

## Las mejores maneras de evitar el acoso escolar

- Crear un entorno familiar de tolerancia, donde se celebren las diferencias y todos sientan que se les valora.
- Hacer campaña en la escuela para que se desarrollen normas y procedimientos con respecto al acoso escolar. Tenga en mente que la ley del estado prohíbe el acoso por cualquier motivo, incluyendo motivos de raza, color, religión, origen, nacionalidad, sexo, orientación sexual o discapacidad mental, física o sensorial.
- Pedir que se implemente un programa de prevención del acoso escolar en su escuela.
- Intervenir todas las veces que sea testigo de incidentes de acoso. Evitarlo es responsabilidad de todos.
- Si su hijo acosa a otros, hacer que esto tenga consecuencias, de manera predecible, coherente y natural.
- Brindar apoyo al niño acosado. Trabaje con la escuela para ofrecer a su hijo una protección efectiva contra las represalias. Ofrezca apoyo emocional en casa.
- Alentar a las personas ajenas al acoso para que se manifiesten en contra del acoso escolar, que lo denuncien a los adultos y que se muestren amistosos con los niños excluidos.
- Pasar tiempo con su hijo y con otros niños. Todos los niños necesitan una conexión diaria y personal con sus padres, maestros y otros adultos que se preocupen por ellos.



## Cómo saber si su hijo está involucrado

Mantenga las líneas de comunicación abiertas, pero no espere que su hijo le cuente automáticamente que está sufriendo de acoso en la escuela. En lugar de ello, observe las señales.

Por ejemplo, si su hijo está siendo víctima de intimidaciones, es posible que:

- No quiera ir a la escuela.
- No quiera reunirse con sus compañeros después de clases.
- Vaya a la escuela usando una ruta indirecta o diferente de la habitual.
- Presente cortes o magulladuras no explicadas, o sufra de dolores de cabeza o de estómago.
- Parezca estar deprimido o taciturno.
- Pierda sus cosas o necesite más dinero que de costumbre.

Estas son algunas señales que pueden indicar que su hijo está acosando a otros niños. Su hijo:

- Presenta un comportamiento agresivo, a veces incluso hacia los adultos.
- Suele empujar a otros niños o burlarse de ellos
- Es dominante y manipulador.
- Se muestra zalamero en situaciones difíciles.
- Se frustra con facilidad.

### Oficina de Educación y Resolución de Quejas Office of the Education Ombuds

155 NE 100th Street  
Suite 210  
Seattle, WA 98125-8012

Número sin cargo: 1-866-297-2597

Fax: (206) 729-3251

[www.oeo.wa.gov](http://www.oeo.wa.gov)

Póngase en contacto con la Oficina de Educación y Resolución de Quejas si desea recibir este documento en un formato alternativo para discapacitados.

La Oficina de Educación y Resolución de Quejas ofrece información y servicios de asistencia a estudiantes, familias y comunidades con respecto al sistema de educación pública, promueve la participación de la familia y la comunidad en la educación y ayuda a las familias y estudiantes a resolver conflictos con las escuelas.



## Acoso escolar Bullying at School

Oficina de Educación y Resolución de Quejas

Office of the Education Ombuds

Lo que una familia puede hacer

What a Family Can Do

Washington State  
Governor's Office of the  
**Education  
Ombuds**

*We listen. We inform. We help solve problems.*

Estado de Washington Oficina del Gobernador  
State of Washington Office of the Governor

Spanish

# El acoso escolar es siempre un problema serio

Los niños necesitan sentirse seguros para poder aprender. Para asegurarse de que esto ocurra, todas las mesa directivas escolares de Washington tienen la obligación de desarrollar una norma de prohibición del acoso, la intimidación y el maltrato en las escuelas. Cada distrito escolar debe dar a conocer su norma a los padres, estudiantes, voluntarios y empleados de la escuela

## ¿Qué es el acoso escolar?

El acoso escolar es un comportamiento negativo reiterado que se aprovecha de los más débiles, y a veces hasta logra que el niño que es víctima del abuso se sienta culpable. Los golpes, los insultos, el aislamiento y la humillación son formas de acoso. También es acoso la difusión de rumores, chismes y las amenazas por Internet. Más de uno de cada cuatro estudiantes de 8º grado afirmaron en una encuesta del estado de Washington de 2006 que habían sido víctimas de acoso por lo menos una vez en el mes anterior.

## Malas noticias para todos

Las consecuencias pueden ser malas tanto para la víctima como para el agresor. El niño que es víctima de acoso puede sentirse deprimido y ansioso, una situación que puede durar toda la vida. El niño acosador, al abusar de su poder ya desde temprana edad, presenta mayores tendencias de involucrarse en delitos. Los niños involucrados en el acoso, ya sea como acosadores o víctimas, también presentan riesgo de abuso de alcohol, tabaco o drogas ilegales.



# Si hay un problema

- No se ponga a culpar a nadie. Concéntrese en las soluciones.
- Hable con su hijo sobre lo que ha sucedido. Pida detalles específicos.
- Informe al maestro, consejero escolar y al director, si todavía no tienen conocimiento del problema.
- Presente la denuncia en la policía si su hijo ha sufrido lesiones.
- Averigüe en la escuela cuál es el proceso para hacer una denuncia.
- Solicite que la escuela investigue los hechos y desarrolle un plan para mejorar la situación.
- Anote los detalles de incidentes específicos de acoso, así como las conversaciones que mantenga con los funcionarios escolares y otros padres.
- Ocúpese del asunto aunque su hijo no quiera que usted se involucre, siempre que pueda garantizar la seguridad de su hijo. No deje de decirle a su hijo por qué esto es necesario: por ejemplo, para que las cosas mejoren y todos puedan protegerse.
- Insista en que se supervise y proteja al niño que es víctima de acoso.

## QUÉ SE DEBE ESPERAR DE LA ESCUELA

- Disciplina para el niño abusador.
- Mayor supervisión de los estudiantes en el edificio escolar.
- Protección contra las represalias para cualquier niño que haya denunciado el acoso.
- Ayuda para que un niño aislado tenga amigos.
- El compromiso de evitar el acoso en el futuro, que se manifieste en acciones concretas.

Si el director no responde de manera satisfactoria para usted, póngase en contacto con la oficina del superintendente escolar. Póngase en contacto con la Oficina de Educación y Resolución de Quejas si tiene alguna pregunta.

## AYUDA EN EL HOGAR PARA UN NIÑO AGRESIVO

Converse con su hijo sobre el incidente de acoso. Ayude a su hijo a contar lo que ocurrió sin acusar o culpar a nadie. Intente que su hijo entienda la situación desde el punto de vista de las demás personas involucradas y que entienda de qué manera se vieron afectados los demás. Averigüe qué pretendía obtener su hijo: ¿poder, atención, diversión? Piensen juntos en formas más constructivas de lograr ese objetivo.

Manténgase firme en su posición de que no tolerará el acoso. Determine con calma una consecuencia que no sea un castigo físico, aunque la escuela ya haya tomado medidas disciplinarias. Por ejemplo, en una manera natural, limite los privilegios, tales como la televisión.

## AYUDA EN EL HOGAR PARA EL NIÑO QUE ES VÍCTIMA DE ACOSO

Dígale a su hijo que el acoso no ocurre por su culpa. Reconozca que su hijo no es responsable de la solución de una situación de abuso por parte de alguien más fuerte o por un grupo.

No le diga a su hijo que debe ignorar el acoso, ni que reaccione. En la mayoría de los casos, para el momento en que los padres se enteran del acoso, estas respuestas han demostrado no dar resultado.

Converse sobre las ideas que tiene su hijo para detener el acoso.

Elogie a su hijo por los esfuerzos realizados y aliéntelo para que siga denunciando todos los incidentes de acoso a un adulto.

Si su hijo está aislado de sus compañeros, ofrezca nuevas oportunidades de socialización, tal como actividades después de clases, clubes o deportes.

## AYUDA PARA CUALQUIER NIÑO INVOLUCRADO EN ACOSO ESCOLAR

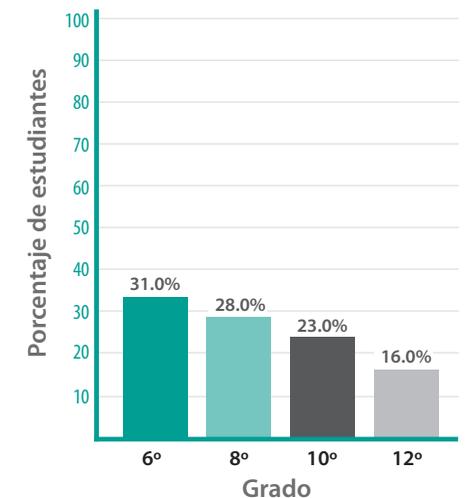
Sea un modelo de conducta segura y respetuosa para su hijo.

Mantenga un clima cálido en el hogar, y ofrezca tiempo de calidad a su hijo todos los días. Establezca medidas de disciplina de forma coherente. Observe y elogie el buen comportamiento de su hijo.

Obtenga ayuda profesional para su hijo y su familia si no hay progreso dentro de un plazo razonable.

# Acoso en las escuelas públicas del estado de Washington

Estudiantes víctimas de acoso en Washington en un plazo de 30 días



Resultados de la encuesta de 2014 sobre salud de los jóvenes  
Healthy Youth Survey 2014 Survey Results