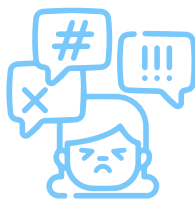


¿Cómo actuar si mi hijo o hija es víctima de *bullying*?

Este material es de carácter educativo e informativo únicamente, no sustituye ni reemplaza la consulta médica, y en ningún caso deberá tomarse como consejo, tratamiento o indicación médica. Ante cualquier duda deberá consultar siempre a su médico tratante.



Los padres y madres pueden tener un rol protagónico en la prevención del bullying. Pero, ¿qué hacer si ya es demasiado tarde y tu hijo o hija es víctima de acoso o intimidación? El siguiente, es un resumen de consejos brindados por especialistas¹.



- 1. Maneja tus propios sentimientos primero:** procura mantener la calma y transmitir seguridad y una sensación de protección a tu hijo o hija.
- 2. Busca que te cuente la historia:** sé gentil a la hora de recopilar la información sobre el o los incidentes, tomando nota de los detalles y midiendo tu nivel de participación en las soluciones. Establece, por medio del diálogo, un escenario para resolver juntos los problemas que se puedan o incluso con el personal de la escuela.
- 3. Recoge evidencias:** si se trata de un episodio de acoso cibernético, recopila datos y toma capturas de pantalla. Ayuda a bloquear a la persona acosadora y denúnciala en la plataforma o con las autoridades respectivas.
- 4. Toma decisiones respecto a conversar con los padres de otros niños involucrados y con el personal de la escuela:** cada situación de acoso es diferente pero, en general, busca tener diálogos constructivos y donde se busque un resultado **ganar-ganar**.
- 5. Controla tus sentimientos cuando hables con el personal de la escuela:** recuerda que buscas garantizar la seguridad emocional y física de tu hijo o hija. Es recomendable que tengas un enfoque colaborativo de resolución de problemas.
- 6. Observa si la escuela tomó medidas:** acude a otras instancias si ves que la escuela está fallando en ofrecer un ambiente seguro o protecciones especiales para el acoso. Si la intimidación es grave o continua y la escuela no responde, retira a tu hijo o hija de la situación insegura.
- 7. Pasa momentos especiales con tu hijo o hija:** bríndale amor, afecto y apoyo para agilizar su recuperación.

Referencias:

¹ Revista Greater Good. What Can Parents Do About Bullying? Disponible en https://greatergood.berkeley.edu/article/item/what_can_parents_do_about_bullying Último acceso en agosto de 2022.