

¿Qué debo hacer si mi hijo ha sido objeto de bullying?

¿Sospechas que tu hijo es objeto de cyber bullying (ciber acoso, acoso cibernético)? Si no estás seguro, da clic acá (link) para averiguar a través de estas señales de alerta.

Incluso si estás completamente seguro de que tu hijo es objeto de cyber bullying probablemente querrás algún tipo de consejo acerca de cómo lidiar con eso. Algunos padres temen a la brecha tecnológica con respecto a sus hijos (“ni siquiera entiendo lo que hace en su computadora todo el día”) Otros temen invadir su privacidad y alejarlos de ellos. **Pero recuerda que tu hijo necesita tu ayuda.** Tal vez se sienta solo, triste, deprimido o enojado. En algunos casos extremos ha habido suicidios por esta causa.

Entonces acá hay una lista de algunas cosas que puedes hacer:

- **No temas ni a la computadora ni a la internet.** Cuanto más conozcas, mejor entenderás lo que tu hijo está sufriendo.
- **Habla con tu hijo:** Si tu hijo se muestra enojado o distraído luego de usar el teléfono l la internet **habla con él acerca de llamadas o mensajes ofensivos.** Enfatiza que no tiene por qué aceptar ningún tipo de actividad en línea que quiera intimidarlo, amenazarlo, dañarlo o desafiarlo a él o a ninguna otra persona. **También trata de entender qué sucedió exactamente.** ¡Apóyalo! Trabaja junto con tu hijo. Pregúntale qué piensa que están tratando de lograr los que lo molestan y trata de establecer junto con él un plan de acción.
- Únete a otros padres.
- **Documenta y conserva la evidencia del bullying:** Imprime mensajes de correo electrónico y guarda los mensajes de texto.
- **¡Contacta a las autoridades!**
 - Si tu hijo conoce al que le ejerce el bullying y es alguien de su escuela, **contacta a la maestra o a alguna autoridad de la escuela.**
 - Si es alguien a quien conoce y no es de su escuela, **contacta a la policía local.** Incluso si no sabe cómo identificar al individuo que lo ha estado amenazando, las autoridades legales generalmente tienen acceso a la información que permitirá rastrearlo y arrestarlo antes de que continúen haciendo más daño.
 - **Reporta cualquier otro contenido o actividad que sospeches que es ilegal o criminal** a las fuerzas policiales locales o a cualquiera de estas líneas telefónicas de emergencia:
 - **Contacta a tu proveedor de internet.** Ellos generalmente bloquean a cualquiera que haga cyber bullying.
- **Alienta a tu hijo a que lleve un diario** y escriba acerca de estos incidentes de bullying o que ejerza cualquier actividad que lo ayude a lidiar con las emociones que esto le haya provocado.

- **Discute con él la posibilidad de que cambie su número de teléfono.**
- **Evita completamente el prohibirle el acceso a mensajería instantánea, correo electrónico, redes sociales, su teléfono móvil, o a la internet en general, ya que esto lo perjudicaría aún más al aislarlo o enojarlo y no eliminaría el problema de un niño acostumbrado a socializar en línea.**
- **Instruye a tu hijo a actuar**