Guía de Acoso Cibernético EasyTech para Padres

Cuando los estudiantes se aventuran a la Web, ellos se salen de sus vecindarios. Cuando envían mensajes de texto en sus teléfonos celulares, tienen acceso ilimitado a una gran red de amigos, amigos de amigos y otros. La tecnología digital ofrece oportunidades sociales, de colaboración y de aprendizaje, pero también trae riesgos. Los mejores recursos para los estudiantes para mantenerse seguros son sus padres y ellos mismos. Al ser padres informados y al mantener la comunicación, usted le permite a su hijo(a) a experimentar los beneficios de la comunicación digital mientras permanecen seguros. Un riesgo que va en aumento para secundarias y preparatorias es el acoso en línea o acoso cibernético.

Nota: Para aprender más acerca de la seguridad en línea para los estudiantes además del acoso cibernético, vea la Guía de seguridad en línea para padres.

¿Qué es el acoso cibernético?

Como padre, probablemente usted conoce las tácticas tradicionales de acoso, como insultos y burlas frecuentes en los vecindarios, patios de recreo y autobuses. El acoso cibernético lleva al acoso a un nuevo campo de juego llamado espacio cibernético – el espacio donde la gente se comunica de manera digital. El acoso cibernético es el acoso que se da en línea o en teléfonos celulares. Se trata de amenazas constantes o de comunicación digital ofensiva enviada o publicada en línea a o acerca de una persona. El acoso cibernético puede ocurrir de las siguientes maneras:

- Enviando o publicando rumores vergonzosos o crueles o amenazas en línea o por medio de mensajes de texto
- Instigando el hostigamiento constante en línea
- Excluyendo intencionalmente a alguien de grupos en línea
- Enviando o publicando comentarios negativos, malos o vulgares, fotografías digitales vergonzosas (reales o alteradas digitalmente), o información o secretos personales
- Robando un nombre de usuario y contraseña o teléfono y después haciéndose pasar por la persona para dañar su reputación o causar problemas
- Grabando conversaciones telefónicas en secreto y después haciéndolas públicas en línea
- Creando encuestas polémicas o de mala intención
- Persiguiendo a una persona

Aunque cualquier grupo de edades es vulnerable, los adolescentes y adultos jóvenes son el blanco mas común; el acoso cibernético es un problema en cada vez mayor en las escuelas.

¿Dónde ocurre el acoso cibernético?

El acoso cibernético puede ocurrir en cualquiera de las herramientas de comunicación digital incluyendo:

- Blogs
- Salas de chat

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

- Correo electrónico
- Foros
- Sitios Web de juegos
- Mensajes instantáneos
- Llamadas por teléfonos móviles
- Sistemas de juegos en línea
- Fotos/videos
- Sitios de redes sociales
- Mensajes de texto
- Sitios Web
- Wikis

La variedad de plataformas en las cuales el acoso cibernético puede ocurrir a veces hace que el acoso cibernético sea casi imposible de evitar mientras está en línea. Los estudiantes de hoy, están en línea constantemente – casi todos los estudiantes tienen teléfonos celulares y alguna forma de acceso a la Internet.

¿Por qué es el acoso cibernético un problema?

Los estudiantes ven la tecnología como parte de su vida – son nativos de la era digital; la tecnología digital ha existido toda su vida. Como nativos de la era digital los estudiantes fácilmente se comunican con su red de amigos mediante computadoras, teléfonos celulares y sistemas de juegos.

La tecnología amplia los canales de comunicación para un desarrollo social positivo, colaboración con éxito, mayores oportunidades de aprendizaje, y amistades, pero también aumenta el alcance de aquellos que practican el acoso tradicional, y puede amplificar e intensificar el acoso en línea en un conflicto mundial real. La mayoría de la gente sabe quien lo está haciendo su víctima.

La gente que practica el acoso cibernético con frecuencia cree, erróneamente, que su identidad es anónima en línea. Ellos creen que sus intimidaciones son imposibles de rastrear. Otros perpetradores del acoso cibernético tal vez no saben que están acosando a otros porque no ven los efectos de sus acciones o como sus palabras y acciones pueden estar dañando a alguien en línea. Esta falta de conocimiento interpersonal – sentirse anónimo con seguridad o no ver los efectos de sus acciones – puede aminorar las inhibiciones y resultar en acoso que no ocurre en un entorno cara a cara. De acuerdo al Consejo de Prevención de Crimen (http://www.ncpc.org/cyberbullying), 81 por ciento de los adolescentes dijeron que ellos piensan que la persona que acosa no lo toma seriamente y piensa que es gracioso. Los adolescentes que participaron en la encuesta creen que la gente que acosa cibernéticamente:

- No creen que es de importancia
- No piensan acerca de las consecuencias
- Son animados por los amigos
- Creen que todos acosan cibernéticamente
- Creen que no los descubrirán

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

El acoso cibernético puede ser potencialmente mucho más devastador que el acoso fuera de la Internet. El acoso cibernético puede realizarse durante las 24 horas, 7 días a la semana y se puede convertir en una situación pública, rápidamente. Los mensajes de texto, correos electrónicos, blogs, fotografías, y otro contenido digital puede ser publicado en línea o re-enviado en correos electrónicos masivos, llegando a una audiencia grande rápidamente y posiblemente causando daños severos a la víctima a corto y largo plazo.

¿Qué tan común es el acoso cibernético?

Varios sitos Web tal como Cyberbully Alert (www.cyberbullyalert.com/blog/2008/08/cyber-bullying-statistics-that-may-shock-you/), mencionan estadísticas acerca de las "señales de advertencia" sobre de la creciente amenaza y repercusión del acoso cibernético. Los hallazgos fueron:

- 40 por ciento de todos los adolescentes con acceso a la Internet han reportado haber sido acosados en línea durante el último año (National Crime Prevention Center, http://www.ncpc.org).
- Las niñas son más propensas a ser acosadas que los niños, y entre más tiempo pasan en línea, más probable es que experimenten acoso cibernético (Pew Research Center, http://www.pewinternet.org).
- Sólo 10 por ciento de los niños que son acosados le dijeron a sus padres (National Crime Prevention Center).
- Sólo 15 por ciento de los padres están al tanto de los hábitos de sus hijos en redes sociales (National Crime Prevention Center).
- Los lugares más comunes para acoso cibernético son sitios de redes sociales (como Facebook), correo electrónico, y sistemas de mensajes instantáneos (National Crime Prevention Center).
- Mientras más de la mitad de los individuos que han sido acosados conocen a sus atacantes (Common Sense Media, http://www.commonsensemedia.org/), 43 por ciento no los conocen (Pew Research Center).
- 53 por ciento de los adolescentes aceptan haber enviado mensajes ofensivos (Common Sense Media).

Los usuarios frecuentes de Internet y de redes sociales experimentaron un nivel de acoso en línea más alto que el nivel promedio (Pew Research Center).

¿Cómo se sienten los jóvenes que han sido víctimas de acoso cibernético?

Como cualquier situación polémica, los estudiantes reaccionan de diferente manera al acoso cibernético dependiendo de las personas involucradas y de los eventos que rodean al acoso cibernético. De acuerdo al Centro de Investigaciones Pew (http://www.pewinternet.org), algunos estudios muestran que mientras a porciones significantes de adolescentes no les molesta el acoso cibernético, una tercera parte (34 por ciento) se siente angustiada por el acoso en línea. En el estudio, "angustiado" equivalía a "extremadamente o muy molesto o asustado."

Los estudiantes que enfrentan niveles estresantes de acoso cibernético experimentan Fuertes sentimientos que pueden repercutir en sus vidas fuera de estar en línea. El acoso cibernético puede hacer que su hijo(a) actué de una manera inusual, y algunas señales de angustia que pueden indicar que su hijo(a) está pasando por acoso en línea incluyen:

- Evitar la computadora, teléfono celular y otro aparato de comunicación digital

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

- Parecer enojado o estresado cuando recibe correo electrónico, mensajes instantáneos o mensajes
  de texto
- Evitar conversaciones acerca del uso de la computadora
- Alejarse de la familia y amigos
- Actuar de una manera renuente para asistir a la escuela y a eventos sociales
- Calificaciones bajas
- Muestra excesiva de sentimientos negativos tales como tristeza, enojo, frustración, impaciencia y falta de tolerancia
- Llorar sin razón aparente
- Tener problemas para dormir
- Mostrar niveles inusuales de enfermedades físicas, tal como dolor de estomago, dolor de cabeza o falta de apetito y vómito
- Mostrar señales de pensamientos de suicidio

Además, el acoso de cualquier tipo resulta en los siguientes efectos a corto o largo plazo (resumidos de ¿Qué pasa con el tiempo a aquellos que acosan y aquellos que son víctimas? por Patricia McDougall, Ph.D, Tracy Vaillancourt, Ph.D, y Shelley Hymel, Ph.D, obtenida de http://www.education.com/reference/article/Ref_What_Happens_Over/):

Posibles efectos a corto plazo:

- Ansiedad
- Soledad
- Baja auto estima
- Escasa aptitud social
- Depresión
- Síntomas psicosomáticos
- Alejamiento social
- Rechazo a la escuela
- Ausencia escolar
- Bajo rendimiento académico
- Quejas de salud física
- Escaparse de casa
- Uso de drogas y alcohol
- Suicidio

Posibles efectos a largo plazo:

- Altos niveles de depresión
- Ansiedad social

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

- Perfeccionismo patológico
- Mayor neuroticismo en su edad adulta
- El acoso en la niñez es una experiencia sumamente memorable; recuerdos de estos eventos se convierten en recuerdos traumáticos que continúan en la edad adulta.

¿Cómo pueden los padres ayudar a prevenir y proteger en contra del acoso cibernético?

Mientras las estadísticas son alarmantes, los padres, las escuelas y las organizaciones de seguridad pueden jugar un papel importante en ayudar a los niños a lidiar con el acoso cibernético. Usted puede leer la historia de una madre acerca de como ella ayudo a su hija a lidiar con el acoso cibernético en: www.huffingtonpost.com/michelle-renee/bullying-school-texting-c_b_437476.html. Como padre usted puede tomar acciones para ayudar a prevenir y proteger a su hijo(a) del acoso cibernético manteniendo abiertas las líneas de comunicación.

Riesgos únicos asociados con los niños

Ingenuidad, curiosidad, inocencia, deseo de independencia, miedo al castigo – estas características naturales de su hijo(a) en crecimiento, presentan retos para usted mientras trata de mantener seguro a su hijo(a). Siempre tenga en mente el desarrollo personal de salud de su hijo(a) cuando considere maneras de proteger y de comunicarse con su hijo(a). Al mostrarle a su hijo(a) que usted lo respeta como un individuo madurando, usted podrá mantener un canal de comunicación más abierto.

Hágase un experto en la tecnología

Antes de que pueda proteger a su hijo(a), usted necesita educarse. Usted debe convertirse en un sabio tecnológico y obtener experiencia de primera mano con aplicaciones en línea y herramientas digitales de comunicación. Para aprender acerca de la tecnología:

- Pase tiempo en línea y aprenda lo que se puede hacer en Internet.
- Haga que su hijo(a) participe pidiéndole que le muestre como usar la Internet o que comparta con usted lo que hace en línea. (Tenga paciencia y deje que su hijo(a) lo dirija. Usted no sólo aprenderá acerca de la Internet, también podrá darse una idea de que tan seguido usan los recursos en línea.)
- Establezca su propia página de red social y dígale a su hijo(a) que lo agregue como amigo.
- Unase a los cuartos de chat que visita su hijo(a).
- Envié y reciba mensajes de texto con su hijo(a) – ¡hasta se podría dar cuenta que su hijo(a) se abre mas con usted en un mensaje de texto que en el carro mientras maneja a la tienda!
- Send and receive text messages with your child – you might even find your child opens up to you more in a text message than he or she would on the drive to the store!
- Tómese el tiempo para que su hijo(a) lo enseñe como jurar un juego en línea, ya sea en la computadora o en un sistema de juego. (Aunque usted no esté interesado en los juegos, usted necesita saber lo que su hijo(a) está haciendo, como ocurre la comunicación, y como se siente su hijo(a) cuando juega. Tome interés en desarrollo del personaje de juego de su hijo(a) así como también en los logros, frustraciones y metas del juego de su hijo(a)).

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

Entre más conocimientos tenga acerca de los beneficios y riesgos de la tecnología, mejor preparado estará para mantener a su hijo(a) seguro.

Ubicación de la computadora

Una de las mejores formas de estar pendiente del acoso cibernético es mantener las computadoras de la casa en áreas sumamente visibles. Todas las computadoras en su casa (incluyendo la suya) deben ser colocadas en un cuarto de alto tráfico o que esté ubicado centralmente y que sea frecuentado por padres, y las pantallas deben ser fácilmente visibles. Usted posiblemente tendrá que cambiar su decoración ideal o lidiar con una área reducida para vivir, pero el intercambio valdrá la pena. Al mantener las computadoras de la casa en una ubicación central, usted puede:

- Naturalmente propiciar el estar juntos, lo que no se puede hacer si las computadoras están localizadas en recámaras o sótanos.
- Ser el ejemplo de buenos hábitos y costumbres de computación, tal como evitar scams o engaños en línea, borrar correos electrónicos sospechosos sin abrirlos, y evitar malware.
- Pase por ahí, y vea que está pasando, haga preguntas e intervenga cuando sea necesario.
- Esté listo cuando su hijo(a) quiera mostrarle un sitio Web o lo que le está diciendo un amigo en una sala de chat.

Otro beneficio de tener las computadoras en un lugar central y de alto tráfico, es que usted puede estimular interacciones positivas con si hijo(a). Por ejemplo, usted puede jugar un juego en línea con él o ella, algo tan simple como un rompecabezas, como Bejeweled o Scrabble; puede investigar sobre un tema del que hayan estado platicando, tal como unas vacaciones familiares o un hobby de interés para todos; o crear una presentación de fotografías o boletín para compartir con su familia extendida. El compartir proyectos en línea permite que usted y su hijo(a) aprendan cosas nuevas y permite que usted supervise sus actividades en línea.

Hablar hablar hablar

Los padres que tienen el mayor impacto en mantener a sus hijos seguros en línea establecen y mantienen líneas de comunicación abiertas. Como padre, sea proactivo – no espere a que su hijo(a) venga a usted con un problema. Empiece el dialogo en la casa, asegúrese de que su hijo(a) entiende lo que es el acoso cibernético. Haga preguntas que provoquen una discusión tales como:

- ¿Por qué crees tú que la gente acosa cibernéticamente a otros?
- ¿Cómo te haría sentir a ti el acoso cibernético? ¿Alguna vez te has sentido así?
- ¿Has mandado alguna vez un correo electrónico, mensaje de texto o mensaje instantáneo ofensivo?
- ¿Alguna vez has dicho o publicado cosas malas a otros cuando juegas en línea, ya sea por computadora o televisión?
- ¿Cómo reaccionarías si alguien creara un perfil falso en una red social y lo usara para burlarse de otro estudiante?
- ¿Cómo reaccionarias si tu amigo te enviara un mensaje de texto que incluyera una foto vergonzosa de otro estudiante?
- ¿Cómo te puedes proteger tu mismo del acoso cibernético?

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

- ¿Qué puedes hacer si eres víctima de acoso cibernético?
- ¿Qué puedes hacer si sabes que alguien está siendo víctima de acoso cibernético?
- ¿Qué puedes hacer si ves que alguien está siendo víctima de acoso cibernético?
- ¿Cuales crees tú que son los efectos del acoso cibernético?

Dígale a su hijo(a) que puede venir a usted cuando tenga alguna pregunta o preocupación acerca del comportamientos en línea. Aliéntelos a decirle inmediatamente cuando el o ella sospechen que se está llevando a cabo acoso cibernético sin importar si el acoso es para él o ella o para otros en línea. El acoso cibernético es dañino e inaceptable en todas sus formas.

Medidas de prevención

Como padre, usted cruza una línea divisoria muy delgada entre respetar la privacidad de su hijo(a) y mantenerlo(a) seguro. Idealmente, la comunicación abierta resolverá muchos problemas, pero en algunas ocasiones las preocupaciones por la seguridad pueden invalidar la privacidad. Por consiguiente antes de que ocurra el acoso cibernético, tome medidas preventivas y platique el plan de su familia con su hijo(a). Algunas medidas de prevención que usted puede implementar incluyen:

- Dígale a su hijo(a) que usted puede revisar la comunicación en línea, incluyendo correo electrónico, sitios de redes sociales, mensajes de texto y conversaciones por chat. Revisarla trabaja en dos niveles. Primero, le permite a usted ver cuando otros están cometiendo acoso cibernético o actuando de una forma inapropiada hacia su hijo(a), y segundo, permite que su hijo(a) piense dos veces antes de publicar o enviar contenido.
- Considere usar el control parental de su navegador o instalar software de control parental para ayudar a controlar cuales sitios puede visitar su hijo(a). Algunos sitios que visitar para más información son Get Net Wise (http://kids.getnetwise.org/tools/) y La guía de padres de Yahooligans! (http://kids.yahoo.com/parents/online-safety). Esto funciona así es que no confíe en estos. Una vez más, ¡La comunicación es lo principal!
- Reclute a otros adultos como aliados, incluyendo otros padres, el especialista de medios de la escuela, bibliotecarios, maestros, consejeros y hasta pediatras. También puede pedir la ayuda de sus instituciones religiosas o clubes y usarlos como recursos para ayudar a promover las interacciones positivas en línea.
- Revise las opciones y el perfil de cada herramienta que use su hijo(a) para comunicarse en línea – sitios de redes sociales, blogs, sistemas de juego en línea, etc. – y asegúrese de que limite quién puede ver la información y qué información es proporcionada.
- Ponga reglas claras para el uso de la computadora designando cuales sitios son apropiados, cuánto tiempo puede pasar en la computadora su hijo(a), y que está permitido hacer. Promueva el diálogo para que su hijo(a) pueda sugerirle sitios y contribuir sus opiniones acerca de cuáles sitios son considerados aceptables. Al trabajar con su hijo(a) para desarrollar las “reglas de casa”, su hijo(a) se sentirá más interesado en las reglas y tendrá más probabilidad de hablar con usted cuando quiera revisar o modificar las reglas.
- Además, el poner reglas puede mantener a su hijo(a) y su computadora seguros, así como ayudar a proporcionar balance entre el uso de la computadora y otras actividades. Recuérdele a su hijo(a) que las reglas no son creadas por castigo; son creadas para ayudar a establecer expectativas consistentes, y a fomentar paz y balance en el hogar.

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

- Limite a la gente que puede enviar comunicaciones ayudando a su hijo(a) a crear listas de amigos seguros, usando la característica de Bloquear cuando sea necesario, y controlando perfiles, tal como especificando “Amigos solamente” en sitios de redes sociales.
- Limite a otros a agregar a su hijo(a) como su cuate. Esta característica esta generalmente en los controles de privacidad o en los controles parentales de un programa de comunicación.
- Haga una búsqueda de su hijo(a) en “Google” para asegurarse de que otros no están publicando ataques en línea. Mantener vigilados la pantalla, apodos, nombre completo, dirección, teléfono y teléfono celular, y sitos Web puede ayudarle a encontrar señales tempranas de acoso cibernético. También puede establecer una “alerta” en Google para notificarle cada vez que sea publicado algo acerca de su hijo(a) en línea.
- Platique como debe responder su hijo(a) cuando ocurra el acoso – ignorando, reportando y diciendo (vea la siguiente sección para mas detalles). Al saber que hacer antes de que ocurra un ataque, su hijo(a) podrá responder apropiadamente en lugar de emocionalmente.
- Establezca un proceso de comunicación de acoso cibernético antes de que lo necesite. Usted no puede estar al lado de su hijo(a) todo el día, pero puede crear un plan con su hijo(a) para ayudarle a documentar ataques e informarle acerca de la actividad si usted no está disponible a la hora que el ataque ocurra.

Si su hijo(a) es víctima de acoso cibernético

Aún con precauciones y medidas preventivas establecidas, el acoso cibernético puede ocurrir. Si es así, recuérdele a si hijo(a) que ignore el ataque, que lo reporte al moderador o administrador del sitio y que le diga a un adulto de confianza.

- Ignore: El primer paso no toma ninguna acción – Ignorar – pero es la acción más efectiva que su hijo(a) puede tomar cuando su hijo(a) experimenta un ataque de acoso cibernético por primera vez. Responder a un ataque solo propiciara que la persona que lo hizo continúe. Además, el responder hará más difícil que hará más difícil de determinar quien propició el ataque después.
- Reporte: Reportar un ataque a un administrador o moderador ayuda porque el ataque entonces “estará registrado.” Si no hay un moderador o administrador disponible a través de correo electrónico o mensaje de texto, salve la comunicación e imprímala si es posible. Si el ataque es en su computadora, tome una foto de su pantalla y sálvela o imprímala. (Consejo: Para tomar una foto fácilmente de una pantalla de computadora, use el botón de “Print Screen” en el teclado y pegue la foto en un programa de gráficas.)
- Diga: Decirle a un adulto de confianza permite que su hijo(a) hable acerca del incidente en un ambiente seguro y que tenga a alguien a quien pedir ayuda si el acoso cibernético continúa. Si el acoso cibernético aumenta, podría haber la necesidad de tomar acciones legales.

Un resumen conciso de los pasos que usted y su hijo(a) deben seguir cuando ocurre acoso cibernético aparece en el sitio Web Teenangels (http://www.teenangels.org/parents/cyberbullying_guide.html). Teenangels ofrece la guía “The Escalating Levels of Response to a Cyberbullying Incident” (“Los intensos niveles de respuesta a un incidente de acoso cibernético”), la cual incluye algunas de las recomendaciones mostradas aquí:

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

- Evite empeorar la situación. No responda a la hostilidad.
- Documente el acoso cibernético. Guarde un registro de correos electrónicos, paginas Web, mensajes instantáneos, mensajes de texto, o cualquier otra forma de acoso cibernético, incluyendo fechas y horas relevantes.
- Bloquee a la persona que envía los mensajes. Usted y su hijo(a) pueden y deberían bloquear cualquier agresor o contacto fastidioso. La mayoría de los proveedores de Internet (ISPs,) los programas de correo electrónico, teléfonos celulares, sitios de redes sociales, y programas de mensajes instantáneos ofrecen una característica de bloqueo para permitirle prevenir a ciertos usuarios que se comuniquen con usted.
- Reporte el acoso cibernético al proveedor de Internet del atacante/o al host de su correo electrónico (tal como gmail)/compañía de teléfono celular si su hijo(a) está recibiendo mensajes amenazadores o es acosado. En la mayoría de los casos el acoso cibernético y la hostilidad violan los términos de servicio de los proveedores de Internet (ISP's) y de las compañías de teléfono. Muchas compañías cerrarán la cuenta de una persona que está cometiendo acoso cibernético (la cual también cerrará la cuenta de los padres en la mayoría de los casos).
- Reporte el acoso cibernético a su proveedor de Internet/o host de correo electrónico (tal como gmail)/compañía de teléfono celular y al proveedor de Internet/compañía de teléfono celular del atacante si la cuenta de su hijo(a) ha sido robada, si una contraseña ha sido puesta en peligro, o si alguien se está haciendo pasa por su hijo(a). Usted puede llamar a la compañía o enviar un correo electrónico al departamento de seguridad.
- Reporte el acoso cibernético a su escuela aunque los oficiales de la escuela no puedan hacer nada al respecto ya que la mayoría de los casos de acoso cibernético ocurren fuera de la escuela y después de horas escolares. Mientras los oficiales de la escuela no pueden tomar una acción legal en un evento de acoso cibernético especifico, ellos pueden estar pendientes de la situación en la escuela, ya que muchos de los ataques de acoso cibernético son acompañados por acoso fuera de línea también. El consejero o administrador de la escuela también puede alertar a los padres acerca de las personas involucradas para pedir su ayuda y parar el acoso cibernético.
- Reporte el acoso cibernético a la policía cuando involucre amenazas de violencia, extorción, obscenidades, crímenes de odio, o pornografía de menores, o si la persona está publicando detalles acerca de la información fuera de línea de su hijo(a). Si usted siente que su hijo(a) o alguien que usted conoce está en peligro, contacte a la policía inmediatamente y pare el contacto con el atacante, estando fuera de línea si es necesario. También, mantenga los ajustes intactos para ayudar en cualquier investigación.
- Tome acción legal cuando el acoso cibernético continúa después de tomar las acciones antes mencionadas. Mientras el acoso cibernético puede estar cerca de violar la ley, muchas veces no cruza la línea lo suficiente para ser un crimen. En casos extremos, sin embargo, la amenaza de acción legal puede ser necesaria para parar los ataques o saber quién está detrás del ataque.

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

Cuando el hijo(a) de alguien más está involucrado

Cuando usted o su hijo(a) saben de alguien que está siendo víctima de acoso cibernético usted puede ayudar a la persona ofreciéndole apoyo. Su hijo(a) puede enviar mensajes de apoyo privados u ofrecer apoyo en persona, especialmente cuando la persona que está siendo acosada es un amigo. Además, comparta su conocimiento acerca del acoso cibernético con los padres de la persona o maestro, o actué como el "adulto de confianza" para el niño y hable con el niño acerca de formas de evitar el acoso cibernético y estar protegido. Use los consejos en la sección anterior para apoyar a un niño que es víctima del acoso cibernético.

Cuando su hijo(a) es el acosador cibernético

Tan difícil como sea admitirlo, algunos padres deben enfrentar la posibilidad de que su hijo(a) pueda estar cometiendo acoso cibernético. Algunas señales que hay que observar si usted está preocupado de que su hijo(a) pueda estar acosando a otros incluyen:

- Su hijo(a) ha estado involucrado en incidentes de acoso en la escuela o ha sido el blanco de acoso.
- Su hijo(a) rápidamente cambia ventanas, cierra programas, o esconde su teléfono celular cuando usted entra a su cuarto.
- Su hijo(a) se ríe excesivamente cuando trabaja en línea o cuando usa el teléfono.
- Su hijo(a) usa múltiples cuentas en línea, o la cuenta de otra persona.
- Su hijo(a) pasa una cantidad de tiempo inusual usando la computadora o el teléfono celular.
- Su hijo(a) se enoja demasiado cuando se le niega el uso de la computadora o teléfono celular.

Mientras que las señales anteriores pueden indicar otros problemas, considere las actividades como "señales de advertencia" que algo puede estar pasando que necesita su atención. Para empezar a intervenir en actividad sospechosa y proteger a su hijo(a) de consecuencias por acosar cibernéticamente a otros, usted puede:

- Aumentar la supervisión de la computadora de su hijo(a), juegos y actividad en el teléfono celular.
- Pasar más tiempo con su hijo(a) y aprender acerca de sus amigos, actividades e interacciones en la escuela.
- Establecer reglas claras y cumplirlas consistentemente. Elogiar a los miembros de su familia cuando siguen las reglas y cumplir su palabra con consecuencias no violentas cuando las reglas no son respetadas. Haga la consecuencia relevante a la regla. Por ejemplo, si su hijo(a) envía mensajes de texto durante "la hora de no electrónicos" de su familia, una consecuencia apropiada sería que su hijo(a) pierda el privilegio de usar el teléfono durante el resto del día o por una hora extra al día siguiente.
- Hágase un experto en la tecnología. Los recursos en línea están extensamente disponibles en línea. Además, los proveedores de servicios de Internet y de teléfonos celulares probablemente pueden proporcionar información que le ayudaría.
- Sea ejemplo de respeto, amabilidad, paciencia y empatía. Trate bien a otros, incluyendo a su hijo(a). Si usted trata a su hijo(a) con respeto, amabilidad, paciencia y empatía, su hijo(a)

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

aprenderá de su ejemplo. Esté consciente de que esto toma tiempo a largo plazo, un esfuerzo consistente y dedicación.

- Básese en los intereses y talentos de su hijo(a) animándolos a hacer actividades fuera de línea, tales como clubs, clases de música, deportes no violentos y ayudando como voluntarios.
- Comparta sus preocupaciones con el maestro(a) de su hijo(a), consejero, director u otro adulto respetado. Trabajen juntos para enviar un mensaje claro a su hijo(a) que todo el acoso debe parar.
- Si es necesario, hable con un consejero escolar o profesional de salud mental.
- Explíquele a su hijo(a) que el acoso cibernético y las agresiones en línea pueden tener consecuencias a largo plazo en el distrito escolar, o en niveles estatales, federales y civiles, incluyendo en ser mandado a su casa de la escuela (si su hijo(a) está usando propiedad de la escuela para cometer acoso cibernético a otros), expulsión de la escuela, acuso de cometer un crimen, arresto por un oficial de policía, o hasta demandado por otra familia.

Por último, la herramienta mejor de un padre es la comunicación – ya sea su preocupación la de prevenir, proteger, o eliminar el acoso cibernético en su casa. Esté pendiente e informado, y más que nada, comuníquese con su hijo(a) – los dos tienen mucho que ganar.

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

Recursos

Agresión y victimización en Mensajes instantáneos, blogging e interacciones cara a cara
(Aggression and Victimization in Instant Messaging, Blogging, and Face-to-Face Interactions)
Kelly M. Lister, M.A. & Eric F. Dubow, Ph.D.
http://www.education.com/reference/article/bullying-instant-messaging-blogging/

Asociacion Americana de administradores de escuelas
(American Association for School Administrators)
http://www.aasa.org/content.aspx?id=11652&terms=cyber+bullying

Agente del ministerio público de Pensilvania
(Attorney General of Pennsylvania)
http://www.attorneygeneral.gov/kid_site/documents/elementaryschool/cyberbullying.pdf

Centro para el uso seguro y responsable de la Internet
(Center for Safe and Responsible Use of the Internet)
http://www.cyberbully.org/cyberbully/docs/cbcteducator.pdf

Los niños en línea: Acoso cibernético y hostilidad en línea
(Children Online: Cyberbullying and Online Harassment)
http://www.childrenonline.org/resourceinfo/cyberbullying.html

Common Sense Media
http://www.commonsensemedia.org/cyberbullying-tips

CyberBullyHelp.com
http://www.cyberbullyhelp.com/whatis.html

Centro de investigación de acoso cibernético
(Cyberbullying Research Center)
http://www.cyberbullying.us/

Cyberbullying.org
http://www.cyberbullying.org/

Education.com
http://www.education.com/topic/what-you-need-to-know-cyberbullying

¿Cómo está relacionado el acoso en la escuela con el acoso cibernético?
(How is bullying at school related to cyberbullying?)
http://www.education.com/reference/article/school-bullying-related-to-cyberbullying/

Education.com and iKeepSafe Acoso cibernético: Un problema antigüo con una nueva cara
(Cyberbullying: An Old Problem with a New Face)
http://www.education.com/reference/article/bullying-evolved-with-technology/

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

GetNetWise: Herramientas para familias
(GetNetWise: Tools for Families)
http://kids.getnetwise.org/tools

Consejo nacional de prevención del crimen: Acoso cibernético
(National Crime Prevention Council: Cyberbullying)
http://www.ncpc.org/cyberbullying

Research on Cyberbullying: Key Findings and Practical Suggestions
Neil Tippett, PhD, Fran Thompson, PhD, & Peter K Smith, PhD
http://www.education.com/reference/article/cyberbullying-research/

Netbullies
http://www.netbullies.com/

NetSmartz
Qué hacer cuando su hijo es víctima de acoso cibernético
(What To Do When Your Child is the Victim of Cyberbullying)
http://www.education.com/reference/article/cyberbullying-when-your-child-is-victim/

NYU Study Center La Internet en la casa: Haciéndola funcionar para usted y sus hijos
(The Internet at Home: Making it Work for You and Your Kids)
http://www.education.com/reference/article/keep-kids-safe-on-internet/

Pew Foundation
Acoso cibernétco y los adolescentes en línea
(Cyberbullying and Online Teens)
http://www.education.com/reference/article/cyberbullying-facts/

Parar el acoso cibernético
(Stop Cyberbullying)
http://www.stopcyberbullying.org/

Parar el acoso cibernético: Página para padres
(Stop Cyberbullying, Parents Page)
http://www.stopcyberbullying.org/parents

Teenangels: Cyberbullying Guide
http://www.teenangels.org/parents/cyberbullying_guide.html

U.S. Department of Health and Human Services
http://www.stopbullyingnow.hrsa.gov/adults/cyber-bullying.aspx

Wikipedia: Cyberbullying
http://en.wikipedia.org/wiki/Cyberbullying

© 2010 Learning.com. All rights reserved.

Wired Kids, Inc.
http://www.wiredkids.org/wiredkids_org.html

Wired Kids, Inc, Stop Cyberbullying
http://www.stopcyberbullying.org/what_is_cyberbullying_exactly.html

Wired Safety
http://www.wiredsafety.org/
(este sitio incluye una forma para reporter en línea)

Yahooligans! Parents' Guide: Cyber-Bullying
http://kids.yahoo.com/parents/online-safety/1705--Cyber-Bullying

© 2010 Learning.com. All rights reserved.