

Ayudemos a los niños a luchar contra el ciberbullying y otros comportamientos crueles por Internet

La mayoría de los niños se enfrentan a comportamientos crueles en algún momento de sus vidas digitales. Para algunos niños, esta experiencia es un traspie que olvidan fácilmente, mientras que para otros, puede tener profundos efectos duraderos. Para los padres, la clave está en mantenerse involucrados en las vidas de sus hijos - tanto dentro como fuera de Internet - de modo de poder intervenir y ofrecerles ayuda, de ser necesario. Con la guía de sus padres y educadores, los niños pueden aprender a evitar el drama y defender a otros.

Lean estos 6 consejos 



Definan sus términos.

Asegúrense de que sus hijos entiendan qué es el ciberbullying: palabras o comportamientos crueles e hirientes, reiterados y no deseados que se expresan por Internet (a través de mensajes de texto, publicaciones en redes sociales, foros de chat, etc.).



Pregunten por la vida virtual de los niños.

Así como les preguntan a sus hijos cómo durmieron, si hicieron ejercicio o qué comieron, manténganse informados de cómo marchan las cosas en sus vidas virtuales. ¿Con quién conversan por chat? ¿Cómo se tratan las personas en los juegos y en los sitios que utilizan?



Intercambien roles.

Si sus hijos sienten que pueden tener dificultades para evitar el drama digital, prueben distintas formas en las que puedan salir de estas situaciones sin malas consecuencias. Dialoguen con ellos sobre las palabras que pueden usar, formas para llevar sus conversaciones en un sentido positivo, etc.



Ayudemos a los niños a luchar contra el ciberbullying y otros comportamientos crueles por Internet

4

Alienten a los niños para que defiendan a los demás.

Expliquen a sus hijos que apoyar a un amigo o conocido que está siendo víctima de bullying puede marcar una diferencia importante. Si se sienten seguros para confrontar al agresor, deben hacerlo. De lo contrario, enviar un mensaje privado a la víctima puede ser suficiente para ayudarla en un mal momento. También es importante oponerse a las expresiones de odio.

5

Tomen descansos.

Si advierten que sus hijos se ven inmersos en el drama digital, ayúdenlos a tomar un descanso. Lo ideal es que ellos mismos pueda darse cuenta cuándo es necesario dar un paso atrás, pero también puede necesitar un poco de ayuda para poner límites. Apagar los dispositivos a una determinada hora del día y hacer descansos a la hora de comer y durante las interacciones personales puede ayudar a los niños a recargar energías.

6

Repasen los pasos a seguir en el peor de los casos.

Repasen qué hacer si sus hijos son víctimas de ciberbullying. En primer lugar, dar un paso al costado. Ignorar al agresor puede ser muy eficaz. Si el bullying continúa, tomar capturas de pantalla o imprimir evidencia. Luego, bloquear a la persona. Si las cosas empeoran, contarle la situación a un adulto de confianza. Hablen con sus hijos acerca de quiénes son esos adultos de confianza y asegúrense de que tengan información para contactarlos.



No es ciberbullying, pero...

Aunque el comportamiento de alguien en línea no cumpla con la definición, aun así puede herir. Por [Christine Elgersma](#)

Una estudiante ve a un grupo de muchachas caminando hacia ella por el pasillo. Una de ellas ha sido su mejor amiga desde segundo grado, pero ella no conoce a las demás muy bien. Ella las saluda al pasar. Todas la ignoran o ponen los ojos en blanco, incluso su amiga. Unos pasos más adelante, secretean unas con otras y la miran mientras se ríen tapándose la boca con la mano.



Aunque todos estemos de acuerdo que las muchachas en esta situación están actuando con crueldad, ¿podríamos llamar esto “bullying”?

Estas situaciones “DLR” (de la vida real) ocurren constantemente, y a veces se extienden también a la vida digital. Y a pesar de que los insultos, la exclusión y hasta la agresión directa no siempre cumplen con la definición técnica de **ciberbullying** —acoso continuo y personal por un período de tiempo a través de medios digitales de comunicación— aun así hieren.

El mejor remedio para todos estos problemas es la prevención y la educación: Enseñar a los jóvenes lo que significa ser respetuoso y amable y **un ciudadano digital responsable** puede eliminar muchos problemas desde el comienzo. Pero si algún problema surge, es bueno que los padres entiendan lo que está ocurriendo, y cómo ellos pueden ayudar.

De modo que, dejando a un lado el ciberbullying simple y puro, ¿cuáles son algunas de las razones por las que nuestros hijos pueden estar malhumorados y tristes debido al comportamiento de otros en línea?

Ghosting (Desaparición). Cuando un amigo corta el contacto en línea con otro y deja de responder a sus comunicaciones, esa acción se llama *ghosting* (del inglés *ghost*, que significa “fantasma”). Negarse a responder a los textos o mensajes de Snapchat de alguien es en realidad un modo de comunicación durante algún cambio o trastorno en las relaciones entre un grupo de amigos. Con frecuencia, en lugar de abordar el problema directamente, los jóvenes simplemente ignoran a la persona en cuestión.

- **Cómo reaccionar.** Ser ignorado es duro. En vez de recurrir a esa antigua lección de: “Si te ignoran está claro que no son de verdad tus amigos”, trate de **empathize** y validar los sentimientos de su hijo o hija. Si su adolescente está dispuesto a hacerlo, anímelo a intentar una conversación cara a cara con los que lo están ignorando. Si eso es demasiado difícil, sugiérole que deje de tratar de que le respondan; ellos podrán tal vez dejar de portarse así, pero si no, su adolescente puede seguir su vida.

Subtuitear (Subtweeting). Cuando alguien envía un mensaje o publica algo por Twitter acerca de una persona en particular, pero sin marcar o nombrar a esa persona, esa acción se llama subtuitear (*subtweeting*). Por lo general, se trata de mensajes críticos o abiertamente crueles. Como la persona de la que se habla no está marcada (*tagged*) o siquiera nombrada en la mayoría de los casos, es posible que ni se entere de lo que está ocurriendo hasta que alguien le avise.

- **Cómo reaccionar.** Si su hijo o hija descubre que alguien ha estado subtuiteando acerca de él o ella, tendrá unas cuantas opciones según quién lo esté haciendo. Si es un amigo que de pronto lo ha traicionado, hay la oportunidad de confrontarlo cara a cara. Si se trata de una persona que no conoce bien o con la que tiene algún conflicto, lo mejor es ignorarlo. Librar una guerra por **Twitter** (o entrar en un conflicto en cualquier otra plataforma) casi siempre intensifica el problema.

Cuentas falsas. A veces los jóvenes crean cuentas falsas a nombre de otra persona y luego usan esa cuenta para fomentar problemas o causarle daño a esa persona. En la mayoría de los casos, no hay manera de averiguar quién creó la cuenta falsa, y aun si la cuenta se cierra, es fácil para la persona simplemente crear otra.

- **Cómo reaccionar.** Lidar con cuentas falsas es difícil porque se quita una y sale otra. Pero un joven que sea víctima de cuentas falsas debe tratar de defenderse activamente reportándolas y bloqueándolas. Los jóvenes también deben avisarles a sus amigos de lo que está pasando para que se sepa la verdad. También para arruinarle la diversión a la persona que está creando las cuentas falsas.

Compartir mensajes y fotos humillantes. Tomar autorretratos (*selfies*) y fotos en grupo con teléfonos portátiles es una parte normal de la vida de los adolescentes. Pero a veces los jóvenes se toman fotos que, aunque parezcan divertidas en el momento, podrían resultar humillantes si se comparten con muchas personas o si se les añade un comentario cruel. Con frecuencia esto lo hace alguien que se cree chistoso y piensa que los demás le celebrarán el chiste. Pero las fotos o los mensajes comprometedores pueden ser distribuidos rápidamente a una amplia audiencia, de modo que, cualquiera que haya sido la intención, la humillación persiste.

- **Cómo reaccionar.** Lo ideal sería que los jóvenes adopten el hábito de siempre pedir permiso antes de compartir fotos de otros. Pero eso no ocurrirá siempre. Recuérdeles a los jóvenes que deben tener en cuenta el impacto que la foto va a tener en otras personas antes de compartirla. Los jóvenes también pueden pedirles a sus amigos que bajen fotos humillantes tan pronto como sepan que se han publicado. Si la imagen ya se ha difundido, es probable que no puedan hallar todas las copias. Pero usted puede tratar de calmar a su hijo o hija explicándole que la atención de todos pronto se desviará a nuevas noticias y la gente pronto se olvidará.

Rumores. Los **medios sociales** son el vehículo perfecto para los rumores, de modo que las mentiras se pueden difundir mucho antes de que la víctima siquiera se dé cuenta de lo que está sucediendo. Y una vez que todos hayan oído las noticias falsas, resulta casi imposible contrarrestarlas.

- **Cómo reaccionar.** La reacción de su hijo o hija debe depender del tipo de rumor que se trata. Si es algo que implica también a otras personas —tal como un rumor que su hijo o hija le robó la pareja a alguien y que ha resultado en amenazas— es probable que usted tenga que notificar a la escuela. Si el rumor es humillante o cruel pero probablemente no va a resultar en una pelea, está bien que su hijo o hija publique una respuesta. Aconséjale que responda solamente una vez y que luego ignore los comentarios. Otra opción es negar el rumor en persona cuando salga en conversación y esperar a que la gente vuelva su atención a otras cosas.

Exclusión. Un adolescente puede estar tranquilamente revisando sus mensajes y quedar totalmente sorprendido al ver una foto de todos sus amigos en grupo, isin él! Por lo general, este tipo de foto no lleva la intención de hacer un desaire. Pero otras veces sí tiene precisamente esa intención. Y si la persona que la publicó sabe que su hijo o hija la sigue en los medios sociales, entonces hay —a lo mínimo— una falta de buen juicio.

- **Cómo reaccionar.** No es probable que responder en línea dé los mejores resultados. Anime a su hijo o hija a comunicarse cara a cara con la persona que publicó la foto y explicarle que hirió sus sentimientos. Sería mejor que su hijo o hija use afirmaciones en primera persona (es decir, con “yo”), tales como “Yo me sentí muy mal cuando vi esa foto...” (y no “Eres un idiota”). Si su hijo o hija puede expresar sus emociones con sinceridad, probablemente se dé cuenta de que se trata solo de una falta de atención. Si se trata de un desaire hecho a propósito, entonces su hijo o hija debe probablemente deshacer amistad (*unfriend*) con la persona que publicó la foto originalmente.

Griefing (Fastidiar). ¿Recuerda usted esos niños que, en el patio de recreo, siempre le lanzaban el balón bien fuerte a los demás niños y les ponían apodosos? Esos niños también juegan videojuegos de múltiples jugadores. Pero en vez de lanzar un balón con violencia, ahora matan a tu personaje a propósito, te roban el botín que has ganado en el juego y se burlan de ti por el panel de charla (*chat*). En línea, ese tipo de comportamiento se llama *griefing* (fastidiar). Si su hijo o hija juega **videojuegos de múltiples jugadores con charla**, seguramente lo ha enfrentado alguna vez.

- **Cómo reaccionar.** Antes de empezar a jugar un videojuego con desconocidos anónimos, su hijo o hija debe saber cómo reportar y bloquear jugadores que están siendo crueles a propósito. Indíquele a su hijo o hija que no debe meterse en discusiones por *chat*, ya que es probable que nada se resuelva y que se intensifique la agresión. En algunos videojuegos se dan

comportamientos más tóxicos que en otros, así que anime a su hijo o hija a probar un videojuego diferente, donde se sepa que la comunidad es respetuosa y los moderadores no toleran insultos ni groserías.

Expresiones de odio. Los adolescentes enfrentan expresiones de odio aún más que ciberbullying. Este tipo de lenguaje es similar al de ciberbullying, pero su intención es insultar a alguien por rasgos personales tales como raza, etnicidad, nacionalidad, religión, discapacidad, orientación sexual, identidad de género o sistema de creencias. Y, a diferencia de la persistente crueldad de ciberbullying, puede tratarse de algo que ocurre en una sola ocasión. Aunque su hijo o hija no sea la víctima directa de las publicaciones o comentarios, puede sentir su impacto si es parte del grupo afectado.

- **Cómo reaccionar.** Si su hijo o hija encuentra expresiones de odio en línea, está bien si publica un solo mensaje sencillo refutándolo. Pero no debe entablar una guerra de palabras. Converse con su hijo o hija acerca de las actitudes que ven expresadas en línea. Si está viendo mucho lenguaje cruel, anímelo a hallar otras transmisiones, sobre todo las de comunidades digitales que ofrecen apoyo. Y si se trata de algo verdaderamente doloroso o que hace que su adolescente se sienta humillado, ofrézcale fuertes mensajes que contradigan el mensaje original. Si su hijo o hija sabe quién publicó la expresión de odio —como, por ejemplo, otro estudiante de la escuela—, piense si debe involucrar a otras personas (administradores u otros padres) en el asunto. Las expresiones de odio pueden traer consecuencias muy reales en la vida real, según el contexto en que se expresan y si están acompañadas de amenazas.