

## SECCIÓN D - AYUDAR A LAS PERSONAS JÓVENES QUE HAN SIDO VICTIMIZADAS: "¿QUÉ DEBO HACER?"

Averiguar que el hijo o la hija de uno ha sido víctima es un momento en el que las emociones son turbulentas. Se puede sentir tristeza, cuando uno empatiza con la lesión, el sufrimiento o la humillación que un hijo o adolescente ha tenido que soportar. Se puede sentir culpabilidad, ya que uno se echa la culpa por no haberse dado cuenta de que algo andaba mal, o por no haber hecho algo antes. Se puede sentir un dolor residual propio, en el caso de que tal revelación reabra una de las heridas psicológicas propias por tal vez haber sido víctima de una manera similar. A menudo se siente enfado con los autores de la violencia, o con los que tienen autoridad y uno cree que deberían haber actuado para prevenirlo o detenerlo. En resumen, un conjunto complejo de emociones - ninguna de las cuales son agradables- suele estar implicado cuando un padre escucha este tipo de noticias.

Después de esta respuesta emocional inmediata, hay, por parte de un padre cuidador, la imperiosa necesidad de hacer algo - aquí, entra en acción un amor profundo por el hijo (y profundos instintos de protección, vividos tan visceralmente como los experimenta cualquiera de las especies inferiores de mamíferos) un padre siente la obligación absoluta de proteger, nutrir (e incluso en una inclinación más negativa, a veces de venganza) a nuestro hijo o hija.

**Actividad 6:** "Teniendo en Cuenta lo que Pueden hacer los Padres si sus hijos les Informan que Han Sido Víctimas" tiene por objetivo estimular a los participantes para que reflexionen sobre lo que Pueden hacer si su hijos les Informan que han sido Víctimas

Los padres necesitan estar cómodos con la forma de actuar frente a ambas formas de intimidación. De hecho lo que un padre tiene que reconocer en cyberbullying es que la educación de los hijos en el ciberespacio no es diferente de la que se les da en el mundo real. Los niños necesitan una dirección moral y ética, y límites claros apropiados al desarrollo para ser ciberciudadanos responsables y competentes. A continuación se presenta 6 estrategias que van a ayudar a las familias. Estas son:

- ⇒ "Descubrir lo que está mal";
- ⇒ "Inculcar el hecho de que el agresor tiene el problema, no la víctima"
- ⇒ "Inculcar el hecho de que no se debe luchar físicamente"
- ⇒ "La enseñanza de habilidades de afrontamiento para el acoso verbal en el hogar a través del juego de roles (el "tratamiento silencioso", la "utilización del humor", y la "asertividad")"
- ⇒ "Construir la autoestima en casa"
- ⇒ "Informar del problema a la escuela".

Si bien estas estrategias pueden parecer que vayan más encaminadas a la intimidación convencional que al cyberbullying es importante señalar que se pueden aplicar también al ciberacoso. Por ejemplo, puede parecer extraño en materia de acoso cibernético que se recojan recomendaciones acerca de no luchar físicamente, pero no es inusual para las cibervíctimas dejarse atrapar por la lucha física para arreglar cuentas, una situación que tan a menudo empeora las cosas, especialmente si está grabado en un teléfono móvil y se envía

como un videoclip. El mejor consejo es enseñar a las víctimas, si están cara a cara con sus torturadores, para que les hagan frente de manera asertiva. Sin embargo, además de lo anterior y específico para el acoso cibernético sería el siguiente consejo:

- ⇒ Discutir sobre las reglas cibernéticas (por ejemplo, no dar nunca información personal o fotografías que no quiera que el mundo conozca).
- ⇒ Vigilar y supervisar el uso de Internet
- ⇒ Enseñar habilidades de afrontamiento para lidiar con el acoso cibernético (por ejemplo, no responder o responder con calma, asertivamente o con humor como uno haría con la intimidación cara a cara, mantener el mensaje, bloquear el remitente, informar sobre el problema)
- ⇒ Aprender junto con su hijo sobre el ciberespacio
- ⇒ Informar el abuso al operador de telefonía móvil o al sitio web

1. Se presentara esta información a los padres a través de un power point o transparencias.
2. El grupo se dividirá en parejas y los participantes deben pensar en las siguientes cuestiones en relación con cada una de las estrategias anteriores.
  - Las habilidades que los padres necesitan para la aplicación de esta (sea concreto)
  - Las cosas en las que los padres pueden encontrar dificultades en la aplicación de esta
  - La gente joven podría tener reparos si se hizo un intento de aplicar esta
  - Cómo implementaría esta, o aconsejaría a alguien más para hacerlo.
  - La información y habilidades que necesito antes de intentar la implementación de esta por mí mismo
  - Cómo podría implementaría o asesorar a alguien más para hacerlo así.
  - ¿Qué otras consideraciones podría haber en la recomendación/aplicación de esta estrategia ?
3. Se deja una franja de veinte minutos para esta fase de la actividad. Antes de escribir cualquier cosa, los participantes deben ser conscientes de que parte de la actividad global implica el "intercambio" de estas hojas con una pareja, y la discusión de la aparición de temas del grupo basada en la retroalimentación que han dado.
4. Las parejas vuelven a reunirse e inician un diálogo de diez minutos entre sí, acerca de los comentarios compartidos que han dado unos a otros.
5. El "grupo global" (es decir, todos los participantes juntos) vuelven a formarse. Para finalizar con la actividad se inicia un debate sobre la actividad, planteando las siguientes preguntas:
  - ¿Qué puntos de similitud había entre las parejas? Y, después de haber retroalimentado al grupo "global", ¿qué puede decirse acerca de esto sobre todo el grupo?
  - ¿Qué puntos de diferencia había entre las parejas? Y, después de haber retroalimentado al grupo "completo", ¿qué puede decirse acerca de esto sobre todo el grupo?
  - Hablando sólo para uno mismo, ¿cuál es la cosa más importante/útil que los participantes han aprendido mediante la realización de esta actividad?

