

Prevención del ciberacoso

Preguntas que los padres de familia deben hacer

Sameer Hinduja, Ph.D. y Justin W. Patchin, Ph.D.



Es importante hablar con los jóvenes sobre lo que hacen y ven en línea. La mayor parte del tiempo, usan la tecnología de forma segura y responsable, pero algunas veces se meten en problemas. Como padres, deben establecer una línea de comunicación abierta para que ellos se sientan cómodos platicando con ustedes en momentos de crisis, ya sean percibidos o actuales, en línea o no.

En seguida enumeramos varias preguntas que pueden usar para iniciar una conversación al respecto. Sean estratégicos en cómo abordar estas conversaciones con su hijo o hija: por las mañanas no los molesten con preguntas o cuando estén estresados sobre algo en la escuela. Busquen el momento preciso donde ellos estén interesados en estos temas. Quizás sea durante un viaje largo en auto hacia una actividad a la que desean ir. O mientras comen un helado en una calurosa tarde de verano. Hacer estas preguntas en el momento indicado, les mostrará que son un tesoro escondido lleno de información que les pueda ayudar a entender lo que sus hijos e hijas hacen en el internet.

Uso general de la tecnología

¿Cuál es tu aplicación favorita? ¿Qué puedes hacer ahí?

¿Qué aplicaciones o sitios de internet les gustan a tus amigos?

¿Alguna vez alguien que no conoces se ha comunicado contigo?
Si es así, ¿qué quería? ¿Qué hiciste? ¿Cómo respondiste?

¿Has recibido un mensaje de alguien que te haya molestado?
¿Cómo respondiste?

¿Cómo que te mantienes seguro en internet?

¿Te preocupa lo que otras personas hayan escrito de ti en línea que no es real pero creen que sí lo es?

¿Hablas con alguien por internet que no vaya a tu escuela?

Ciberacoso

¿Alguna vez discutes o publicas algo hiriente en tu Instagram, Snapchat, Twitter u otro sitio de medio social? ¿Por qué?



¿Alguna vez has borrado una publicación o comentario de tu página que fue escrita por alguien más?

¿El ciberacoso sucede con frecuencia? ¿Te sentirías cómodo diciéndome si estas siendo ciberacosado?



¿Tu escuela toma seriamente el ciberacoso?

¿Alguna vez has tenido que comunicarte con un maestro o alguien más en la escuela porque te han amenazado por internet? Si así fue, ¿hicieron algo sobre el asunto? ¿fue útil?

¿Tu escuela tiene forma de reportar anónimamente el acoso y ciberacoso?

¿Sientes que tus amigos serían comprensivos si les dijeras que eres ciberacosado?

¿Alguna vez has sido atacado verbalmente mientras juegas un videojuego en línea?

¿Alguna vez has tenido que dejar de jugar en internet porque alguien te molestaba en línea?

¿Ha habido rumores de ti en la escuela, basado en algo publicado en línea?



¿Te diste cuenta quien comenzó los rumores? ¿Qué hiciste cuando te diste cuenta?



¿Alguna vez has bloqueado a alguien en internet porque te sentiste acosado? Si así fue, ¿paró al bloquearlo?

Mensajes de naturaleza sexual = Sexting



¿Alguna vez alguien te ha hecho o dicho algo sexualmente inapropiado? ¿Cómo trataste el asunto?

¿Alguien les ha pedido a tus amigos fotos o videos inapropiados? ¿Alguien te los ha pedido a ti?

¿Conoces las consecuencias que pueden resultar si envías fotos inapropiadas (leyes de pornografía infantil)?

¿Cómo puede el sexting afectar la reputación de las personas involucradas?

¿Hay forma de participar en sexting mientras aseguras que las fotos o videos enviados en confianza nunca sean compartidos fuera de la relación?

¿Algún adulto de tu escuela ha hablado contigo sobre el sexting?

¿Qué dice el participar en sexting de tu nivel de madurez, y tu habilidad de estar en una relación madura, romántica y sana?

¿Has escuchado historias de otros jóvenes de tu escuela (aun aquellos que ya se graduaron) o de tu comunidad que han tenido consecuencias por el sexting?

Uso seguro de los medios sociales



¿Qué medios sociales usas con más frecuencia? ¿Cuántos amigos o seguidores tienes actualmente en cada uno de ellos? ¿Tus cuentas son privadas o públicas?

¿Qué tipo de personas haz conocido en los medios sociales, fuera de las personas que conoces en la escuela? ¿Crees que puedes confiar en ellos? ¿Te ha preocupado que ellos puedan usar tus publicaciones en tu contra en cualquier forma?

¿Recibes muchas solicitudes de amigos o seguidores de extraños? Si así es, ¿Qué haces al respecto?

¿Usas Twitter? ¿Qué te gusta o no de la aplicación? ¿A quién sigues y quién te sigue?

¿Usas Snapchat? ¿Puedes explicarnos cómo funciona? ¿Crees que todos los "snaps" que envías y recibes son borrados por siempre?

¿Sabes cómo usar las configuraciones de privacidad en Instagram, Facebook, Snapchat, YouTube y Twitter? ¿Qué tal en los videojuegos que usas?

¿Las tienes configuradas para que solo tus amigos vean lo que publicas? ¿Estás seguro?

¿Qué tipo de información personal publicas o compartes en línea? ¿Has publicado tu nombre completo, edad, escuela, número telefónico o ubicación?

¿Has sido etiquetado en alguna foto o video que te haya hecho sentir mal?

¿Sabes cómo ajustar las configuraciones para que alguien que te quiera etiquetar en una publicación o foto tenga que pedir aprobación?

¿Sabes cómo quitar la etiqueta de fotos?



¿Crees que las aplicaciones de medios sociales debieran ser usadas para descargar frustraciones? ¿Tus amigos descargan sus frustraciones en los medios sociales? ¿Hacen comentarios a otra gente? ¿Qué dicen?

¿Qué tipo de videos ves en YouTube? ¿Tienes tu propio canal? ¿Qué tan seguido publicas? ¿Qué tipo de respuesta dan aquellas personas que ven tus videos?

¿Alguna vez has reportado videos inapropiados que has visto en YouTube, o en alguna otra página de internet?

¿Alguien más conoce tu contraseña para cualquiera de estos sitios o aplicaciones de medios sociales, y las de tu computadora o celular?

¿Actualmente cómo te sientes sobre el nivel de FOMO (miedo a perderte de algo)? ¿Crees que lo puedes controlar basado en la cantidad de tiempo que usas los medios sociales?

¿Alguna vez te has sentido adicto a los medios sociales? ¿Esta "adicción" ha cambiado tus sentimientos o te has sentido deprimido o te afectan negativamente en otras áreas de tu vida?

¿Qué crees que puedes hacer para mantener un balance sano al usar medios sociales?