Ayude a su hijo a lidiar con

los peleones y la intimidación

Una en la serie Guías para los Padres elaborada por

THE PARENT INSTITUTE®

Guía para los Padres

Ayude a su hijo a lidiar con
los peleones y la intimidación

The Parent Institute
P.O. Box 7474
Fairfax Station, VA 22039-7474
1-800-756-5525
www.parent-institute.com

Editora Responsable: Doris McLaughlin. Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D. Escritora: Carol Bruce. Redactora Principal: Erika Beasley. Equipo de Redacción: Rebecca Miyares y Alison McLean. Editora de Traducciones: Victoria Gaviola. Gerente de Producción: Sara Amon. Gerente de Servicio al Cliente: Peggy Costello. Gerente de Comercio: Cynthia Lees. Gerente de Distribución: Marc Sasseville.

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc.

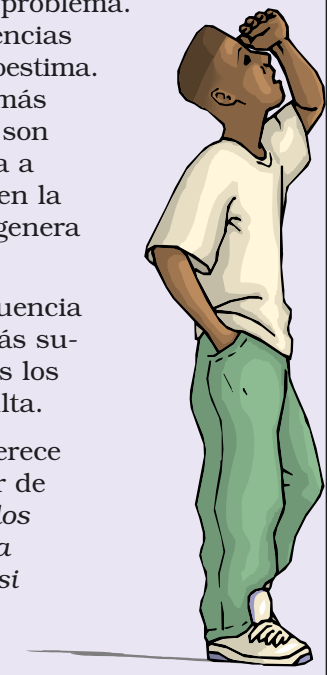
Tabla de Contenido

Introducción 2
¿Qué es la intimidación? 3
Fastidiar también es intimidar 3
¿Quiénes son los peleones? 3
¿Por qué algunos niños se convierten en peleones? 4
¿Cuáles son los niños más susceptibles de ser víctimas de un peleón? 4
Aprenda a reconocer los indicadores 5
Por qué los chicos no quieren hablar 6
Niñas: las peleonas 'invisibles' 7
¿Qué podría hacer usted para ayudar a su hija si es la víctima de un peleón relacional? 8
¿Qué medidas podría tomar si alguien está intimidando a su hijo? 9
¿Qué debería hacer si usted descubre que su hijo es el que intimida a los demás? 11
Enseñe a su hijo qué hacer si observa que alguien es víctima de la intimidación 12
Despeje los mitos de la intimidación 12
Conclusión 13
Un resumen breve 13
Otras Guías para los Padres por The Parent Institute 14

Introducción

La intimidación no es un problema nuevo, pero es muy serio. Ningún niño merece ser víctima de un peleón o debería tolerar sus embates. De acuerdo a estudios recientes, la mayoría de los niños son víctimas de un peleón en algún momento en su vida escolar, y hasta un 10 por cierto de los estudiantes son víctimas de serios actos de intimidación con regularidad.

La Asociación Nacional de Psicólogos Escolares (NASP por su nombre en inglés) señala que muchos creen, erróneamente, que la intimidación es una parte inevitable de la niñez y la adolescencia, y por ello los padres y las escuelas ignoran o minimizan el problema. Pero, agrega la mencionada asociación, la intimidación podría tener consecuencias serias, incluyendo problemas de salud físicos o mentales, depresión y baja autoestima. Los estudiantes que son víctimas de intimidación consideran el suicidio con más frecuencia que aquellos que no son blanco de los peleones y en ciertos casos son más susceptibles de llevar armas a la escuela. La intimidación también afecta a aquellos que son testigos de ésta, ya que crea un clima de miedo y ansiedad en la escuela, lo que a su vez hace que los estudiantes se sientan inseguros. Esto genera un ambiente académico que no es sano.



De acuerdo a la NASP, los peleones también sufren ellos mismos. Con frecuencia deben encarar un futuro de fracasos y de bajo desempeño académico. Son más susceptibles de convertirse en padres o cónyuges que también abusan a quienes los rodean o a participar en actividades criminales una vez alcanzan la edad adulta.

La intimidación es un problema muy serio que afecta a muchos niños y merece la atención de los padres, la escuela y los líderes de la comunidad para tratar de controlarlo. *Los expertos concuerdan que la prevención y la cooperación entre los padres y las escuelas y otras agencias locales son las mejores estrategias para abordar el problema. Sin embargo, los padres juegan un papel importantísimo si sospechan o se ente-ran que sus hijos intimidan a los otros o son víctimas de intimidación.* Esta Guía para los padres revisa toda la información que existe sobre la intimidación, los indicadores de su presencia y sugiere las medidas específicas que podría tomar para ponerle fin al comportamiento intimidante.

Educadores veteranos advierten que la mayoría de los niños dirán que no quieren que los padres se involucren, pero los educadores enfatizan que es absolutamente necesario que los padres se involucren.

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

¿Qué es la intimidación?

La intimidación es el acto de infligir daño físico y/o psicológico a una persona o a varias personas. Algunos especialistas definen la intimidación como un desequilibrio de poder entre dos individuos, entre dos grupos, o entre un grupo y un individuo, que existe durante un período de tiempo y que intimida o menosprecia.

La intimidación puede asumir varias formas: comportamiento tal como las burlas verbales, los insultos, las mofas y las frases despectivas, las amenazas, los gestos amenazadores, la violencia física o la extorsión y el robo, por ejemplo. Más indirectamente, este comportamiento intimidante podría incluir exclusión intencional de un grupo, propagación de rumores y la creación de situaciones en que las víctimas se sientan como parias sociales.

Y hoy en día, en este mundo de mensajes instantáneos en la computadora, cuartos de charlas virtuales y sitios Internet, debemos enfrentar un nuevo problema: los peleones cibernéticos. Ellos usan tecnología electrónica para enviar mensajes anónimos y publicar textos maliciosos que propagan rumores y se burlan de los demás. Estos mensajes aparecen en sitios Internet y en tableros públicos en línea, por medio de los llamados "blogs" o dia-rios en línea. La mayoría de los jóvenes hoy día también tienen sus propios teléfonos móviles, y mandar mensajes de texto es una forma muy popular de comunicación. Lamentablemente, enviar mensajes de texto (que también se puede hacer de forma anónima) se ha convertido en el método de ataque favorito de muchos intimidadores cibernéticos.

Fastidiar también es intimidar

Una de las formas más comunes de intimidación son las mofas o burlas, y casi todos los niños las han sufrido. A veces, el bromista no tiene la intención de intimidar sino que simplemente quiere ser juguetón o incluso ca-riñoso. El problema es que la distinción entre las bromas y la intimidación puede ser muy sutil. Las intenciones del bromista se pueden interpretar como divertidas e inofensivas o al contrario, como hirientes y dañinas. Fastidiar o "tomar el pelo" es un terreno resbaladizo, incluso para los padres que a veces, aun sin quererlo, intimidan a sus propios hijos y les mandan el mensaje que es aceptable fastidiar a sus amigos y burlarse de ellos.

¿Quiénes son los peleones?

Cuando la mayoría de la gente piensa en el típico peleón se imaginan al "chico más grandote de la clase." Pero no todos los peleones son niños y no todos son físicamente grandes. Hay muchas niñas que también participan en actos de intimidación. Los peleones, por lo general, son más poderosos física, psicológica y socialmente que aquellas personas a quienes intimidan. Típicamente, los niños participan en intimidación que es más directa y física, mientras que las niñas son más susceptibles de usar métodos más indirectos y sutiles. Sea cual fuera la forma que ésta tome, sin embargo, existe un factor constante. La intimidación es algo corriente. Es un modelo de comportamiento que sucede una y otra vez.

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

¿Por qué algunos niños se convierten en peleones?

Si bien la creencia general es que los pequeños que intimidan a los demás tienen problemas de falta de amor propio, estudios recientes indican precisamente lo contrario: los peleones tienen un amor propio promedio o por sobre el promedio. La cosa que los peleones tienen en común es el ambiente que se vive en su hogar.

La gran mayoría de los niños que intimidan a los demás aprenden este comportamiento en casa. Según los expertos, aquellos niños que exhiben el comportamiento más intimidante han sido disciplinados de manera enérgica y física por sus padres, y con frecuencia, no están bajo la supervisión de un adulto. Por lo general, tienen muy pocos ejemplos positivos en su vida.

El temperamento también es un factor. Los niños que intimidan a los demás tienen la necesidad de sentirse poderosos y en control. Parece que disfrutan del tormento que les causan a otros niños y justifican sus acciones sosteniendo que alguien los provocó.

¿Cuáles son los niños más susceptibles de ser víctimas de un peleón?

Por lo general, los niños más pequeños, más tímidos o menos agresivos que sus compañeros serán el blanco de los peleones. Los pequeños que tienen necesidades especiales—en particular, aquellos que padecen de trastorno por falta de atención con hiperactividad (o ADHD por su nombre en inglés) y aquellos que tienen discapacidades para el aprendizaje—son más susceptibles de convertirse en víctimas de la intimidación.

Los peleones concentran su atención en aquellos niños que lloran fácilmente en situaciones de estrés, que se pueden manipular con relativa facilidad o que acatan dócilmente las órdenes de otros niños. Pero prácticamente todo—por pequeño que sea—atrae la atención del niño decidido a intimidar. La víctima podría ser más alta, más baja, más gorda o más delgada. Podría usar anteojos o vestirse de manera diferente. O podría ser el nuevo niño que acaba de mudarse a la cuadra.

Sin embargo, el denominador común entre las víctimas habituales de los intimidadores es la falta de amor propio. Estos niños no utilizan represalias, o ni siquiera intentan que la situación mejore porque creen que de alguna manera merecen que alguien los moleste. Estos niños necesitan que alguien les ayude a sentirse bien consigo mismos.

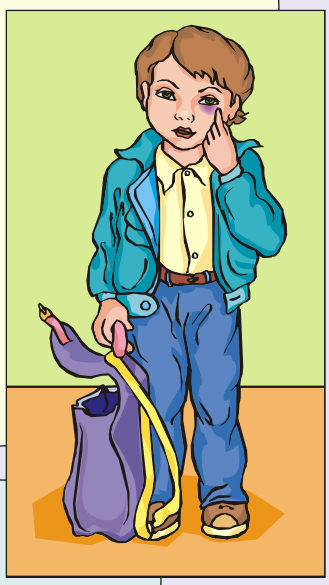
Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

Aprenda a reconocer los indicadores

Muchos chicos que son blanco de los peleones no se lo dicen a nadie, aun cuando sus padres se lo preguntan directamente. O, si se lo comunican a alguien, no lo hacen inmediatamente. Y según los estudios realizados, mientras mayor sea el niño, menos probable es que informe a un adulto de la situación.

Es por ello que es muy importante que los padres sepan cuáles son los indicadores de que su hijo podría ser la víctima de un peleón. Le sugerimos un par de preguntas que debería considerar:

- **¿Su hijo vuelve a casa con un número anormal de cortes,** rasguños o golpes o con la ropa rota o desgarrada? Podría ser una indicación de que alguien lo está intimidando.
- **¿Ha empezado a tomar un camino poco usual** o tortuoso para ir a la escuela? Podría estar tratando de evitar el área que frecuenta su atormentador.
- **¿Sus calificaciones han empeorado?** Resulta difícil concentrarse en el trabajo escolar cuando uno está ocupadísimo preocupándose por lo que le podría pasar más tarde.
- **¿Su hijo frecuentemente le dice que se le han perdido** sus cosas, como dinero, juguetes, ropa, etc.? Muchos de los niños que intimidan a los demás también los extorsionan o les roban sus cosas.
- **¿Se va directamente al baño cuando vuelve de la escuela?** Los peleones muchas veces eligen los baños como el mejor lugar para atacar a sus víctimas y es probable que su hijo crea que "aguantarse" es su mejor opción.



- **¿Su hijo está muy enojado,** agresivo o retraído, más allá de lo que usted considera habitual? Los niños que son el blanco de los peleones por lo general reaccionan desquitándose con los demás—incluyendo los padres o hermanos—o aislándose de quienes los rodean.
- **¿Su hijo ha empezado a tener dolores de estómago,** cabeza, ataques de ansiedad o dificultades para dormirse? Todo esto podría ser una señal de que su hijo está bajo estrés, tal vez causado por un peleón.
- **¿Se rehúsa a ir a la escuela?** ¿Es que de pronto no quiere participar en actividades escolares en las que antes tomaba parte? Estas podrían ser las señales más claras de que su hijo está sufriendo a manos de un peleón, ya que la mayor parte de la intimidación ocurre en la escuela.
- **¿Le parece que su hijo tiene poca confianza en sí mismo?** ¿Poco amor propio? ¿Tiene dificultades para hacerse valer?

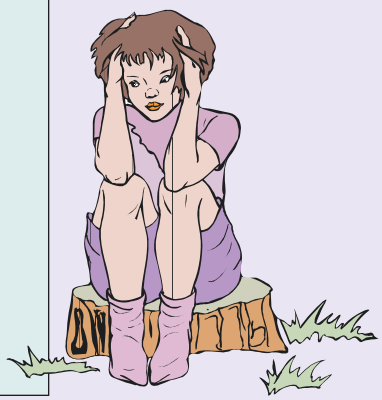
Si bien es importante no dejar pasar por alto ninguna de estas señales, también es muy importante no reaccionar de manera desproporcionada o llegar a conclusiones precipitadas. Confirme sus sospechas antes de determinar el curso de acción que tomará. Hable con su hijo. Dígale cuáles son sus sospechas y explíquele por qué es importante que le cuente la verdad. Obtenga tanta información como pueda y evite echarle la culpa a nadie antes de tener todos los datos en la mano.

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

Por qué los chicos no quieren hablar

Por lo general, los padres son los últimos en enterarse que alguien está intimidando a su hijo. La mayoría de ellos simplemente no hablan del asunto, por un gran número de razones:

- **Sienten vergüenza.** Los peleones tienden a lograr que sus víctimas se sientan poco populares, aisladas, que no merecen el respeto de nadie. Los niños, particularmente, no le dirán nada a sus padres porque nuestra cultura les dice que deben poder "aguantar" y que tienen que "ser fuertes." Las niñas no hablan del tema porque la intimidación que ellas sufren por lo general es tan sutil que no se dan cuenta de lo que les está ocurriendo.
- **Tienen miedo de las represalias.** La mayoría de los peleones amenazan a sus víctimas con un trato aún peor si le cuentan a un adulto lo que está pasando.
- **No creen que nadie pueda ayudar.** Las víctimas se sentirán más aisladas y desvalidas mientras más tiempo dure la intimidación.



Si su hijo se rehúsa a hablar de lo que está sucediendo, haga preguntas indirectamente. Por ejemplo, pregúntele qué hace a la hora de almuerzo o qué tal es el viaje de vuelta en el autobús. La conversación debe tener un tono general. Podría preguntar, "¿Hay chicos en la escuela que son malos?" "¿Hay algunos niños a quien todo mundo molesta?" Una vez que haya empezado a hablar del tema a grandes rasgos, es posible que le resulte más fácil hablar de lo que le pasa a él específicamente.

"Muchos niños en nuestras escuelas son robados de la oportunidad que tienen para aprender porque son intimidados y amenazados a diario. La intimidación afecta terriblemente a los niños, y deja cicatrices que pueden durar toda la vida."
—La Asociación Nacional de Educación

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

Niñas: las peleonas 'invisibles'

Rachel Simmons, autora del libro de mayor venta *Odd Girl Out, the Hidden Culture of Aggression in Girls*, utiliza el término "agresión relacional" para describir esa intimidación a escondidas que las niñas tienden a perpetrar.

De acuerdo a Rachel Simmons, los investigadores dedicados al estudio de los peleones se concentraron, durante muchos años, en aquellas señales de agresión como los golpes, las amenazas y los puñetes. No fue sino hasta 1992 cuando un grupo de investigadores noruegos dirigió su atención a las niñas, que se empezó a ver más claramente la realidad: las niñas, que están culturalmente programadas para evitar la agresión abierta, por lo general participan en un tipo de intimidación que es mucho más sutil (pero no por ello menos dañina o hiriente). El arma que las niñas usan es su relación con las otras niñas. Y lo vienen haciendo desde hace mucho tiempo, el mismo que los niños utilizan la agresión física.

El peleón relacional ignora a su víctima para castigarla o para obtener lo que quiere. Es un practicante de la exclusión social: decidir a quién se le permitirá formar parte de su grupito y a quién se lo tratará como un paria. Propaga rumores y chismes y sabotea otras relaciones.

Y, por lo general, sus actos de intimidación son invisibles a los adultos que las rodean. Con frecuencia, es una de las niñas más bonitas, más inteligentes y más populares de la clase. No deja nunca de ser muy educada y amable en presencia de los adultos. Podría ser la persona que los maestros señalan como la "estudiante perfecta."

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

¿Qué podría hacer usted para ayudar a su hija si es la víctima de un peleón relacional?

De acuerdo a los estudios realizados por Rachel Simmons, los padres que escuchan atentamente a sus hijas son los que pueden ayudarles más eficientemente a lidiar con este tipo de problema. Ellos se encargan de proporcionar, en la casa y en el seno familiar, el refugio emocional que ellas necesitan. La toman en brazos cuando llora. Acceden a sus pedidos especiales, tal como por ejemplo, llevarla a la escuela justo antes de la hora de entrada y recogerla exactamente cuando suene el timbre de salida.

Esto, por supuesto, presupone que su hija haya confiado en usted, y muchas chicas realmente no lo hacen. Ya que la intimidación relacional es algo tan insidioso, muchas veces las víctimas no se dan cuenta que lo que les está pasando está mal. Podría interiorizar el problema y decidir que es su culpa.

Hable con su hija de la agresión relacional. Dígale, sin prejuzgar de ninguna manera, que usted entiende que este tipo de comportamiento por lo general sucede en la escuela. Pregúntele qué pasa en la clase. ¿Qué cosas hacen las chicas cuando quieren ser malas? Si usted aborda el problema de manera general, podría resultarle más fácil a ella hablar de cualquier dificultad que pudiera tener.

Si usted se entera que ella está teniendo problemas, reaccione calmadamente. Dígale que lo siente muchísimo. No minimice su dolor. No llame a la escuela en un ataque de furia exigiendo que se tomen medidas. Es importante que usted hable con los maestros, pero hágalo calmadamente con el objetivo de buscar soluciones y no de echarle la culpa a una persona en particular.

Y si está teniendo problemas, una de las mejores cosas que puede hacer es encontrar una nueva actividad para ella—una cosa que le dará la oportunidad de concentrarse en algo que quiere o puede hacer—ya sea una clase en un centro vocacional, o un puesto de voluntario con un grupo religioso juvenil, por ejemplo. No importa lo que sea, con tal que la ponga en contacto con un nuevo grupo de personas que no tiene nada que ver con los problemas en la escuela.

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

¿Qué medidas podría tomar si alguien está intimidando a su hijo?

Si bien no es apropiado aconsejarle a su hijo que “contraataque” si alguien lo está intimidando, tampoco es una buena idea decirle que ignore la situación. La intimidación puede causar que el niño se deprima o se retraiga y podría, como mínimo, afectar negativamente su amor propio.

No existen soluciones simples a este problema y no hay una solución que se aplique a todas las situaciones. Resolver el problema tomará tiempo, así que es importante que sea paciente. Sin embargo, podría tomar estas medidas generales para ayudar al niño que está siendo intimidado:

- **Conserve la calma.** No permita que la ira por lo que le ha pasado a su hijo nuble su visión.
- **Anime a su hijo a hablar** de lo que está ocurriendo y a expresar cómo se siente al respecto. Dígale que usted cree en él y que estará siempre a su disposición. La conversación debería hacerse con paciencia, con sensibilidad y debería contener el mensaje claro que el niño no tiene que "ponerle al mal tiempo buena cara." Nadie debería tener que tolerar la intimidación de otra persona. Si su hijo todavía se rehúsa a abordar el tema, hable de los comportamientos que ha observado en él y que le hacen sospechar que hay intimidación de por medio. Podría ser necesario más de una conversación antes que su hijo se decida a tocar el problema.
- **Su hijo debe comprender** que él no tiene la culpa de ser el blanco de un peleón y que es importante informar a la escuela o a sus padres de cualquier incidente de intimidación que esté sucediendo.
- **No minimice lo que ha ocurrido.** Algo que le puede parecer muy trivial a usted tiene una gran importancia para el niño.

- **No espere** que la escuela tome la iniciativa. Los educadores con experiencia nos advierten que por lo general, los chicos dirán que no quieren que sus padres tomen cartas en el asunto. Sin embargo, enfatizan que es imperativo que los padres sí lo hagan. Hable con el maestro de lo que está ocurriendo y de lo que se puede hacer en la escuela para prevenir otros incidentes de intimidación. Comuníquele todos los detalles de lo que sabe, tan específicamente como pueda: las horas, lugares, qué sucedió, quién estaba presente, etc.

  Pregunte si el director de la escuela está al tanto de la situación. Póngase en contacto con él rápidamente (y después, si fuera necesario, con otros funcionarios del sistema escolar) si no está satisfecho con los resultados que está logrando del maestro. Insista que su preocupación se tome en serio.

  Los educadores sugieren que los padres pidan un informe diario o semanal de la escuela o los maestros que tienen que ver con la situación en cuestión. Este informe deberá explicar cómo ha ido evolucionando el problema desde que la escuela puso en marcha el programa o proceso que se había diseñado para resolverlo. Y manténgase en contacto. El personal de la escuela enfatiza que no es suficiente simplemente sostener una reunión con la escuela y esperar que todo se resuelva.

Continuación en la página 10 ...

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

... continuado de la página 9.

- **Considere pedir que el peleón abandone la clase** o actividad donde está ocurriendo la intimidación. Si la escuela no puede o no quiere hacerlo, considere solicitar que su hijo sea asignado a una escuela o clase alternativa. Según los expertos, lo importante es que los padres asuman un papel activo en este tema tan importante. El trabajo de cada padre es convertirse en el defensor más importante de su hijo.

- **Haga que su hijo se sienta en control.** Él debe saber que es parte de la solución. Pregúntele cómo cree que podría abordar la situación. ¿Ha tratado de resolver el problema solo? ¿Qué ocurrió?
- **Sugiérale que ande en grupo cada vez que pueda.** Muchos peleones no confrontarán a ninguna persona que esté con un grupo de amigos.
- **Hable con su hijo de cómo podría evitar al peleón.** Por ejemplo, si el enfrentamiento ocurre en el camino de vuelta a casa, ayúdele a encontrar una ruta diferente. Si fuera posible, haga arreglos para que un amigo que sea mayor camine a casa con él.

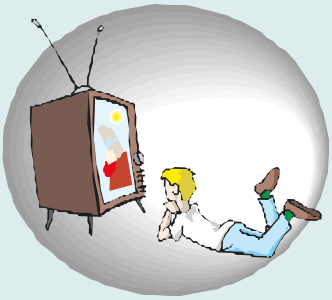
- **Ayude a su hijo a aprender a evitar** todo comportamiento que le parezca atractivo al peleón, tal como por ejemplo, obedecer calladamente a otros chicos o llorar fácilmente cuando se sienta bajo presión.
- **Modele cómo reaccionará en ciertas situaciones.** Imagínese que usted es el chico peleón y permítale a su hijo que practique cómo defenderse solito, siendo firme y enérgico, mirándolo a los ojos y diciéndole, "Deja de tratarme de esa manera." Pero nunca sugiera una confrontación violenta.
- **Si cree que debe ponerse en contacto con los padres** del niño que está intimidando a su hijo, hágalo solamente en presencia del personal de la escuela u otra figura de autoridad y no se sorprenda si ellos se ponen a la defensiva o se enojan.
- **Si el abuso continúa y es físico,** póngase inmediatamente en contacto con los funcionarios del organismo de seguridad de la localidad donde vive.

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

¿Qué debería hacer si usted descubre que su hijo es el que intimida a los demás?

La intimidación no es juego de niños. Puede ser un tipo de comportamiento que resulta en serios problemas, detención o encarcelamiento más tarde. Si usted descubre que su hijo intimida a los demás en la escuela, es de vital importancia que tome medidas inmediatamente para corregir la situación. Le sugerimos lo que podría hacer:

- **Hable con su hijo de este comportamiento.** Enfatice que no es correcto acosar y atormentar a nadie por ninguna razón, que ese comportamiento no es aceptable y que usted no lo tolerará. Deje bien en claro que si él continúa exhibiendo ese comportamiento, usted se verá obligado a quitarle muchos de los privilegios de los que goza actualmente.
- **No permita que su hijo minimice** este comportamiento. Intimidar no es "sólo una broma" o "algo divertido." Su hijo debe comprender que la intimidación es dañina y hasta podría ser ilegal y que usted espera que termine inmediatamente.
- **Supervise el comportamiento de su hijo.** Debe saber siempre adónde va, qué hace y quiénes son sus amigos.
- **Deje bien en claro qué expectativas** tiene para el comportamiento de su hijo. Establezca consecuencias claras si desobedece las reglas y aplique estas consecuencias rápida y sistemáticamente.
- **Evite castigar físicamente en casa.** Dele el ejemplo a su hijo de cómo resolver problemas sin tener que recurrir a la violencia física. La mejor manera de abordar estas dificultades es suspendiendo privilegios, estableciendo consecuencias razonables, e impartiendo "períodos de castigo" de manera sistemática.
- **Elogie a su hijo** por las cosas que hace bien y por su empeño para tratar de mejorar.
- **Apague la violencia en su hogar.** Los estudios señalan que aquellos niños que están expuestos a programas violentos en la televisión—incluyendo los dibujos animados—se hacen insensibles a la violencia. Esto significa que será menos probable que su hijo reconozca el dolor y el sufrimiento que le está causando a otra persona y que será más susceptible de reaccionar violentamente a las situaciones a su alrededor. Proporcione alternativas que no sean violentas. Hay una gran cantidad de películas, programas de la televisión y juegos de fantasía que no son violentos.



- **Dé un ejemplo positivo.** Como padre, usted es el primer maestro de su hijo, y el más importante. Si él ve que usted exhibe un comportamiento violento o agresivo, es más probable que haga lo mismo.
- **Si la intimidación continúa,** pídale al médico de su hijo o al personal de la escuela que le ayuden a obtener una evaluación psicológica de su hijo para tratar de identificar qué es lo que motiva su comportamiento.

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

Enseñe a su hijo qué hacer si observa que alguien es víctima de la intimidación

Los niños que son víctimas directas de la intimidación no son los únicos afectados. Aquellos que observan y son testigos de incidentes de intimidación también sufren. La confianza que tienen en sí mismos y su amor propio se ven negativamente afectados cuando observan incidentes de intimidación y no hacen nada para interrumpirlos.

¿Por qué es que algunos niños simplemente observan y no hacen nada? Si bien es probable que quieran ayudar a la víctima, tal vez tengan miedo de resultar lastimados o convertirse en un blanco del peleón ellos mismos. Es posible que no quieran atraer lo que perciben es atención negativa, o que los tachen de "soplón" o "chismoso", por ejemplo. Tal vez teman que si toman medidas empeorarán la situación. O simplemente, tal vez no sepan qué hacer.

Hable con su hijo de lo que podría hacer si observa que alguien es víctima de un peleón. Dígale, por ejemplo:

- **"No seas un simple espectador.** A la mayoría de los peleones les encanta tener una audiencia, así que no te conviertas en parte de una." Si su hijo no puede intervenir, simplemente debería marcharse.
- **"Habla por el niño que es blanco** de la intimidación. Decir, '¡Para eso!' o '¡Deja de golpearlo!' puede ser muy eficaz."
- **"No te rías ni tengas un ataque** de risitas tontas, aun si estás nervioso y no sabes qué hacer. Este tipo de reacción simplemente alentará al peleón a continuar."
- **Si su hijo cree que la víctima corre peligro,** dígale que debe buscar un maestro u otro adulto rápidamente y explicarle lo que está ocurriendo.
- **Encárguese de que su hijo** sepa que está mal mantenerse silencioso ante instancias de intimidación. Debe comunicárselo a un maestro o a otro adulto, y esto no significa que sea un "soplón" o un "chismoso."
- **Sugiérale que busque a la víctima** más tarde para ofrecerle su apoyo y amistad. Esto es una de las cosas más importantes que podría hacer, porque las víctimas de intimidación por lo general son niños tímidos y callados y no tienen muchos amigos.

Despeje los mitos de la intimidación

Existe un gran número de percepciones erróneas sobre la intimidación. Su hijo debería reconocerlas por lo que son. Aquí hay una lista de las más comunes:

- **Mito:** *Aprender a ignorar la intimidación te hará más fuerte.* Nada podría estar más alejado de la verdad. Las víctimas de intimidación pueden sufrir serios traumas físicos y mentales.
- **Mito:** *La intimidación es una cosa de la edad, un rito de paso. Todos atravesamos por esa experiencia.* Intimidar no es un rito de paso. Es un comportamiento que está mal, no es apropiado y con frecuencia es peligroso.
- **Mito:** *Los chicos que permiten que los intimiden son debiluchos y cobardes.* Los niños no *permiten* que los intimiden. Son víctimas y como tales no tienen por qué sentirse avergonzados.

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

Conclusión

Los expertos reconocen ahora que la intimidación es un problema muy serio, uno que a veces resulta en un gran número de tragedias en las escuelas y que deja un sinfín de secuelas psicológicas y físicas que los niños llevarán consigo por el resto de sus vidas. Ser el blanco de un peleón no es "una parte normal de crecer," ni tampoco es "que los chicos simplemente están siendo chicos" o "las chicas están comportándose como chicas." Los niños que son peleones son más susceptibles de convertirse en cónyuges o padres que más tarde acosarán a sus parejas o a sus hijos, y de verse involucrados en actividades criminales al llegar a la edad adulta.

Si bien no existe una solución simple e instantánea o una que resuelva todos los problemas, podemos ponerle fin a la intimidación. Es una situación grave que requiere una respuesta enérgica, seria, en cooperación con los padres, la escuela, los líderes de la comunidad así como también de los organismos de seguridad de la localidad. ***Pero es responsabilidad de los padres tomar la iniciativa para que todos trabajen juntos y le pongan fin a la intimidación.***

Un resumen breve de las medidas que los padres pueden tomar para terminar con la intimidación

Sin reparar en la manera que su hijo está siendo intimidado:

- Conserve la calma.
- Comprenda que ponerle fin a la intimidación es algo que toma tiempo, pero que puede comenzar a trabajar en ello inmediatamente.
- Anime a su hijo a hablar de lo que está ocurriendo, aun si se rehúsa en un principio.
- Deje bien en claro que nadie tiene que aguantar ningún tipo de intimidación.
- Recálquele a su hijo que él no tiene la culpa por haber sido el blanco de un peleón. Es importante que informe a la escuela u otro adulto de todo incidente de intimidación.
- No trivialice el problema.
- Hable con los maestros de su hijo calmadamente, y preséntele todos los datos específicos, fechas, lugares, etc., que pueda.
- Póngase en contacto con el director de la escuela rápidamente (y luego, si fuera necesario, con otros funcionarios) si no está satisfecho con los resultados que está produciendo su contacto inicial con el maestro. Insista en que su preocupación se considere seriamente.
- Tome la iniciativa para ponerse en contacto con la escuela. Cada semana, o aún con mayor frecuencia, pida informes actualizados.
- Considere poner a su hijo en otra clase, escuela o actividad.
- Acepte la responsabilidad que usted es el defensor más importante de su hijo.
- Haga que su hijo participe en la búsqueda de una solución.
- Ponga la computadora en un lugar donde usted pueda vigilar lo que su hijo está leyendo en línea.
- Su hijo debe saber que puede hablar con usted si recibe mensajes de un peleón vía la Internet o un teléfono celular. Pídale que nunca responda a esos mensajes pero que los guarde en caso de que se pueda averiguar su origen.
- Sugiérale a su hijo que siempre ande en grupo.
- Hable de cómo podría evitar al peleón.
- Ayude a su hijo a evitar aquellos comportamientos que les parecen atractivos a los intimidadores.
- Modele cómo enfrentar al peleón, pero no sugiera nunca una reacción violenta.
- Póngase en contacto con el padre del agresor sólo cuando haya una figura de autoridad o un maestro presente.
- Si el abuso continúa con el tiempo, póngase en contacto con funcionarios de los organismos de seguridad.

Copyright © 2019 por The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc., www.parent-institute.com

Otras Guías para los Padres por The Parent Institute®

Juego sobre la familia y el hogar

10 maneras estupendas de enseñarles responsabilidad a los niños
25 maneras de usar las rutinas para el beneficio de su hijo y el suyo propio
52 maneras estupendas de pasar el tiempo en familia

Preparación para la escuela—Juego 1

Hitos en el desarrollo de los niños en edad escolar—¿Mi hijo está donde debería?
Prepare a su hijo para que aprenda a leer—Desde el nacimiento hasta los cinco años
Cómo seleccionar el mejor centro preescolar o guardería infantil para su hijo

Preparación para la escuela—Juego 2

Problemas disciplinarios comunes en los niños de edad preescolar—y cómo resolverlos
37 experiencias que los chicos deben tener antes de ingresar en la escuela
Prepárese para el Jardín de Infantes

Aprovechamiento en la escuela—Juego 1

Los años en la escuela primaria - los cimientos para desarrollar la lectura
Problemas disciplinarios comunes en los niños de primaria—y cómo resolverlos
31 Alternativas al tiempo frente a la pantalla para su hijo de primaria

Aprovechamiento en la escuela—Juego 2

Ponga a su hijo en una posición de ventaja: los 10 mejores secretos de los maestros que los padres pueden usar
Cómo ayudar a los niños a rendir mejor en los exámenes
Ayudando a los niños a organizar sus tareas y trabajos escolares

Aprovechamiento en la escuela—Juego 3

Ayude a su hijo a desarrollar un buen estilo de aprendizaje
Cómo inculcar en su hijo las cualidades que lo llevarán al éxito
Siete maneras comprobadas de motivar a los chicos a rendir mejor en la escuela

Cuando hay problemas—Juego 1

Ayude a su hijo a lidiar con los peleones y la intimidación
Ayude a su hijo a lidiar con la presión de los amigos
Cómo ayudar a su estudiante con dificultades

Otros fascículos importantes

Problemas disciplinarios comunes en los adolescentes—y cómo resolverlos
Qué hacer si su hijo tiene Trastorno por déficit de atención (ADD) o Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (ADHD)
Problemas disciplinarios comunes en los chicos de intermedia—y cómo resolverlos
Asegure una cómoda transición a la escuela intermedia

Para mayor información acerca de éstos y otros materiales para ayudar a los padres a fomentar el aprendizaje de los hijos:

1-800-756-5525
www.parent-institute.com

THE PARENT INSTITUTE®