

Pauta para padres

Este cuento nos habla sobre un dragón multicolor que no es aceptado por sus pares por ser diferente y de cómo sus compañeros ejercen actos de violencia hacia él.

En la actualidad esta situación es mucho más común de lo que imaginamos. Los índices de Bullying escolar van en aumento. Según el último informe de la Unesco, 1 de cada 3 escolares en el mundo sufren de bullying.

¿Qué es el bullying escolar?

La palabra bullying deriva del inglés y se traduce como acoso o intimidación por parte de un grupo a una persona de forma repetida a lo largo de un tiempo determinado. Este acoso puede extenderse a través de las redes sociales lo que deriva en cyberbullying. Es una problemática que afecta a nivel físico y psicológico, repercutiendo en la vida adulta.

El bullying se manifiesta de distintas formas: verbal (insultos y apodos mayormente), físico (empujones, patadas, golpes, agresiones con objetos), psicológico (amenazas, chantaje, también a través de las redes sociales) y social (ignorando, excluyendo a la víctima y aislándolo respecto del grupo).

¿Cómo reconocer si tu hijo (a) es víctima de bullying?

1. Aumento o disminución del apetito.
2. Manifiesta reiteradamente que no quiere ir al colegio.
3. Trastornos del sueño.
4. Aislamiento.
5. Síntomas psicósomáticos (dolores de estómago, cabeza).

Cómo ayudar a tu hijo (a) que ha sido víctima de bullying

1. Agradecerle que te lo haya contado.
2. Conversar con sus profesores. Preferir las conversaciones directas, evitar plantear las situaciones en los grupos de WhatsApp.
3. No enjuiciar al otro (victimario). Es importante conocer la realidad de quien ejerce esta violencia, porque probablemente el victimario proyecta una propia realidad conflictuada.
4. Buscar ayuda con profesionales expertos, pues muchos ya presentan una sintomatología depresiva que debe ser abordada.
5. Fortalecer lazos de amistad con sus pares.
6. No obligarlo a asistir al mismo colegio o escuela, analizar juntos la posibilidad de un nuevo ambiente, siempre evaluando la mejor alternativa para su bienestar.

Comentemos

¿Conoces a alguien diferente que se sienta como Rufus?

¿Crees que lo está pasando bien o mal?

¿Crees que puedes ayudar a alguien que esté pasando por la situación de Rufus o a algún amigo tuyo que lo estén molestando o aislando?

Si tú fueras Rufus, ¿qué harías en su lugar?