



Lo que pueden hacer los adultos para prevenir y eliminar la intimidación

Miles de niños viven temerosos a causa de la intimidación y sufren humillaciones, obtienen malas calificaciones y se sienten oprimidos. Si usted piensa que es sólo una etapa por la que pasan todos los niños, se equivoca. Es mucho lo que usted puede hacer para proteger de la intimidación a los niños cercanos a usted.

La intimidación se produce una vez cada siete minutos en el patio de recreo, y una vez cada 25 minutos en el aula. (Pepler et al., 1997)

¿Qué es la intimidación?

La intimidación se define como una actividad hostil, consciente, deliberada, intencional y repetida, marcada por el desequilibrio de poder, la intención de dañar y/o la amenaza de agresión. Cuando la intimidación empeora con el tiempo, puede llevar a sentir una sensación de terror a la persona que la está sufriendo. Como resultado de la intimidación, a menudo surgen sentimientos contradictorios entre el niño que intimida y su víctima. La persona que intimida puede sentirse entusiasmada, poderosa y entretenida, mientras que la víctima siente miedo, vergüenza o dolor.

La intimidación no es un problema de disciplina, sino de relaciones.

Si lo piensa bien, verá que la mayoría de las personas han sido objeto de intimidación en algún momento de sus vidas. También pueden haber sido ellos mismos los intimidadores o, sin duda, pueden haber visto a alguien que sufría intimidaciones.

La intimidación puede tomar diferentes formas, como ser:

Verbal: burlas, insultos, denigraciones y amenazas.

Social: exclusión de los grupos de compañeros, formación de pandillas o burlas grupales.

Física: agresión.

Cibernética: uso de la computadora u otras tecnologías para acosar o amenazar.

La intimidación es dañina y perjudicial, y NO es un aspecto normal del crecimiento.

Cómo saber si un niño está sufriendo intimidaciones.

Los niños no siempre cuentan cuando los intimidan porque sienten vergüenza o temor de que la persona que lo hace se venga de ellos. A veces los niños creen que deben permanecer en silencio a fin de pertenecer. El comportamiento de los niños puede proporcionar pistas sobre la intimidación, incluso antes de que estén dispuestos a hablar del tema.

¿Necesita hablar con alguien sobre la intimidación?

Llame al 1-888-456-2323 (número gratuito en Alberta las 24 horas).



Señales de advertencia

- Tiene miedo de ir a la escuela o se queja de malestares por la mañana.
- Falta a la escuela o comienza a obtener malas calificaciones.
- “Pierde” sus pertenencias o vuelve a casa con la ropa o los libros destruidos.
- Vuelve a casa o a la escuela con contusiones o cortes.
- Tiene pesadillas, está retraído o comienza a intimidar a otros niños.
- Intenta suicidarse o habla sobre el suicidio.

Todos tenemos un papel que desempeñar para hacer que nuestras comunidades, hogares y escuelas sean lugares prometedores y felices.

Qué puede hacer usted

Si sospecha que un niño está sufriendo intimidaciones, pregúntele directamente. Si la respuesta es sí, puede ayudarlo de inmediato de alguna de estas siete maneras:

- 1. Consolarlo.** Hágale saber al niño que usted está ahí para apoyarlo, y que hará todo lo posible para ayudarlo a sentirse a salvo. Explíquelo al niño o niña que el abuso no es culpa de él o ella. Aliente al niño a pedir ayuda, y a no rendirse hasta que la consiga.
- 2. Trabajar juntos.** Las escuelas y los padres deben trabajar juntos para prevenir y eliminar la intimidación. Los padres deben comunicarse de inmediato con la escuela, para asegurarse de que se haga un seguimiento de la situación de modo que sus hijos estén a salvo. Las escuelas deben elaborar un plan de supervisión e intervención durante los recreos y el receso del mediodía, y fomentar un clima donde todos los estudiantes estén a salvo, protegidos y puedan pedir ayuda si es necesario.
- 3. Tomar los recaudos necesarios para la seguridad.** Si la intimidación se produce camino a la escuela, los padres pueden organizarse para que sus hijos vayan con niños mayores que los apoyen, o llevarlos personalmente a la escuela hasta que haya pasado la amenaza de la intimidación. Hable con su niño para que se asegure de estar dentro de un grupo y no quedarse aislado.
- 4. Ayudarlo a desarrollar seguridad en sí mismo.** Los niños que intimidan tienden a hacerlo con niños que están aislados, por lo que ayudarles a sus niños a confiar en sus propias habilidades sociales puede hacer una gran diferencia. Anímelos a participar en clubes o grupos sociales que compartan intereses similares.
- 5. Practicar respuestas eficaces.** Practique con su niño para que sepa qué decirle a alguien que lo esté intimidando. Por ejemplo, el niño puede decir con firmeza: “Basta. Esto no me gusta”, y alejarse.
- 6. Fortalecer la autoestima.** Genere oportunidades para que su niño haga algo bien (una tarea, un deporte o pasatiempo) y alábelo(la) para ayudarlo a fortalecer su autoestima.
- 7. Comunicarse:** Aliente a su niño para que le hable de sus sentimientos e ideas. Esto puede tomar varios intentos hasta que sea capaz de liberarse del miedo de estar acusando.

Para obtener más información sobre la intimidación, visite el sitio www.bullyfreealberta.ca.

¿Necesita hablar con alguien sobre la intimidación?

Llame al 1-888-456-2323 (número gratuito en Alberta las 24 horas).