

¿Cómo puedo identificar que mi hijo esta siendo víctima de Bullying?

Por Cristina Jáuregui

(Extracto del libro ¡YA BASTA! Acabemos con el Bullying.)

Muchas veces el Bullying nos pasa desapercibido, suele ser silencioso y fuera de la vista de los adultos, es por esto que aquí te doy unos tips, que te pueden ayudar a identificar si tu hijo esta siendo víctima de acoso escolar.

- No quieren ir a la escuela y anteriormente les gustaba mucho.
- Están muy tristes, sus ojos no brillan. Difícilmente sonrín. Están pensativos, callados y muchas veces cansados.
- Inventan diversas enfermedades, dolores de cabeza, de estómago.
- Pueden dejar de comer, aun lo que les gustaba mucho, o por la ansiedad comen compulsivamente.
- Ya no quieren estudiar y bajan sus calificaciones.
- Pasan mucho tiempo haciendo tarea y si vemos con cuidado, pueden estar haciendo tarea para otro compañero que los está amenazando.
- Piden dinero sin explicar para qué, o lo toman sin permiso.
- Tienen mucho miedo a ser descalificados si dicen lo que les esta pasando.
- Están nerviosos, enojados, estresados.
- Pasan mucho tiempo frente a la computadora, y pareciera que están respondiendo a muchos amigos, pero pueden ser justo los mensajes ofensivos y las amenazas.

Si identificaste que efectivamente tu hijo esta siendo victima del Bullying, ¿Qué puedes hacer?

Se que enterarte que tu hijo esta siendo victima no es agradable ni fácil, así que seguramente sentirás enojo e impotencia, trata de mantener la calma, dile a tu hijo cuanto lo quieres y que no esta solo. Aclárale que el hecho de que este sufriendo acoso escolar no significa que no es valiente; al contrario, es muy valiente por pedir ayuda.

Apunta todo lo que te diga, para que tengas antecedentes y notas claras.

Por ningún motivo te enfrentes solo con los padres del agresor, recuerda que violencia trae mas violencia.

Pide ayuda profesional, no minimices el daño, infórmate, si hay soluciones, pero por lo general necesitas ayuda tanto de un especialista como de maestros y directivos.