Escuela de familias online

¿Y si mi hij@ fuera quien acosa?



Qué hay detrás de las conductas de acoso y ciberacoso y cómo podemos abordar esta problemática desde el hogar con estrategias educativas.

Redes con corazón
#TePongoUnReto

FUNDACIONGPS Fundación Gestión y Participación Social

SUBVENCIONA 0,7% IRPF:
Comunidad de Madrid

Rompamos algunos mitos

No podemos educar en el uso de las porque ell@s saben más que nosotr@s



Le di un móvil a mi hij@ para tenerle controlad@

Nuestra labor no es capacitar tecnológicamente, **sino establecer normas, educar en valores y acompañar.**

Son **mayores los riesgos** que la necesidad real de control. Una pantalla **es una ventana al mundo.**

Rompamos algunos mitos

- Siempre ha existido acoso y no ha pasado nada.
- Es una broma, es cosas de niñ@s/chic@s, no es para tanto…
- En nuestro centro/familia/clase… no se dan situaciones de acoso.
- Es una moda.
- Estas cosas fortalecen el carácter.
- ¿A quién no han dado alguna vez de lado?
- Se lo merecía.

(Re)conocer y prevenir el acoso y el ciberacoso





Identificar una situación de acoso o ciberacoso

CONFLICTO

- **Diferentes intereses.**
- **Igualdad de poder** entre las partes.
- **Ocasional o fortuito.**
- Se puede **resolver con el diálogo.**
- Puede existir **amistad.**
- **No hay intención de daño.** Si se hace daño hay arrepentimiento.

≠

ACOSO

- Forma de **violencia** entre pares.
- Se da **un abuso de poder.**
- **Reiterado** en el tiempo.
- Ser **“diferente”** es un factor de riesgo.
- **Intención de daño**.
- Tiene una dimensión social.

+

CIBERACOSO

- Se produce a través de las **TRICO.**
- Falsa sensación de **anonimato e impunidad.**
- **Perfiles** de agresor@s y víctimas más **heterogéneos.**
- **Imperecedero**
- No hay zonas seguras. **24/7.**

¿Cómo se manifiesta el ciberacoso?

- ★ Envío de **mensajes ofensivos o insultantes** que pueden contener **amenazas o intimidaciones.**
- ★ Difusión de r**umores o publicaciones que dañen la imagen** de la víctima.
- ★ **Suplantación de identidad** en RRSS.
- ★ **Compartir información personal**, vídeos o imágenes sin consentimiento.
- ★ **Excluir intencionalmente con el objetivo de aislar** (de un grupo de mensajería, de una actividad o publicación, etc).
- ★ Manipular material como imágenes o vídeos: ***deepfakes*.**
- ★ **Monitoreo, control y espionaje.**

- ★ No son “cosas de niños”. No debemos restarle importancia.
- ★ No se debe esperar a que la víctima pida ayuda.
- ★ Los espectadores juegan un papel central y muchas veces no ayudan por miedo o no saber cómo hacerlo.
- ★ Es imprescindible crear un entorno seguro para la víctima y trabajar con el agresor para que cese.

El grupo de espectador@s

POSICIONAMIENTO ACTIVO **EN DEFENSA DE LA VÍCTIMA** REDUCIENDO LA DIFERENCIA DE PODER.

PASIVIDAD Y SILENCIO ANTE LAS AGRESIONES DE LAS QUE SON TESTIGOS. PERMITEN QUE EL ACOSO PERSISTA.

APOYO A LA PARTE AGRESORA LEGITIMANDO EL ACOSO Y CONTRIBUYENDO A LA DIFERENCIA DE PODER.



¿Mi hij@ puede estar ejerciendo violencia? señales de alerta

No valorarlos de forma aislada, sino en su contexto, causas y consecuencias.

¿Mi hij@ puede estar ejerciendo violencia? señales de alerta

- ➔ Culpa o responsabiliza a otr@s de sus problemas.
- ➔ Tiene problemas para aceptar la autoridad y seguir las reglas.
- ➔ Actúa impulsivamente sin pensar en las consecuencias.
- ➔ Baja tolerancia a la frustración cuando no consigue lo que quiere.
- ➔ Actitud negativa hacia determinados grupos sociales y colectivos: discurso racista, sexista, lgtbiqfóbico, gordófobo, capacitista, etc.
- ➔ No muestra empatía o sensibilidad hacia las injusticias.
- ➔ Agresividad hacia otr@s niñ@s (aunque sea en el contexto de juego)

¿Y por qué lo hace?
Factores de riesgo y cómo prevenirlos

- **Dificultad para gestionar sus emociones:** aportar herramientas y buenos ejemplos para la gestión emocional desde el hogar.
- **Problemas familiares o emocionales en el hogar:** intentar ofrecer un entorno seguro, independientemente de las circunstancias concretas.
- **Baja autoestima y necesidad de aceptación:** muchas veces las conductas de acoso o ciberacoso no son un fin en sí mismas sino el medio para conseguir reconocimiento social. Debemos reforzar la autoestima y la asertividad desde el hogar sin caer en discursos individualistas.
- **Malos ejemplos y modelos inapropiados:** muchas veces los encuentran en Internet, por eso interesarnos por sus gustos online y l@s creadores de contenido a quienes siguen es tan importante.

Pautas educativas para intervenir



Guía de prevención

1. Habla y normaliza el diálogo sobre acoso, ciberacoso, convivencia, respeto…
2. Educa para desarrollar la empatía.
3. Enseña a resolver conflictos de manera pacífica.
4. Fomenta la inclusión y educa en valores de convivencia.
5. Sé un buen ejemplo.

¿Cómo trabajar con l@s agresor@s?

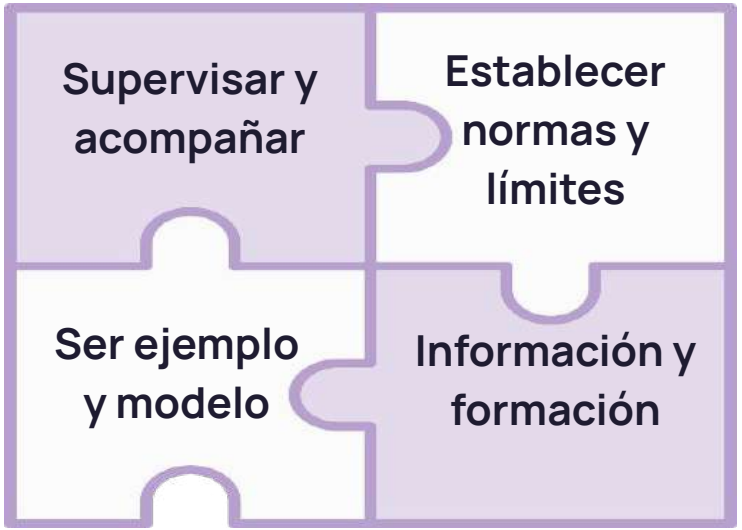
- ➔ Acepta la realidad y aborda la situación.
- ➔ Informa claramente de las consecuencias de su comportamiento. Esta situación debe pararse, y quien está acosando debe asumir su responsabilidad.
- ➔ Ofrece ayuda tratando de ofrecer una salida no sólo punitiva.
- ➔ Comunica que se dará aviso al centro educativo o a quien sea necesario. Es necesario trabajar en equipo.
- ➔ Indaga sobre su situación fuera de casa (participación en grupos, situación en clase, etc).
- ➔ Sé un referente positivos y no te muestres violent@ ni amenazante, pero con actitud firme y decidida de rechazo.

El papel de las familias

- **Busca apoyo**: pareja, otros familiares, amistades… compartir tus sentimientos, objetivizar, consejo… Valora también pedir ayuda y asesoramiento profesional.
- **Acepta la realidad**. No ignorar o minimizar el problema.
- **Trabaja en equipo** (escuela, profesionales, otras familias…).
- **Aprende más** sobre acoso y ciberacoso, otras violencias online, respuestas educativas…
- **Establece límites y expectativas claras** con tu hij@ sobre que comportamientos no se van a tolerar, compromisos y acuerdos claros para que cambie.

El papel de las familias

Incorporar al ámbito digital las mismas pautas educativas que en el ámbito offline: valores, límites, supervisión y comunicación.

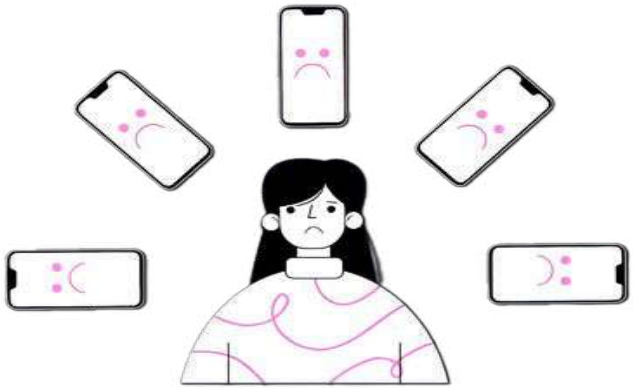


Errores que debemos evitar

- Negar los hechos y pensar que “mi hij@ nunca haría eso”.
- Abordarlo como una broma o conflicto entre iguales.
- Culpabilizar o responsabilizar exclusivamente a “las malas amistades”.
- Contactar directamente y en caliente con la víctima o su familia.
- Difundir capturas para defenderse.
- Exigir una confrontación o mediación con la víctima sin asesoramiento experto.
- Restar importancia a conductas de espectador/a que apoya como reírse, difundir, o reenviar: también implican responsabilidad.

Protocolo a seguir

Nuestra propuesta de actuación



1. El acoso debe parar

- Cesar inmediatamente mensajes, publicaciones, burlas, amenazas o exclusiones.
- No borrar pruebas antes de conservar capturas, enlaces, fechas y participantes.
- Evitar nuevas interacciones que puedan agravar la situación.

2. Recabar información y escuchar

Escuchar antes de juzgar, pero escuchar no significa justificar.

Preguntas:

- ¿Qué ocurrió antes de que empezara?
- ¿Quién creó/compartió el contenido?
- ¿Qué hiciste tú exactamente?
- ¿Quiénes lo han visto o reenviado?
- ¿Cómo crees que puede estar afectando a la otra persona?
- ¿Hay amenazas, imágenes íntimas, suplantación o riesgo para su seguridad?
- ¿Qué puedes hacer para detenerlo?

3. Valorar la gravedad

Debe **analizarse**:

- Duración y frecuencia.
- Nº participantes y alcance.
- Existencia de amenazas o coacciones.
- Difusión de datos o imágenes privadas.
- Contenido sexual, discriminatorio o humillante.
- Suplantación de identidad.
- Impacto emocional y posible riesgo para la integridad de la persona afectada.
- Diferencias de edad, poder, popularidad o vulnerabilidad.

Cuando existan amenazas graves (contenido sexual, extorsión, riesgo autolesivo, peligro inmediato), la respuesta debe escalarse urgentemente a profesionales y autoridades competentes.

4. Asumir responsabilidad

La ausencia de intención no elimina la responsabilidad sobre las consecuencias.

La familia debe ayudar a distinguir entre:

- Intención: “Era broma”.
- Conducta: “Compartiste una imagen humillante”.
- Impacto: “La imagen se difundió y causó daño”.

5. Reparar daño

No conviene obligar a pedir perdón de inmediato ni promover encuentro directo sin mediación. Una disculpa forzada puede beneficiar a quien ha causado el daño y volver a exponer a quien lo ha sufrido.

- Retirar publicaciones y solicitar a otr@s que dejen de difundir.
- Colaborar con el centro.
- Reconocer de forma concreta la conducta.
- Participar en actividades educativas.
- Formular una disculpa cuando sea segura, sincera y aceptada dentro del proceso.

6. Aplicar consecuencias educativas

- Suspender temporalmente la aplicación o dispositivo.
- Aumentar la supervisión de forma proporcionada.
- Revisar privacidad, cuentas y grupos.
- Establecer horarios y condiciones concretas.
- Realizar una tarea reparadora o educativa.
- Recuperar progresivamente la autonomía según el cumplimiento.

7. Seguimiento

La intervención no termina cuando desaparece la publicación. Conviene revisar durante semanas para comprobar:

- Que no continúa por otros canales.
- Que se cumplen las acciones reparadoras.
- Que cambia la relación con el grupo.
- Que el hijo o hija sabe cómo actuar ante una situación similar en el futuro.

Buenas prácticas para educar en el uso responsable de las TRICO

Para un correcto desarrollo cognitivo en relación con el uso de las pantallas hay que fomentar:

UNA VIDA EQUILIBRADA

actividad física + ocio offline + descanso + compañía adulta activa + relaciones sociales entre iguales + vida digital adecuada para su edad

¿Dónde debemos poner el foco?

Tiempo



Contenidos



Privacidad



Relaciones sociales



Lugares



Cuando te sientas desesperad@ recuerda que...

No existen fórmulas mágicas. Cada adolescente tiene su realidad y debemos acompañar sin adelantar etapas ni generar nuevas necesidades.

Es normal que nos sintamos insegur@s. No te culpabilices, estás legitimad@ para educar. Los conflictos son necesarios.

La Educación es un proceso que tiene efectos en el medio y largo plazo. Ten paciencia y confía en el camino que estás recorriendo.

Líneas de ayuda

- INCIBE: teléfono gratuito de ayuda en ciberseguridad **900 11 61 17**
- Fundación ANAR: teléfono de ayuda para niñ@s y adolescentes en situaciones de acoso **900 20 20 10**
- Canal Prioritario de la AEPD: canal de denuncia para situaciones de difusión ilícita de imágenes o información en Internet. Las denuncias se realizan a través de este enlace.
- Violencia de Género: teléfono **016**
- Prevención del Suicidio: teléfono gratuito del Ministerio de Sanidad **024**

En este artículo encontrarás más líneas de ayuda



¡Muchas gracias!

Si te ha gustado esta formación…



Estate atent@ a nuestra **Escuela Online de Familias**, donde hacemos **sesiones temáticas gratuitas una vez por trimestre,** y síguenos en **nuestras RRSS:**

- **Instagram:** @tepongounreto
- **TikTok:** @tepongounreto
- **X:** @RedesConCorazon
- **Facebook:** Te pongo un reto Redes con Corazón

Evaluación de la sesión

https://es.surveymonkey.com/r/EOF_acos__o

Redes con corazón
#TePongoUnReto

FUNDACIONGPS Fundación Gestión y Participación Social

SUBVENCIONA 0,7% IRPF:
Comunidad de Madrid