

Understanding Playful vs Hurtful Teasing and Bullying Behavior-Spanish

Entendiendo Bromear vs Lastimar
Comportamiento de Burla y Acoso



Entendiendo el comportamiento de jugar vs. Lastimar, burlar y acosar.

Este panfleto está diseñado para ayudar a los padres y estudiantes a recorrer los caminos turbios del comportamiento que pueden ser vistos como comportamientos hirientes, burladores o acosadores. Esto, está dividido en secciones que ayudarán al lector a entender varios aspectos del comportamiento que pueden ser vistos como inapropiados.

Además, el panfleto está diseñado para crear preguntas, y para ayudar a comenzar un diálogo entre usted y su hijo(a).

Para comenzar, tenemos algunas preguntas que nos gustaría que usted pensara, a medida que vaya leyendo este panfleto.

- 1) ¿Fue usted alguna vez fastidiado?
- 2) ¿Fue alguna vez acosado hasta el punto de no querer ir a la escuela?
- 3) ¿Alguna vez usted se burló o acosó a otra persona?
- 4) ¿Conoce usted la diferencia entre el comportamiento de burlar y acosar.

Es muy importante recordar que nuestra percepción determina como lidiar y ver la variada de las situaciones. Por ejemplo, si usted fue fastidiado cuando era niño, usted va a estar más alerta al comportamiento del acoso que alguien que nunca ha experimentado el acoso.

Estudios recientes

Hay una gran cantidad de estudios indicando que aproximadamente el 30% de todos los niños están envueltos en un comportamiento de acoso (Espelage & Swearer, 2003; Nansel et al, 2001). Estos niños caen en tres definidas categorías; el acosador, la víctima/el blanco, y los niños “en la zona gris” (los niños que acosan y que son acosados). Cada grupo tiene varias características. Así como vaya leyendo la lista, piense acerca de sus propios niños/adolescentes. ¿Parecieran ellos calzar en alguno de estos grupos?

El acosador- Tiende a ser hiperactivo, frecuentemente ellos tienen una gran aceptación de comportamientos antisociales (Nansel, 2004), frecuentemente son populares (Ormel, 2005), y por lo general no se sienten afectados causando dolor y sufrimiento (Nansel, 2004; Ormel, 2005).

La víctima/el blanco- Tiende a tener un nivel bajo de auto estimación, una alta ansiedad un alto grado de soledad (Hanish & Guerra, 2004).

Los niños que están en la zona gris- Estos niños son acosados y toman turnos para acosar a otros. La mayor parte del tiempo, no estamos seguros si son ellos los que empiezan el acoso o si es una reacción al estar siendo acosados. De los tres grupos los niños en la zona gris, tienen el mayor nivel de ansiedad, grandes problemas con la autoestima, depresión e ideas suicidas (Nansel, 2004; Ormel, 2005).

Algo para pensar



¿Lo sorprende alguna de estas cosas?

Padres, si ustedes tuvieran que elegir una categoría concierne al comportamiento de su hijo(a), y de como ellos se ven a sí mismos, ¿En cuál categoría usted cree que él o ella se alinearía más cercanamente?

Estudiante, crees que calzarías en alguna de las categorías de más arriba?

Cuando está bien bromear



Algo para pensar

¿Crees tú que alguna vez, está bien burlarse?

Sí o No

Nosotros vivimos en una sociedad donde el bromear es parte de nuestra cultura. Con el fin de asegurar que estamos bromeando de un modo que no causemos dolor, o lastimar a otros, debemos diferenciar entre las veces que el bromear es jugando y cuando es hiriente.

La broma es un juego cuando:

- Cuando usamos la broma o burla como una manera de integrarnos o cuando hablamos con nuestros amigos, y todos están participando

y obteniendo una misma porción del “pastel de la broma”

- La gente no hace bromas con la discapacidad de una persona, con la raza, la fe u otras características que están fuera del control de la otra persona.
- ¿Puedes pensar de alguna otra cosa que esta fuera del control de alguien?

- Esto no significa lastimarte de alguna manera y si tú le pides a la persona que pare, ellos deberían parar.
- La broma es hecha por alguien con la cual tú tienes una cercana relación.
- El bromear no es algo que se repite una y otra vez.
El bromear es lastimoso cuando:
 - Una persona es la que está victima de más bromas aceptadas y luego pasa a ser el blanco del grupo, todos en contra de una persona.
 - Cuando las bromas pasan repetitivamente, aun cuando la persona a pedido que paren.
 - Una broma hiriente es hecha por alguien con quien tú no tienes una amistad.
 - Las personas están haciendo una broma de características que están fuera del control de la persona (fe, discapacidad, etc.

¿Cuándo el bromear burlándose pasa a ser una broma hiriente?

Si tú piensas que bromear es un juego mientras las dos partes estén de acuerdo y los niños envueltos saben que no están siendo heridos. Actúa como comunicación y es usual entre los amigos.

La broma hiriente no es más una broma de juego.

Comentarios hechos entre personas, donde uno comienza a ser ofendido o le pide a la persona que pare, y que ellos no lo hagan más. Las bromas hirientes pueden ser dolorosas e incómodas para la persona que está siendo molestada, especialmente si se hace frente de sus compañeros. Las bromas hirientes pueden hacer sentir a la persona **inferior**.

Algunas personas usan a veces talentos, para hacer sentir a otros inferiores, en vez de hacerlos sentir bien. Los “talentos” son atributos positivos, o cualidades que nos ayudan a brillar o a lucirnos.

Por ejemplo, alguno de nosotros somos buenos escuchando, interesados por el bienestar de los demás, comprensivos, y muy organizados.

Algunos de nosotros brillamos en lo académico, deportes, arte y música. Algunos tienen talento para comprar, ¡o para ser críticos de la TV!

Cualquiera sea tu talento, es muy importante que lo uses para subir a las personas (hacerlas sentir bien) y no hundirlas (hacerlas sentir inferior)!

Algo para pensar



¿Así, cuáles son tus talentos?

Como familia, tome algunos minutos para conversar acerca de ¿Cuáles son algunos de tus talentos?

Recuerde cuando alguien usa sus talentos para hacer sentirse a alguien inferior, está haciendo que se sienta “menos”

Características que diferencian la broma hiriente del comportamiento de acoso

La mayoría de los estudios que definen el comportamiento de acoso tienen tres a cuatro características comunes. Hemos puesto una sigla, para ayudarte a recordar los tres componentes principales que diferencian un comportamiento de acoso de la broma hiriente.

Hemos llamado a esta sigla **RAP**®.

R – ES **R**EPETIDO A LA LA MISMA PERSONA O A UNA DIFERENTE PERSONA

A – UN DES**A**LANCE DE PODER

P – CON EL **P**ROPÓSITO DE INTENTAR HACER RISA DE ALGUIEN, O EXCLUIR OTROS.

Típicamente todas las tres características de arriba, necesitan estar presentes para que el comportamiento sea llamado acoso.

Queremos clarificar la frase “desequilibrio de poder”

¿Qué piensas que el desequilibrio de poder parece ser?

La mayor parte de las personas cree que este desbalance tiene que ver con el tamaño (y puede ser), pero un desbalance de poder significa mucho más que tamaño o fuerza.

Aquí están algunas de las maneras en las cuales el desbalance de poder puede ser creado: Popularidad (rango social), raza, etnicidad, fe, género, nivel socioeconómico y/o número de personas involucradas.

Preguntas para revisar:

1. ¿Qué es lo que ves como la diferencia principal entre una broma de juego y una broma hiriente?

2. Nombra los componentes necesarios para que sea llamado comportamiento de acoso.

Qué hacer si la escuela lo llama acerca de su estudiante, que él/ella está involucrado en un comportamiento de acoso.

1. Preste atención al llamado telefónico. Uno de los grandes obstáculos cuando nos referimos al comportamiento de acoso, es que algunos padres no creen que su hijo(a) está involucrado(a).

2. Comience con preguntarle a su estudiante cómo le está yendo a él/ella.

3. Pregúntenle si ellos están al tanto que la escuela/padres se ha comunicado con ustedes a cerca de su comportamiento.

4. Pregúnteles acerca del reporte que ustedes han recibido de variadas fuentes indicando que él/ella están involucrados en un comportamiento de acoso.

5. Si ellos niegan el comportamiento, reitéreles la seriedad del reporte.

6. Vea si ellos pueden definir que es un comportamiento de acoso. (Refiérase a las expectativas que la clase o la escuela tiene de sus niños o adolescentes y lenguaje común)

7. Hágale saber que este comportamiento va en contra de su **Código de ética** y que no será tolerado.

8. Háganle saber que ellos pueden conversar con otro adulto en la comunidad y en la escuela, incluyendo el consejero, para hablar de algunas preocupaciones que tengan. Si el comportamiento de acoso no para, entonces tendrán otras consecuencias.

9. Hágale saber que usted está ahí para ellos y como familia, pasarán a través de esto.

10. Busque ayuda si la necesita.

Código de ética:

En la sección de más arriba, “*Que hacer si la escuela lo llama porque su estudiante está involucrado en un comportamiento de acoso*” #7 menciona el Código de ética. Más adelante está un ejemplo de un código familiar:

El código de ellos fue organizado en tres secciones: creencias, ideales, y reglas. La sección de creencias incluye cosas en la cual la toda la familia cree:

1. Las familias deben tener confianza, ser honestas y unidas.
2. La manera como tratamos a los demás nos hará sentirnos mejor con nosotros mismos.
3. Es importante hacer nuestra parte en la sociedad.
4. Es importante ayudar a quienes lo necesitan.
5. Es importante acordarse de las personas durante el año, no solo durante los feriados.
6. Debemos ser responsables por nosotros mismos.
7. No solamente es humano cometer errores pero debemos aprender de nuestros errores, para no cometerlos nuevamente.
8. Esta errado juzgar a otras personas, por las cosas que ellas tienen o que no tienen. Las personas deben ser evaluadas por sus corazones y por la manera como tratan a los demás, no por lo material ni por las posesiones.
9. Creemos que los amigos deben ser elegidos cuidadosamente. No creemos en juntarnos con personas que pensamos

están haciendo lo incorrecto, así como robar o consumir drogas. A pesar de que no juzgamos a las personas por lo que tienen o no tienen, si juzgamos a las personas por las cosas que hacen y por la manera que tratan a los demás.

La segunda sección es hecha para los ideales (valores o principios). Para la mayoría de las familias, fe, religión, o creencias espirituales, estarían listadas aquí.

La última sección es el lugar donde cada miembro de la familia está de acuerdo con las reglas que él/ ella puedan cumplir. Para esta sección, como las otras secciones, cada miembro de la familia pensó acerca de lo que conversarán, antes de reunirse como grupo. Aquí está lo que un jovencito escribió. Él era un estudiante de 6^{to} grado.

- Si alguna vez me hieres o de cualquier manera me haces sentir incomodo, le diré a un adulto en el cual confío (los niños nombrarán a esos adultos).
- Soy responsable por mis acciones y por mí mismo.
- Diré la verdad para que puedan confiar en mí.
 - Haré lo mejor de mí mismo en la escuela.
- Viviré con las creencias e ideales de nuestra familia.
- Haré mis tareas hogareñas para contribuir con mi familia. Respetaré a los mayores.

Aquí está lo escribieron los padres:

- Te respetaré como persona.
- Admitiré cuando estamos equivocados.
 - Me disculparé cuando sea necesario.
- Te trataré justamente.
- No te avergonzaré o insultaré.
- Siempre haremos tiempo para ti y estaremos aquí por ti.

- Siempre escucharemos lo que quieres decir.
- Siempre te creeremos a no ser que nos des una razón para no hacerlo.

Este es un ejemplo de un código de ética que trabaja para esta familia en particular. Como cualquier idea o estrategia, puede que esta no trabaje con los suyos. Usted puede crear un código de ética en cualquier momento, pero un buen tiempo para hacerlo es cuando los niños están en la escuela primaria (entre el 3ro y el 5to grado es ideal), así tendrán una base sólida, antes que empiecen Middle School (6,7,8). A medida que sus niños se van desarrollando, así también puede hacerlo su código de ética, pero la esencia deberá mantenerse igual siempre. ¡Recuerde de hacer esto entretenido!

ALGO PARA PENSAR:



¿Tiene usted algo similar al código de ética?

¿Cree usted que este tipo de código será útil dentro de su familia?

¿Y ahora qué?

A usted se le ha ofrecido este panfleto porque a su niño/adolescente se le ha dicho que está mostrando un comportamiento que puede llevarlo a un comportamiento de acoso, su niño/adolescente ha tenido su primera consecuencia, por un comportamiento de acoso; o porque usted ha solicitado más información acerca del tema que distingue la diferencia entre la broma de juego y la burla hiriente y del comportamiento de acoso.

¡Muchas gracias por estar dispuesto a ver las maneras de reducir el comportamiento de acoso entre la gente joven!

Pensamos que es importante mostrar que el acoso no solo ocurre a nivel de los jóvenes, sino que también es frecuente dentro de la comunidad de adultos.

Mire a su alrededor; ¿Conoce usted adultos que muestren este comportamiento de acoso?

Muchos adultos dirán que sí. Debemos estar alertas cuando estamos lidiando con el comportamiento de acoso. Esto es un problema para todos los grupos de edades.

¡Realmente es la responsabilidad de todos el reducir el comportamiento de acoso en nuestras comunidades!

**Jeff Dess and Dr. Tammy White with
Elizabeth M. Jaffe and Steven L. Jaffe, MD
Copyright©2011**

References:

Espelage, D. L. & Swearer, S. M. (2003). Bullying and victimization: What have we learned and where do we go from here. *School Psychology Review*, 32(3), 365-385.

Hanish, L. D., & Guerra, N. G. (2004). Aggressive victims, passive victims, and bullies: Developmental continuity or developmental change? *Merrill-Palmer Quarterly*, 50, 17-38.

Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R.S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B. & Scheidt, P. (2001). Bullying behaviors among US youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment. *Journal of the American Medical Association*, 285, 2094-2100.

Nansel, T. R., Craig, W., Overpeck, M. D., Saluja, G., Ruan, W. J., and the Health Behavior in School-Aged Children Bullying Analyses Working Group (2004). Cross-national consistency in the relationship between bullying behaviors and psychosocial adjustment. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 158, 730-736.

Veenstra, R., Lindenberg, S., De Winter, A. F., Oldehinkel, A. J., & Verhulst, F. C. (2005). Bullying and victimization in elementary schools: A comparison of bullies, victims, bully/victims, and uninvolved preadolescents. *Developmental Psychology*, 41(4), 672-682.

Todos tienen una parte

Las bromas hirientes y el comportamiento de acoso no solo es un problema para el acosador sino también para el blanco o víctima; esto es un problema maligno que afecta a todos. La siguiente lista habla de, los testigos que pueden hacer (gente que está viendo este comportamiento), para ayudar a minimizar este impacto.

Estrategias para los testigos

- *Distracción.* Si estas con un amigo que comienza a bromear hirientemente a alguien, rápidamente distrae a tu amigo cambiando el tema o haciéndole una pregunta. Tú podrías hacer que tu amigo no se meta en problemas, pero más importantemente, ayudar a la persona que está siendo lastimada o acosada. Distraer a la persona que está siendo burlada hirientemente o acosada, también trabaja muy bien.
- *Ayudar a la víctima o blanco privadamente.* Si no puedes hacer que la persona o personas paren de burlarse hirientemente o parar su comportamiento de acoso, por cualquiera razón, regresa con la persona que fue víctima de comportamiento y apóyala privadamente. Tu puedes decir *“Lo siento mucho por lo que mi amigo dijo, o los otros niños dijeron, y hablaré con ellos acerca de esto para ver si puedo parar su comportamiento de acoso.”*
- *Apoya a la persona abiertamente.* Nosotros solo recomendamos esta estrategia a los niños que se siente seguros o que tienen una cierta cantidad de respeto entre sus compañeros.
- *No alimente el comportamiento.* No te rías de las bromas si ellas están humillando a otra persona, y no promuevas o participes en una pelea. Como testigo, es nuestra responsabilidad disminuir la situación, no poner más gasolina en el fuego ardiente.
- *Dile a un adulto.* Dile a un adulto que escuche y es este dispuesto a informar que alguien está siendo burlado hirientemente o acosado.