

'Ciberbullying': acoso en las redes

JUNIOR REPORT 17/5/2019

ENTRAMOS EN EL TEMA

¿Sabes qué es el *bullying*?
¿Y el *ciberbullying*?
Coméntalo con tu compañero.

LEEMOS EL TEXTO

1. ¿Cuáles son las principales características del *ciberbullying*?
2. ¿Cómo afecta el acoso a la víctima?
3. ¿Cuál es el colectivo que más sufre *ciberbullying*?
4. ¿Cuáles son las principales recomendaciones para evitar el *ciberbullying*?

MANEJAMOS LA LENGUA

1. ¿Qué sinónimo de *ciberbullying* se usa en el texto? ¿Existe una palabra en tu lengua para este fenómeno?
2. Busca en el texto qué palabras acompañan a las siguientes.
 - **maltrato:** psicológico
 - **afectar a:**
 - **estrés:**
 - **rechazo:**
 - **mensajes:**
 - **entorno:**
 - **combatir:**
3. Además de las mencionadas en el texto, ¿qué otras medidas se pueden tomar para evitar el ciberacoso?
4. En grupos, diseñad una campaña contra el ciberacoso. Elegid un lema y escribid seis recomendaciones para combatirlo. Podéis buscar en internet imágenes o vídeos para acompañar vuestra presentación.

HABLAMOS

1. ¿Crees que hoy en día hay más casos de acoso escolar que en el pasado? Justifica tu respuesta.
2. ¿Qué otros problemas existen en las escuelas actualmente?



Difundir los ataques y burlas en internet es una forma de *'ciberbullying'* o ciberacoso. (Getty)

1 El *ciberbullying* es el acoso o maltrato psicológico contra una persona que se comete a través de mensajes de móvil o publicaciones en páginas web, plataformas o redes sociales como Instagram o SnapChat.

Los insultos y amenazas pueden convertir la vida de la persona afectada en un infierno, afectando a su autoestima y su seguridad. Los afectados pueden sufrir estrés emocional o rechazo social. En algunos casos se han llegado a producir suicidios.

Este tipo de acoso puede ser muy intenso, ya que las redes sociales permiten difundir los mensajes de odio a gran escala y en cualquier momento: las víctimas son atacadas a todas horas, incluso en fines de semana. Nunca hay una hora límite para el móvil.

A pesar de que la sociedad está cada vez más concienciada sobre los graves efectos del ciberacoso, las medidas para combatirlo son insuficientes. En el entorno escolar, muchos profesores, padres y madres y estudiantes no saben cómo actuar ante estos casos.

Normalmente los acosadores actúan desde el anonimato, de manera que es muy difícil identificarlos. Además, las víctimas suelen callar por vergüenza o miedo a las represalias de sus acosadores.

El silencio es uno de los principales problemas a la hora de detectar el ciberacoso y por eso es muy importante denunciarlo si se sufre o si se conoce algún caso.

¿Cómo combatir el ciberbullying?
La sensibilización es crucial a la hora de combatir y prevenir el *ciberbullying*.

Es necesario concienciar sobre el buen uso de las redes sociales desde la infancia. A la hora de detectar un caso de ciberacoso, también es muy importante detectar posibles cambios de comportamiento, como que la persona se vuelva más irritable si interactúa con algún dispositivo digital.

También puede ser que la persona afectada no quiera ir al colegio o a la universidad, tenga cambios de humor,

pierda relación con los amigos o tenga una bajada en el rendimiento escolar.

Una vez detectado el caso, hay que ponerlo en conocimiento de la escuela para que la dirección active protocolos de actuación: hablar con las víctimas y los acosadores para poner fin al maltrato. En algunos casos también puede ayudar acudir a psicólogos.

Las chicas son más vulnerables que los chicos a la hora de sufrir *ciberbullying*: se calcula que dos de cada tres víctimas son chicas. La asociación española Stop Haters apunta que el *ciberbullying* se produce principalmente en mujeres jóvenes de 15 a 25 años.

Consejos prácticos
Además de denunciarlo en seguida para evitar consecuencias más graves, es importante realizar capturas de pantalla que servirán como pruebas del delito. También es recomendable restringir al máximo la privacidad en redes sociales, por ejemplo en Facebook, y evitar que personas desconocidas puedan acceder a tu información, puedan ver tus fotos o agregarte.

Cambia tus claves de acceso de forma regular y bloquea a las personas que te acosen desde el principio para evitar que los ataques vayan a más.

La lucha contra el *ciberbullying* es un asunto que nos afecta a todos: padres y madres, centros escolares, menores y, en algunos casos, mayores de edad, medios de comunicación, legisladores y gobiernos.