



Boletín Informativo de Ciberseguridad

CYBERBULLYING

Descripción:

El ciberacoso, también conocido como acoso cibernético o cyberbullying, es el uso de las Tecnologías de la Información y de la Comunicación (como Internet y los teléfonos celulares) para hacer que otra persona se sienta enojada, triste o asustada, generalmente una y otra vez. Los medios habituales con los que se puede realizar el ciberacoso son: smartphones, chats, SMS, foros, juegos online, blog o a través de email, publicar fotos o videos vergonzosos en las redes sociales y difundir rumores maliciosos en línea.

¿Por qué ha aumentado el ciberacoso durante la pandemia?

Parte del problema surge debido a que ahora gran parte de los trabajos y la enseñanza se realizan en línea, pero durante la cuarentena también aumentó el tiempo libre, el cual al no poder realizar actividades fuera de casa, se realizan principalmente en línea. Antes se podía ir a gimnasios, fiestas, clases o cualquier otra actividad fuera de casa, pero debido a la cuarentena, gran parte del entretenimiento y actividades de ocio se realizan por medio del internet.

¿Qué debo hacer si mi hijo es acosado en línea?

Descubrir que su hijo ha sido víctima de ciberacoso es un tema sensible para los padres. Es posible que usted o su hijo quieran tomar represalias, pero es mejor ayudar a su hijo a suavizar la situación, protegerse y realizares esfuerzos racionales para detener el acoso. Estos son los pasos inmediatos que recomendamos a los padres:

- Reafirme a su hijo que usted lo ama y lo apoya.
- Ayude a su hijo a alejarse de la computadora o dispositivo electrónico y tomarse un descanso.
- Si puede identificar al acosador, considere hablar con sus padres.
- Considere además ponerse en contacto con la escuela. Si el acoso está sucediendo en línea, es posible que también esté sucediendo fuera de línea.



Boletín Informativo de Ciberseguridad

- Empodere a su hijo con pasos específicos que él o ella puedan seguir.

¿Qué puedo decir a mi hijo si está siendo acosado?

Es posible que los niños no siempre reconozcan las burlas como acoso. Además, algunos niños pueden sentir mucha incomodidad o vergüenza de hablar con sus padres. Por eso es importante hablar sobre el comportamiento digital y en línea antes de que su hijo empiece a interactuar con otros en línea y a través de dispositivos electrónicos. Con el fin de preparar a su hijo para navegar en Internet y tener un teléfono celular, o si usted sabe que su hijo ha sido víctima de acoso en línea, méncionele estos pasos que él o ella pueden seguir de inmediato:

Apagar la computadora.

Ignorar los ataques y alejarse del acosador cibernético.

No responder ni tomar represalias.

Cuando se está enojado o herido, se pueden decir cosas de las que después nos arrepentimos.

Los acosadores siempre quieren que reacciones, por lo que no hay que hacerles saber que su plan ha funcionado.

Bloquear al acosador.

Si recibes mensajes malintencionados a través de mensajes instantáneos o de un sitio de redes sociales, elimina a la persona de tu lista de amigos o contactos.

También puedes borrar los mensajes de los acosadores sin tener que leerlos.

Guardar e imprimir los mensajes de acoso.

Si el acoso continúa, guarda la evidencia.

Esta puede ser una prueba importante para mostrar a los padres o a los maestros si el acosador no se detiene.

Hablar con un amigo.

Cuando alguien te hace sentir mal, a veces puede ayudar hablar de la situación con un amigo.

Contarle a un adulto de confianza.



Boletín Informativo de Ciberseguridad

Un adulto de confianza es alguien que crees que te escuchará y que tiene las habilidades, el deseo y la autoridad para ayudarte.

Contarle a un adulto no es ser murmurador: es abogar por ti mismo. Incluso si el acoso sucede en línea, tu escuela probablemente tenga reglas al respecto.

Referencias Bibliográficas:

- Child Mind Institute, Cómo ayudar a los niños a lidiar con el cyberbullying, disponible en: <https://childmind.org/es/articulo/como-ayudar-a-los-ninos-a-lidiar-con-el-cyberbullying/>