

Informe a los PADRES

Cómo Eliminar la Intimidación

Según las últimas investigaciones uno de cada tres niños están directamente implicados en situaciones de intimidación o acoso escolar ya sea como autor, víctima o ambos. Muchos niños que no están directamente involucrados son testigos cuando otros niños sufren intimidación de forma regular. Los padres, al igual que las escuelas, tienen el poder para reducir los casos de intimidación. Las siguientes son algunas sugerencias sobre cómo usted puede ayudar.

Converse con y escuche a sus niños.

Converse con sus niños todos los días, haciéndoles preguntas sobre sus actividades con los compañeros de escuela y vecindario, acerca de lo que hacen entre las clases y durante la hora del recreo, con quien almuerzan o lo que ocurre de ida o regreso de la escuela. Si su niño se siente cómodo conversando con usted acerca de sus compañeros antes de estar implicado en una situación de intimidación, entonces es más probable que la involucre en la situación después.

Sea un ejemplo de amabilidad y liderazgo.

Cuando usted se enfada con un cajero, otro conductor en la calle, o aun con su niño, usted tiene una oportunidad para modelar técnicas efectivas para la comunicación. Cada vez que usted converse con otra persona de una forma abusiva, usted le esta enseñando a su niño que la intimidación es aceptable.

Aprenda las señales.

La mayoría de los niños no avisan cuando han sido intimidados. Aprenda a reconocer las posibles señales de la persecución, tales como la pérdida frecuente de efectos personales, dolores de estomago, evitar la hora de recreo o actividades escolares y llegar tarde o muy temprano a la escuela. Converse con su niño y su maestro sobre lo que esta ocurriendo en la escuela y busque maneras de observar las interacciones de su niño para determinar si sus sospechas pueden ser validas.

Establezca hábitos saludables contra la intimidación temprano.

Ayude a desarrollar hábitos contra la intimidación y persecución para su niño a partir de los años preescolares. Ayúdelo a aprender lo que no debe hacer—golpear, empujar, atormentar, o comportarse mal con los demás. Ayude a su niño a reflejar sobre como estas conductas pueden afectar al niño que las

recibe. Enséñele a sus niños las destrezas críticas para mantener buenas relaciones con los compañeros— la bondad, empatía, justicia, y los turnos. Los niños también deben aprender a decir “no” con firmeza si experimentan u observan la intimidación. Practique con sus niños para que sepan lo que deben hacer si los otros niños se comportan mal. Ellos pueden por ejemplo, buscar a un adulto de inmediato, decirle al

niño que está atormentando o intimidando que debe dejar de hacerlo, o ignorarlo y buscar a otro compañero con quien jugar.

Establezca reglas en el hogar.

Asegúrese de que su niño comprenda que si él o ella sufre de intimidación física, verbal o social, es seguro e importante que le avise a usted—y que usted le ayudará. Los niños también necesitan saber lo que es la intimidación (muchos niños no saben que están intimidando a los demás), y que tal conducta

es dañina, además de inaceptable.

Enséñele a su niño cómo puede ser un espectador positivo.

Aunque nunca es la responsabilidad de los niños ponerse en peligro, ellos a menudo pueden difundir una situación de acoso por medio de gritar “Stop! Eso es intimidación” o “Hey, eso no es buena onda.” Los niños también se pueden ayudar por medio de apoyar a la víctima, y no darle atención extra a la conducta abusiva, y al reportar lo que vieron a un adulto.

Los esfuerzos para tratar efectivamente con la intimidación requieren la colaboración de la escuela, hogar y comunidad. El acoso es un problema serio, pero si trabajamos juntos, es uno que podemos impactar.

Por Shelley Hymel, Amanda Nickerson, & Susan Swearer.

