



CIBERBULLYING

Lo que los padres deben saber



LOSER CHAPARRO :(- JERK

¿Qué es ciberbullying?

El acoso cibernético es intimidación (bullying), o comportamiento vil, que se lleva a cabo utilizando la tecnología electrónica. Los ejemplos incluyen insultos vía mensajes de texto, rumores enviados por correo electrónico o en los sitios de redes sociales. También existen secciones llamadas “burn pages” en las páginas de Facebook que difunden rumores o mentiras usando fotos embarazosas, videos, sitios en internet, o falsos perfiles en línea. Los ataques a menudo se vuelven más frecuentes a través del tiempo, éstos usan más de un tipo de comunicación y pueden provenir de múltiples personas.

¿Cómo puedo ayudar a mantener seguro a mi hijo(a)?

- Mantenga la computadora de su hijo(a) en un espacio compartido para que pueda supervisar su actividad.
- **Si usted no sabe cómo utilizar el dispositivo móvil (celular), el internet, o la computadora que su hijo(a) está usando, pídale que le enseñe. No tenga vergüenza, de lo contrario, a su hijo(a) quizás le guste enseñarle.**
- Conozca los sitios en Internet que su hijo(a) visita, y sus actividades cibernéticas. Familiarícese con las salas de chat, mensajes de texto, correo electrónico, y las diferentes redes sociales, tales como: Facebook, Instagram, MySpace, Foursquare, Twitter, etc.
- Pídale a su niño(a) que le muestre su perfil en las diferentes redes sociales que usa, pero esté consciente de que puede tener más de una identidad, por lo que puede no estarle mostrándole todo lo que sus amigos ven.
- **Pídale a su hijo(a) que le muestre lo que está haciendo para proteger su identidad en Internet.**
- Actualice la configuración de privacidad en las redes sociales que usa su hijo(a). Asegúrese de que no comparta sus claves con amigos.
- Solicite las claves de su hijo(a), pero dígame que sólo las utilizará en caso de emergencia.
- Haga una búsqueda en Internet con el nombre de su hijo(a) para ver qué tipo de información existe en línea. Puede encontrar más información si incluye la ciudad o nombre de la escuela en la que va.
- **Ayude a sus hijos a entender las consecuencias de compartir información personal, fotografías o videos de ellos mismos.**



¿Sabía usted?

- El ciberbullying puede comenzar en el cuarto grado y es común en sexto, séptimo y octavo grado.
- **Casi el 50% de los adolescentes han sido víctimas de ciberbullying.**
- Mensajes, fotos y vídeos pueden enviarse anónimamente y ser distribuidos fácilmente a mucha gente.
- El ciberbullying puede conducir a la depresión, baja autoestima, problemas de salud, malas calificaciones o pensamientos suicidas.
- Las personas que sufren de bullying podrían recurrir al abuso de alcohol o drogas.
- El ciberbullying puede ser un delito.
- **La mayoría de los niños podrían tener temor de decirles a sus padres que son víctimas de ciberbullying.**

Actúe:

- Anime a sus hijos(as) a que le digan inmediatamente si ellos, o alguien que conocen, están siendo acosados o intimidados por alguien. Explíqueles que usted no les quitará sus computadoras, o teléfonos celulares, si confían en usted y le platican del problema que están teniendo.
- Dígale a sus hijos(as) que no deben responder a las amenazas o acoso que existe en Internet. Sin embargo, **NO BORRE LOS MENSAJES**. Imprímalos ya que los necesitará para demostrar exactamente lo que está sucediendo.
- Bloquee al bully.
- Reporte las primeras sospechas de ciberbullying a la escuela de su hijo(a).

CREEP DUMB U SUCK :- (LAME



Son las 10 de la noche.

¿Sabe que está haciendo su hijo(a)
en Internet?

Aprenda más acerca del
ciberbullying

Reporte el ciberbullying

SaludSiempreVC.org/es/bullying

Comuníquese con la escuela
de su hijo(a).

Disponible gracias a Ventura County Behavioral Health,
un departamento de la Agencia de Salud del Condado de Ventura
La Ley de Servicios de la Salud Mental • Alcohol & Drug Programs

