

Acoso

El acoso le puede suceder a cualquier persona y puede ser una experiencia aterradora para usted y su hijo. Muchos niños con o sin pérdida auditiva son acosados, usted no es el único que tiene esta preocupación. Los niños pueden ser acosados si tienen necesidades especiales o son de una raza o etnicidad diferente, son más pequeños, obesos, pobres, sufren de depresión, no son populares o no se socializan bien con otros.

Según la definición de stopbullying.gov, el acoso son comportamientos agresivos, no deseados entre niños de edad escolar que implica un desequilibrio real o percibido de poder. El comportamiento es repetido o tiene el potencial de ser repetido con el paso del tiempo. Los niños que son acosados y los que acosan pueden tener problemas serios y duraderos.

Hay diferentes tipos de acoso. El acoso físico es el más fácil de identificar y usualmente ocurre cuando el niño o adulto que lo realiza es más grande o fuerte. Este puede incluir patear, golpear, empujar, o un puñetazo o tocar de una manera que hace que un niño se sienta incómodo. El acoso verbal incluye insultos, burlas, intimidación. Estos pueden empezar de a poco y los niños pueden decir que solo están bromeando, pero puede rápida y fácilmente llegar a un nivel que afecta de manera negativa al niño que es acosado. El acoso social o emocional puede ser más difícil de reconocer, pero es igual de dañino. El acoso emocional son cosas hechas a espaldas de alguien para excluirlo o humillarlo. Este puede ser decir mentiras o propagar rumores, miradas malas, bromas o travesuras que se le hacen al niño, imitar, excluir de un grupo o evento, cualquier cosa para dañar la relación de alguien con sus amigos o compañeros de clase. El acoso cibernético es una de las formas más predominantes. Puede ser privado o público e incluye texto, publicaciones, comentarios, imágenes, o videos hirientes. Excluir a propósito a una persona en la red ya sea de un juego o un mensaje de grupo o cualquier manera de pedir información personal o de información de conexión.

Para abordar el acoso es importante que su hijo desarrolle destrezas para abogar por sí mismo. Abogar por sí mismo es cuando una persona habla o actúa por su propia cuenta para mejorar su calidad de vida o para corregir desigualdades. Esta es la habilidad de su hijo para decir lo que piensa o defenderse por sí mismo, reconocer sus fortalezas y debilidades, pedir ayuda cuando la necesita y tomar sus propias decisiones. Usted no siempre estará con su hijo cuando está en



la escuela, con amigos o en otras actividades sociales, pero puede facultarlo con la habilidad para abogar por sí mismo si o cuando el acoso pueda ocurrir. Puede empezar enseñándole a su hijo ahora sobre el acoso y a abogar por sí mismo.

Puede ser abrumador pensar sobre el acoso y puede sentir nervios. Hay herramientas y recursos que le pueden ayudar a su hijo a ser bueno para abogar por sí mismo para protegerse del acoso. Usted no puede controlar si el acoso ocurre, pero puede ayudarle a su niño a saber cómo reaccionar a este.

Cómo se ven a sí mismos como niños con pérdida de audición afectará cómo reaccionan al acoso. La percepción de su hijo sobre su pérdida auditiva es influenciada por cómo usted como padre, lo mismo que los otros hermanos ven, la pérdida de la audición. Su actitud puede cambiar con el tiempo, pero comienza a partir del día en que la pérdida auditiva es diagnosticada y el día en que los dispositivos se le adaptan a su hijo por primera vez. Observe su actitud, ¿está preocupado por cómo se ve su niño con los dispositivos auditivos puestos, los colores, el tamaño o lo que otras personas podrían pensar? Si es así, su niño lo notará y podrá adoptar los mismos temores. Puede que usted no se dé cuenta de las maneras sutiles en que las actitudes son expresadas, puede ser tan simple como desalentar al niño de elegir el molde de colores brillantes que quiere o preguntar continuamente si otras personas han notado el dispositivo o buscar maneras de cubrirlo. Su hijo escucha y ve cómo usted reacciona y habla acerca de su pérdida de audición con otras personas y puede interiorizar estas perspectivas.

Por otro lado, si usted como padre puede aceptar la pérdida auditiva y participar en las soluciones necesarias para manejarla, reconocer que no define a su hijo, que su hijo es hermoso e inteligente y que puede hacer cualquier cosa que sus compañeros con audición normal pueden hacer si no más, que su niño podrá ver su actitud positiva hacia la pérdida de la audición, que también adaptará esta actitud, esto le ayudará a su hijo a tener más confianza. La manera en la que usted defina la identidad de su niño, en relación a su pérdida auditiva, con otras personas y su familia, influye el sentido de confianza en su hijo. Su actitud sobre la pérdida de audición y el grado de abogar por sí mismo para su hijo lo influenciará a él.

La relación que tiene con su hijo proporciona una base crucial para ayudarle a desarrollar habilidades para abogar por sí mismo y ser fuerte en la presencia de acoso. Los niños necesitan que su casa sea un lugar de confianza y seguridad, esto les ayudará a contarle a usted sobre el acoso en caso de que se produzca.



Los siete elementos que son clave para establecer una relación sólida y segura entre usted y su niño incluyen: seguridad, confianza, reconocimiento, respeto, validación, estímulo y dedicación. Los mismos principios importantes para las relaciones entre cónyuges o un miembro cercano de la familia o amigo. Cuando faltan elementos, la confianza puede acabarse y la relación puede sufrir. Un niño que tiene una relación sana con sus padres y un lugar seguro en casa, será más probable que hable de manera abierta sobre casos de acoso si estos ocurren.

Puede establecer una relación sólida con su hijo hablando con él de manera regular. Explíquele su pérdida auditiva y lo que significa para que sepa la forma correcta de enseñarle a otros niños. Enséñele las razones por las que los niños pueden acosar a otros niños. También ayúdele a ver que niños de todos los tipos pueden ser acosados y hágale saber que puede defender a otros niños cuando también están siendo acosados.

Es más difícil victimizar a un niño si está con un grupo de amigos. Buenos amigos pueden ayudar a proteger a su hijo y pueden defenderlo si es acosado. Una razón por la que otros niños pueden mirar con curiosidad a su hijo o hacen preguntas sobre sus dispositivos auditivos, no es por hacerlo objeto de acoso o tratar de ser malos. Puede que no hayan visto un audífono o un implante coclear antes. Enséñele a su hijo a reconocer estos casos y a ser capaz de hablar e informar a otros acerca de sus dispositivos. Por ejemplo, su hijo puede decir " Este es mi audífono, me ayuda a escuchar, igual que usted usa sus anteojos para ayudarle a ver."

Hay muchas maneras de participar en la vida de su hijo, pero es importante asegurarse de que el niño siente que está presente y no distraído por otras cosas. Tome tiempo para hablar con su hijo todos los días. Manténgase intencionalmente informado sobre lo que está pasando en su vida. Apóyelo en cosas que a él le gustan y en las que está involucrado. Asista a las ferias de ciencias o a los partidos de béisbol, ayúdele con su tarea de matemáticas o pregúntele sobre lo que está aprendiendo en la escuela. Por encima de todo sea proactivo en el mantenimiento de una relación sólida con su hijo. No sólo será fundamental en el desarrollo del niño, esto le permitirá reconocer más fácilmente los signos de acoso cuando pueda estar ocurriendo.

Celebre las cosas que su hijo hace bien, incluso si parecen pequeñas. Ayúdelo a ver los dones y talentos que tiene y cómo puede seguir desarrollándolos. Esto le ayudará a su niño a desarrollar confianza en sí mismo y no a enfocarse en el hecho de que tiene una pérdida de audición. Esta confianza en sí mismo le ayudará a ser menor objetivo para el acoso. La confianza en sí mismo también puede ayudarle a un niño a reconocer lo que es verdad y lo que no lo es. Un acosador puede decir algo hiriente, pero cuando su hijo puede reconocer lo que es verdad, le ayudará a su hijo a ser más fuerte cuando dicen cosas así.

Por ejemplo:



Un acosador le dice a su hijo, "Tiene que ponerse esas cosas en sus oídos, es un estúpido". Le pueden decir a un niño que es tonto porque usa audífonos. Enséñele a su hijo a hacer una pausa, para reconocer lo que se ha dicho e identificar la declaración falsa. Su niño puede darse cuenta de que él sabe que no es estúpido y que los audífonos son sólo una herramienta para ayudarlo a escuchar, entonces lo que el acosador dice es falso. Puede practicar este escenario y otros con su hijo. Dele la confianza para no creer declaraciones incorrectas sobre él.

La fortaleza es la capacidad de recuperarse rápidamente de la oposición o dificultades. Es importante enseñarle a su hijo que con o sin pérdida auditiva, todas las personas sufren algún tipo de oposición durante su vida. Enséñele a su niño que tiene el poder de llegar a ser lo que quiere ser. Siempre habrá alguien que se oponga a él, así como alguien que lo ayude y lo anime, él puede elegir a quien escuchar. Hable con su niño sobre qué hacer en situaciones difíciles y cómo debe reaccionar, pueden practicar escenarios en casa para prepararlo para los casos de la vida real.

No va a ser capaz de prevenir todos los casos de acoso, incluso cuando usted tiene una buena relación con su hijo y chequea con él regularmente, el acoso todavía puede ocurrir. Si el acoso ha ocurrido, es probable que su hijo no le diga inmediatamente.

El niño puede que no le diga que el acoso ha ocurrido, pero puede detectar signos a través de cambios en su comportamiento. Hay varios cambios de comportamiento que pueden indicar la posibilidad de que su hijo ha sido objeto de acoso. Estos pueden incluir, pero no se limitan a: volverse introvertido o retraído, cambio en su estado de ánimo anormales o extremos, se vuelve agresivo, de un momento a otro no quiere ponerse sus dispositivos, hace excusas, tiene dificultad para dormir o pérdida de apetito o no quiere ir a la escuela. Su capacidad para reconocer los cambios aumentará entre más involucrado esté en la vida de su hijo.

Mientras presta atención a signos de alerta o cambios en el comportamiento de su hijo, puede preguntarle de manera directa sobre su experiencia en la escuela o fuera de la casa. Puede que su niño le diga abiertamente que ha sido acosado, otras veces su niño puede estar avergonzado y no estar dispuesto a hablar de lo que ha ocurrido. Si reconoce cualquiera de estos indicadores, averigüe más acerca de la situación de su hijo haciendo preguntas y escuchándolo cuando hable con usted. Puede preguntar cosas como ¿cómo le fue de camino a la escuela hoy? ¿Ha visto a un niño siendo malo con otro? ¿Han sido personas malas con usted? Puede preguntarle si han existido ocasiones en las que sintió miedo. El propósito de hacer preguntas es para ver si su niño habla sobre un posible incidente de acoso.



Si sospecha que ha ocurrido acoso, pero su hijo se muestra reacio a hablar sobre la situación, es posible que necesite hacer preguntas diferentes. Estas preguntas son ejemplos de algunos temas o preguntas que puede realizar para tratar de iniciar de manera tranquila una conversación acerca del acoso y si está pasando a él. Las conversaciones deben llevarse a cabo de una manera no crítica. Si el niño continúa mostrando indicadores de acoso, pero no revela ninguna instancia de que esto suceda, puede preguntarle al profesor o a los padres de sus amigos más cercanos si han notado acoso o cambios en el comportamiento de su hijo.

Saber que su hijo ha sido acosado puede causar que surjan una variedad de emociones. Es importante que, en primer lugar, valide la experiencia del niño, reconociendo que ha tenido un efecto negativo sobre él y luego actúe. Hay preguntas que puede hacer para recopilar más información para ayudarle a saber qué pasos tomar.

Si su hijo habla sobre un incidente de acoso y está dispuesto a hablar más sobre este, hágale preguntas para que puede hacerse una idea de lo que debe hacer. A veces los niños se niegan a aceptar cuando reportan un incidente de acoso. Hacer preguntas similares a estas le puede ayudar a obtener una imagen más clara de lo que está sucediendo, así como ayudarle a darse cuenta de que este comportamiento no es aceptable.

Tome una acción inmediata:

Después de que haya hablado con su hijo y se entere de lo ocurrido, alerte e involucre inmediatamente a los adultos y los niños necesarios. Al hablar con su hijo determine el curso de acción apropiado para poner fin al acoso y proteger a su hijo y otros niños de ser acosados. Sobre todo, asegúrese de validar los sentimientos y experiencias de su niño. El acoso puede parecer un evento insignificante para usted y otras personas a su alrededor, pero si afecta de manera negativa a su niño, esto no es saludable.

Asegúrese de que su niño esté a salvo:

Su niño podría haber sido lesionado en una o más formas diferentes, el abuso puede ser físico, emocional, social y / o mental. Su hijo puede ser reacio a hablar de perjuicios concretos que ha experimentado. Podría decir algo como "no es un problema grande". Ayúdele a reconocer que este tipo de comportamiento no es correcto. Obtenga la ayuda que su hijo necesita, a veces puede que tenga que ir a un médico o a un terapeuta profesional para ayudar a sanar estas heridas. Puede tomar días, semanas o meses para que las heridas físicas y emocionales sanen.



Minimice el contacto con el acosador:

Separe a su niño del acosador lo más que sea posible. Esto puede incluir situaciones como solicitar un cambio de asientos en la clase o en el autobús, encontrar una nueva manera de ir a la escuela o a clases o un cambio en las actividades de recreo. Cuando aconseje a su niño cómo evitar al acosador, recuérdale que es menos probable ser acosado cuando está en un grupo o con amigos. Aconséjale no estar solo. Cuando sea necesario involucre a otros adultos para que le ayuden.

Mantenga la calma:

Es importante actuar de inmediato, pero las reacciones rápidas, impulsivas generadas por fuertes emociones raras veces resuelven situaciones a largo plazo. Mantenga la calma y dígame a su hijo que todo va a salir bien. Planee un curso de acción con su hijo. Juntos adopten las medidas para prevenir la continuación del acoso.

Sea ejemplo:

La forma en que usted maneje una situación, será un ejemplo de cómo el niño puede y debe abogar por sí mismo. Su hijo observará cómo usted reacciona e interactúa con personas que son desagradables. Sea respetuoso pero firme cuando intervenga. La forma que usted reaccione es una oportunidad de aprendizaje para su niño. Enséñele a valerse por sí mismo de una manera adecuada y cómo actuar cuando él o alguien que conoce es acosado.

Monitoree y chequee:

Asegúrese de monitorizar la situación de su hijo después de que se haya producido la intervención del acoso. Chequee con su hijo días, semanas inclusive meses después para asegurarse de que el acoso no ha continuado o que no está siendo negativamente afectado emocionalmente por el evento. La comunicación abierta y una fuerte relación con su hijo le ayudará a monitorizar el progreso del niño y a identificar las ocasiones a celebrar cuando su hijo ha abogado por sí mismo. El acoso es un tema sobre el que muchos padres se preocupan. Usted no puede evitar que ocurra, pero puede ayudarle a su niño a ser fuerte, a sentirse con confianza y a abogar por sí mismo. Haciendo esto usted le dará las herramientas para manejar los retos que puede enfrentar en su vida.