazar, insultar, avergonzar, chantajear o atacar de cualquier otra forma a alguien. El ciberacoso lo comete un menor contra otro menor, no hay adultos implicados; sin embargo, debido a la naturaleza viral de internet, puede implicar a adultos en fases posteriores.

No hay que ignorar sus efectos. Esté atento a estas señales que pueden indicar que su hijo es víctima de ciberacoso.

Señales de que un adolescente está siendo acosado:

- Duda repentina de estar en línea o lo evita por completo.
- Visiblemente molesto o deprimido después de usar el ordenador o el teléfono móvil
- Nervioso o asustado cuando aparece un mensaje instantáneo, un mensaje de texto o un correo electrónico
- Pasar cada vez más horas en línea
- Atrasarse en las rutinas de la vida diaria y en la escuela, o querer evitar la escuela.
- Alejamiento de los amigos y soledad frecuente
- Repentinamente huraño, evasivo, retraído, cambio marcado de personalidad o comportamiento en sentido negativo.
- Dificultad para dormir, pérdida de apetito, excesivo mal humor o llanto, aspecto deprimido.

- Llamadas telefónicas, correos electrónicos o notas de odio sospechosos

- **Ciberacoso y ciberpersecución:**

El ciberacoso y el ciberhostigamiento son similares al ciberacoso, pero implican una *intención* mucho más grave de amenazar o herir, a menudo son repetitivos y el deseo es acosar, angustiar o intimidar al individuo. En estos casos, el autor es un adulto.

Mientras que el ciberacoso es una actividad puramente en línea, el ciberacoso puede llevar al acoso físico, al acoso y a otros delitos relacionados en el mundo real. El ciberacoso también implica ser contactado o enviado por correo electrónico o amenazado repetidamente hasta el punto de que la víctima se sienta incómoda o insegura.

Los acosadores cibernéticos también pueden utilizar tecnología como Spyware mediante la cual pueden vigilar las actividades de su víctima, rastrear la ubicación de la víctima por sus fotografías utilizando tecnología GPS, interceptar llamadas telefónicas o mensajes o correos electrónicos; hacerse pasar por la víctima; e incluso pueden vigilar a la víctima a través de cámaras ocultas.

Tanto el ciberacoso como el acoso son ilegales y deben denunciarse. Nunca deben tomarse a la ligera y la seguridad en línea de tu hijo adolescente NO debe darse por sentada.

Siempre es aconsejable guardar todas las pruebas de acoso o acoso, sobre todo cuando hay que denunciar a la policía para proteger a alguien.

- **Proteja a su hijo contra el ciberacoso y el ciberhostigamiento**

- Mantente al día de los avances en Internet, así como de sus peligros.
- Utilice un programa de vigilancia de Internet para acceder a las comunicaciones electrónicas de su hijo adolescente y supervisar sus actividades en línea.

- Utiliza un filtro de internet fiable.
- Active los controles parentales cuando estén disponibles.
- Ayude a su hijo adolescente con la configuración de su privacidad y siga actualizando la lista de contactos sólo con aquellos de los que es amigo actualmente. Limita el número de personas que pueden ver fotografías y otra información personal.
- Eduque a su hijo adolescente sobre el peligro de anunciar su ubicación a través de actualizaciones de estado de aplicaciones con GPS y fotografías.
- Busca en Google el nombre de tu hijo adolescente y configura una alerta de Google para que te avise cada vez que su nombre aparezca en una entrada de blog o en un comentario en línea en cualquier lugar de Internet.

PROCESO PADRES-ADOLESCENTES

He aquí algunas ideas y preguntas que le ayudarán a complementar la conversación con su hijo.

1. Diferencia entre ciberacoso y ciberhostigamiento y a quién dirigirse para pedir ayuda.

En la sesión de clase, hablamos en profundidad del ciberacoso, pero sólo mencionamos fugazmente el ciberacoso y el ciberacoso. Hablamos de lo que significa el acoso (incluido el ciberacoso) y afirmamos que los autores son adolescentes o niños, no adultos; también hablamos de las formas de enfrentarse al ciberacoso, como víctima o como acosador. Incluso hablamos del papel del espectador. Tu papel como padre en este debate sería explicar qué son el ciberacoso y el ciberhostigamiento, la diferencia en cómo tratarlos y a quién pueden dirigirse si les ocurre esto.

Pídale a su hijo que le explique lo que ha entendido sobre el ciberacoso y cómo puede responder al acoso, especialmente como víctima. Pregúnteles qué han aprendido sobre cómo deben comportarse con los demás, incluso con sus acosadores. A continuación, explíquele qué son el ciberacoso y el ciberhostigamiento y en qué se diferencian del ciberacoso.

Explíqueles que esto puede exponerles a un peligro mayor. Explica también cómo el ciberacoso puede llevar a veces a que un adulto se involucre y se sume al ataque o lo continúe, debido a la naturaleza viral de Internet.

Pide a tu hijo adolescente que decida y anote los nombres y números de contacto de adultos responsables con los que esté dispuesto a compartir o contactar si se encuentra en alguno de estos peligros. Haga hincapié en que cuanto más repetidos sean los episodios de acoso, mayores las amenazas y más peligrosos los métodos, más probable es que sea necesario ponerse en contacto con las fuerzas del orden, especialmente cuando se trata de información de

contacto personal que se comparte en línea, debe tratarse muy seriamente ya que expone a su hijo adolescente a graves peligros.

Explícales que es indiferente que el acoso lo haya iniciado un compañero de clase o alguien más joven e incluso que haya sido sólo por diversión. En el momento en que intervienen adultos desconocidos, la situación empeora rápidamente y puede ser peligrosa, por lo que DEBEN informar a un adulto responsable.

Como padres, deben estar informados de las medidas que pueden tomarse en caso de ciberacoso. Explica a tu hijo adolescente que tome las siguientes medidas (ayúdale a tomarlas):

- Empieza por decirle a la persona que no vuelva a ponerse en contacto contigo.
- Guarde todas las comunicaciones sin ninguna alteración como prueba. No borre ni reformatee nada.
- Guarda cualquier correo electrónico, etc. que sugiera amenazas violentas o sexuales y ponte en contacto con las fuerzas del orden.
- Si el acoso continúa, ponte en contacto con el proveedor de servicios de Internet del acosador, que puede intervenir poniéndose en contacto directamente con el acosador o cerrando su cuenta.
- Lleve un registro de sus contactos con los funcionarios.
- Habla con otras personas o acércate a ellas para pedir ayuda si no tienes valor para actuar, pero no dejes de hacerlo.

Recuerda a tu hijo adolescente que las lecciones sobre hacer el bien a quienes te hacen daño o te causan dolor **no**

se aplican cuando es alguien quien le acosa en Internet, porque la inacción sólo puede exponerle a un peligro más grave. Haz hincapié en que pueden denunciar manteniendo un espíritu cariñoso y de perdón.

2. Hable con su hijo adolescente sobre cómo puede evitar ser acosado en Internet.

En clase, los alumnos reflexionaron sobre sus propias tendencias al acoso. Hablamos de ser víctima del ciberacoso y de responder a los acosadores de forma positiva.

Comenta con tu hijo adolescente cómo puede hacer una autocomprobación periódica en Internet para evitar ser acosado. Ayúdale a hacerlo haciendo una búsqueda de su nombre en Google y mostrándole los resultados. De este modo, se dará cuenta de cualquier información, imagen, publicación o encuesta sobre él que no conociera.

Además, informe a su hijo adolescente de la conveniencia de comprobar regularmente sus diferentes cuentas de correo electrónico y sitios de redes sociales, incluso aquellos que apenas se utilizan y casi no funcionan. Éstas pueden utilizarse para publicar información falsa maliciosa o para acceder a sus contactos y grupos; a veces pueden utilizarse para publicar en encuestas o grupos de odio, lo que puede parecer que es su hijo adolescente el que lo está provocando. Anímale a comprobar sus mensajes enviados y a tirar la papelera cuando haya indicios de que alguien ha recibido correos que no recuerda haber enviado.

Vuelve a insistir en que no deben revelar información personal, incluidos datos de identificación o contraseñas, a NADIE, y adviérteles también de que no publiquen información personal ni fotografías en ningún sitio ni las compartan con otras personas.

3. Comenta con tu hijo adolescente la lista de netiqueta.

En clase, hablamos de la importancia de observar una buena netiqueta y ayudamos a los alumnos a crear su propia lista de netiqueta, su propia lista de comportamiento para prevenir el ciberacoso. Se les animó a consultarla de vez en cuando para asegurarse de que la siguen.

Pide a tu hijo adolescente que comparta contigo su lista de netiqueta y por qué eligió esos compromisos en particular. Hable de cada netiqueta y de cómo eso aseguraría el buen comportamiento de su hijo adolescente hacia los demás y la respuesta cariñosa e indulgente hacia las personas que actúan como matones. Hable de la importancia de mantener las decisiones que tomaron. Ayúdales a comprender su responsabilidad en la prevención del ciberacoso, aunque sólo sean observadores o espectadores.

4. Termina con una oración.

Usted ha discutido algunos temas delicados e importantes con su adolescente, y también ha discutido la netiqueta que ellos deben observar. Ahora reza con tu hijo para que Dios le ayude con todo esto. Reza para que Dios les proteja del ciberacoso y de los depredadores u otros adultos que puedan acosarles en la red. Reza pidiendo la gracia de Dios para que tu hijo adolescente respete las normas de etiqueta en la red y evite el ciberacoso de cualquier forma posible, y para que sea sensible al dolor y a las luchas por las que puedan pasar los demás. Reza para que tu hijo/a tenga la gracia de amar a aquellos que le hacen daño y de hacer el bien a los demás sin importar cómo le traten.