



# DÍA CONTRA EL CIBERACOSO

Como sociedad vivimos un momento de acceso instantáneo a internet desde teléfonos celulares, tabletas o computadoras, los cuales abren la puerta a nuevas y emocionantes formas de conectarse, interactuar y aprender.

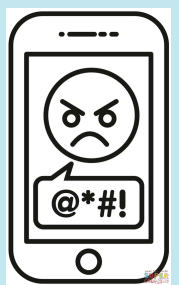
Con el paso de horas en las pantallas, los niños y jóvenes se exponen a más riesgos propios de la vida digital. A pesar de los beneficios del internet y de su capacidad de interconectividad, su mal uso, conlleva una serie de amenazas virtuales, por lo que es primordial que nos informemos sobre estas formas de interacción dañina.

## ¿Qué es el Ciberacoso?

El ciberacoso es la intimidación psicológica, hostigamiento o acoso y humillación que se produce entre pares a través de un medio digital y generalmente, desde el anonimato. Es sostenida en el tiempo y cometida con cierta regularidad; y puede incluir videos, imágenes, comentarios o mensajes que dañan. Su impacto es mayor ya que las redes sociales tienen audiencias ilimitadas



Incluye enviar, publicar o compartir contenido negativo, dañino, falso o malo sobre otra persona ya sea al compartir información personal o privada sobre otra persona, causando vergüenza o humillación. Algunas veces puede cruzar la línea hacia un comportamiento ilegal o criminal.



Fuente: StopBullying.gov

## ¿Cuales son los efectos del Ciberacoso?

- Aislamiento.
- Baja autoestima.
- Sensación de vulnerabilidad e inseguridad.
- Problemas para interactuar socialmente.
- A largo plazo, puede generar depresión crónica o fobia social con consecuencias lamentables.



## ¿Cómo se puede prevenir el Ciberacoso?

Es importante conversar sobre los valores de respeto en el mundo virtual, el cual tendrá repercusiones en la presencialidad.

La navegación a través de las redes sociales, y de la web en general, queda registrada convirtiéndose en la huella digital, nada es privado en los medios digitales. Por lo tanto es importante abrir la conversación desde conceptos como privacidad, seguridad, contenidos delicados y sensibles en la web, etc.



## Recomendaciones Generales

- Todos los amigos se hacen bromas entre ellos, pero hay ocasiones en que es difícil saber si alguien solamente se está divirtiendo o si está tratando de herirte, sobre todo en línea. Pero si te sientes herido o piensas que alguien se está riendo de ti y no contigo, entonces la broma ha ido demasiado lejos. Si continúa después de que le hayas pedido a esa persona que no lo haga más y sigues sintiéndote molesto, podría tratarse de acoso.
- Es conveniente reunir pruebas -mensajes de texto y capturas de pantalla de las publicaciones en las redes sociales- para mostrar lo que está ocurriendo.
- Para que el acoso se detenga, no solo hay que detectarlo. Es fundamental denunciarlo. También puede ser importante mostrar al acosador que su comportamiento es inaceptable.
- Si te están acosando en línea, hablar con un adulto de confianza - alguien con quien te sientas seguro(a) al hablar de este tema- es una de las primeras cosas que debes hacer y también una de las más importantes.

**El Ciberacoso atenta contra la convivencia escolar, que es clave para el aprendizaje, el bienestar integral, desarrollo personal y social de todos los integrantes de la comunidad educativa.**