

# 6.3 Pautas y recomendaciones

## PAUTAS Y RECOMENDACIONES PARA FAMILIAS Y EDUCADORES

De nuevo **son los adultos los que deben estar atentos al desarrollo de su hijo o alumno**. No sólo porque puede sufrir una situación de riesgo, grooming, sexting sino porque pueda ser acosado en la red.

Y aunque la mayoría de los casos educamos para no ser acosado, las probabilidad de que un niño o adolescente sea el acosador es mucho mayor.

Como **detectar si puede existir ciberacoso**:

### 1. Cambios en sus hábitos:

- En el uso de dispositivos móviles o de Internet
- De asistencia a clase
- Por ausencia en actividades hasta ese momento preferidas
- En altibajos en los tiempos de estudio y en el rendimiento del trabajo escolar
- De variaciones en sus actividades de ocio habituales
- De regularidad en la cantidad de comida y maneras de comer
- Por permutas en los grupos de iguales, en ocasiones antagónicos
- En relación con los adultos, en cuanto a la frecuencia y dependencia de ellos
- En cuanto a su capacidad de concentración y de mantenimiento de su atención
- Por modificación de sus costumbres de ocupación de su tiempo libre
- En estados de humor
- Por variabilidad de grupos de referencia

### 2. Cambios en el estado de ánimo:

- Fundamentalmente en el humor
- Momentos de tristeza y/o apatía e indiferencia
- En actitudes de relajación y tensión, incluso de reacción agresiva inusual
- Excesivas reservas en la comunicación

### 3. Cambios en su red social:

- Intercambios extraños de red social y/o por repentina pobreza, ausencia de amistades y de relaciones sociales
- Falta de defensa ante supuestas bromas públicas u observaciones públicas,

inocuas aparentemente a ojos de los adultos • Miedo u oposición a salir de casa.

## 4. Cambios físicos o en sus pertenencias:

- En su lenguaje corporal ante determinadas presencias: hombros encorvados, cabeza gacha, falta de contacto en ojos, rechazo de la presencia pública
- En la ocupación de espacios escolares: cercanía a adultos, miedo a recreos, ocupación de rincones, paredes y espacios protegidos y controlables visualmente
- De ocultamiento especial cuando se comunica por Internet o móvil
- Explosiones agresivas momentáneas
- Manifestaciones de enfermedad o dolencias frecuentes
- Pérdida y/o deterioro de pertenencias físicas, lesiones físicas frecuentes sin explicación razonable

## 5. Síntomas físicos:

- Síntomas neurológicos: cefaleas intensas y prolongadas, mareos, pérdida de fuerza en extremidades inferiores.
- Síntomas gastrointestinales: dolor abdominal intenso y continuado, pérdida de apetito.
- Pérdida de peso
- Insomnio

Si se detecta algunos de estos síntomas el adulto tendrá que acercarse al niño intentado transmitir confianza, y una vez iniciado el contacto alejarlo de la culpabilidad de lo que está sucediendo. Fuente:

[http://www.chaval.es/chavales/sites/default/files/Guia\\_Actuaci%C3%B3n\\_contra\\_Ciberacoso\\_vf\\_pi.pdf](http://www.chaval.es/chavales/sites/default/files/Guia_Actuaci%C3%B3n_contra_Ciberacoso_vf_pi.pdf)

---

Revision #1

Created 1 February 2022 12:07:35 by Equipo CATEDU

Updated 1 February 2022 12:07:35 by Equipo CATEDU