



La Adolescencia

El ciberbullying o ciberacoso también llamado "acoso escolar cibernético" es un acto agresivo e intencionado, llevado a cabo de manera repetida, mediante el uso de formas de contacto electrónico por parte de un joven (niño o adolescente) o de un grupo, contra otro niño o adolescente que no puede defenderse fácilmente. Se trata de un acto reiterativo de acosar, agredir y dañar a otra persona por medios digitales: internet, telefonía móvil, etc.

Características. Causas y Consecuencias

Cuando se habla de ciberbullying se hace referencia al acoso que se realiza entre iguales, es decir, es el acoso que hace un niño o adolescente a otro niño o adolescente de edad parecida a la suya.

El ciberacoso se manifiesta en:

- situaciones de desvalorización
- publicación de contenidos comprometedores
- marginación
- humillaciones
- insultos
- amenazas

La agresión tiene un alcance mayor al realizarse a través de la red. El anonimato y la capacidad amplificadora (viralidad) ayudan a su difusión. El ciberbullying se realiza mediante redes sociales como Facebook, Twitter, Instagram; aplicaciones de mensajería como WhatsApp, Skipe, Snapchat; servicios de mensajería electrónica como Hotmail, Gmail, Yahoo; sitios web, etc.

En el ciberacoso es clave el nivel



Ciberbullying

de exposición de la víctima, por lo que tiene gran importancia, además del acosador o acosadores, la actitud que asuman el resto de usuarios, aunque no necesariamente conozcan a la víctima. Estos usuarios se convierten en espectadores pero pueden contribuir a aumentar la exposición de la víctima al difundir el contenido o agravar la situación con comentarios hirientes u ofensivos.

La víctima del ciberacoso se siente indefensa, insegura, frustrada, avergonzada, al no ser capaz de revertir la situación. El ciberbullying es una de las agresiones más comunes entre los jóvenes y sus consecuencias son fundamentalmente emocionales. Las víctimas tienen mayores probabilidades de sufrir síntomas depresivos y ansiosos, disminución de su autoestima y confianza en sí mismas, disminución de su desempeño académico, problemas de comportamiento y ajuste social y muchos de los jóvenes acosados se pueden convertir, a su vez, en acosadores.

Algunos investigadores destacan el hecho de que, las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TICS), a pesar de ser una herramienta fundamental para el trabajo y la sociedad, se han convertido también en un instrumento para amenazar, ridiculizar, excluir, acosar y chantajear. De hecho, el uso de las TICS ha permitido que el acoso escolar (bullying) se presente también en su modalidad de ciberacoso (ciberbullying).

El ciberbullying comparte las tres características que definen al bullying tradicional: intencionalidad, repetición y desequilibrio de poder e incluye además: el anonimato del agresor, la rela-

tización de la conducta, al decir que se trata de una broma o una práctica cotidiana, la insensibilidad sobre los daños potenciales que se pueden ocasionar y una "desconexión moral".

Podemos plantear que el ciberacoso se diferencia del acoso escolar tradicional en:

- ✓ Amplitud de la audiencia potencial. Cuando alguien cuelga una foto con la intención de herir a una persona, la cantidad de personas que tiene acceso a ese material puede ser muy grande. En el acoso tradicional los espectadores de las agresiones son grupos pequeños.
- ✓ Invisibilidad o anonimato. El ciberacoso, al no realizarse cara a cara, permite al acosador sentirse menos culpable o incluso ignorar las consecuencias de sus acciones.
- ✓ La movilidad y la conectividad de las nuevas tecnologías de la comunicación permiten que se traspasen los límites temporales y físicos que marcaban el acoso tradicional.
- ✓ El contenido digital usado en el ciberacoso se almacena y no se pierde.
- ✓ Las nuevas tecnologías hacen posible que el ciberacoso se expanda mucho más rápido y sea mantenido fácilmente.
- ✓ Como consecuencia del anonimato, los ciberacosadores no tienen que ser más fuertes físicamente que sus víctimas.

El ciberbullying es un tipo de violencia que se ha transformado poco a poco en el desafío de los centros educativos, debido al acceso masivo y contacto permanente de los estudiantes con la nueva tecnología. Actual-

mente se discute sobre la incidencia y la responsabilidad del centro educativo en este tema. Básicamente la creencia al respecto es que las agresiones entre estudiantes por internet, por ejemplo, no ocurren en el recinto educativo, sino fuera del horario escolar o en los hogares de los jóvenes, pero se ha des-



cubierto que existe una superposición entre el acoso tradicional y el cibernético (roles de agresores y víctimas) de forma tal que el estudiante que manifiesta ser víctima de algún tipo de agresión (bullying) también expresa haber recibido ciberacoso, lo que ha llevado a la conclusión de que se agrede por lo general a quien se conoce.

Estudios sobre el tema plantean que el ciberbullying ocurre en mayor medida entre amigos, exnovios y compañeros de clase, pero no es habitual entre desconocidos. También ocurre entre exnovios y exnovias. De igual forma los estudiantes que gozan de popularidad son víctimas más frecuentes de ciberacoso que los estudiantes menos populares. Las mujeres sufren más ciberacoso que los hombres. Los alumnos con necesidades especiales tienen el doble de posibilidades de sufrir ciberacoso.

En un estudio realizado con estudiantes de secundaria de treinta y cinco centros educativos en el Estado de Nuevo León, México (2018) se entrevistó a 1.770 estudiantes, con edades de 14 a 18 años, con el objetivo de conocer la existencia de maltrato en redes sociales. Se encontró que, alrededor del 50% de los estudiantes había recibido maltrato por lo menos una vez en las redes sociales, ya sea con insultos, palabras ofensivas, ridiculización o distribución de fotografías y videos. Uno de los principales maltratos en WhatsApp es la discriminación al ser víctimas de la indiferencia de las personas con las que les interesaba relacionarse. Un 55% de la muestra dijeron que habían sido ignorados en

esta red, seguidos por el uso de palabras ofensivas (28%) insultos ocasionales (27%) y los "memes" que son puestos en la red como una especie de broma pero que sin embargo, provocan burlas que ofenden a quien las recibe. En Facebook el maltrato más común es el insulto, pues lo sufren uno de cada dos estudiantes. Es seguido por los textos ofensivos, con palabras que son escritas a los usuarios. Los memes se han convertido en una nueva forma de maltrato al generar burlas contra quienes aparecen en las imágenes. La ridiculización ocupa el cuarto lugar, seguido por las frases que hacen a la persona sentirse acosada sexualmente, tanto hombres como mujeres. Con respecto al tiempo de duración, estos maltratos, en el 85% de los casos duraron una semana (acoso leve) en el 4% de los casos se extendieron por una quincena (acoso moderado) en un 2% se extendieron por un mes (acoso grave) y en un 3% el acoso duró dos meses o más (se considera que quien lo recibe está en una situación de riesgo).

Formas de afrontar el ciberbullying

Los estudiantes entrevistados plantearon distintas formas de afrontar el

ciberacoso:

- Religiosa: "me mantenía en oración"
- Clínica: "Acudí al psicólogo"
- Contraataque: "Yo también me burlé", "Me defendí", "Los confronté"
- Legal: "Denuncié a mis agresores"
- Eliminar el vínculo: "Cerré mi cuenta", "Eliminé el contacto" "Decidí bloquearlos"
- Apoyo familiar: "Le conté a mi madre y pedí su ayuda" "Me apoyó mi familia"
- Indiferencia: "Los ignoré" "No les di importancia"
- Autoestima: "Creí en mí" "No les di el privilegio de verme sufrir"
- Autolesión: "Me hice cortes" "No comí bien" "Casi me mato"

Acciones de atención y prevención del ciberbullying

Instituciones públicas y privadas dedicadas al bienestar de la adolescencia en los distintos países, han desarrollado acciones informativas, educativas y de gestión para abordar el ciberbullying. Por ejemplo especialistas de la UNICEF, expertos internacionales en ciberacoso junto a responsables de Facebook, Instagram y Twitter participaron en un estudio y publicaron un documento llamado "Diez cosas que los adolescentes quieren saber sobre el ciberbullying" (Febrero 2019) en el cual dan respuesta a las diez preocupaciones más frecuentes de los jóvenes en este tema, mediante información sobre modalidades del ciberbullying, formas de denunciar y herramientas que ofrecen las redes sociales para denunciar en sus plataformas.

Prevención del ciberbullying en los Centros Educativos

Las acciones de prevención del ciberacoso deben estar incluidas en un programa de intervención más amplio en los centros educativos. Además de obtener mayor información cuantitativa y cualitativa sobre el ciberbullying,



es importante que la comunidad educativa defina y asuma este tipo de violencia como algo propio y del que se es responsable. Así, se debe agregar a las normas de la comunidad escolar, estableciendo que en escuelas y colegios no se aceptan las situaciones de abuso, maltrato ni humillaciones, tanto en las aulas, como en cualquier otro espacio real o virtual donde interactúen los estudiantes. Además se puede enseñar a los alumnos a denunciar los abusos virtuales y no incentivarlos.

Las formas más eficaces de prevención de las futuras conductas violentas deberán iniciarse desde la educación primaria mediante la priorización de ciertos elementos de la convivencia tales como:

- Las relaciones interpersonales de calidad, esto es, la convivencia que todos los integrantes establecen entre sí. Cada miembro aporta a la convivencia un elemento sustancial que la configura como ecosistema social, en el cual es posible el aprendizaje de los alumnos y el desarrollo profesional del profesorado.
- El proceso educativo debe estar orientado al éxito en el aprendizaje. Los docentes no sólo enseñan, sino que también educan y orientan, de forma tal que enseñanza y convivencia no pueden ser considerados elementos independientes.
- Se establecen normas claras de disciplina y convivencia. La convivencia no es algo estático, sino que se va construyendo día a día en función de cómo los docentes dan respuesta a los retos con los que se enfrentan diariamente. La forma en que los profesores aborden los conflictos, la relevancia que se otorgue al respeto de las normas comunes y compartidas y las consecuencias de no cumplirlas, deben incluirse cuando se analiza la convivencia. La formación de los docentes y su habilidad para abordar la convivencia es uno de los aspectos más importantes en el proceso.
- La prevención de toda forma de violencia, directa e indirecta, es decir violencia off line y violencia on line.

El centro educativo debería ser el iniciador de un cambio cultural, donde se aprende a respetar, compartir, comprender y ponerse a disposición del otro, lo que facilite la correcta y responsable utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

Agradecimiento
MPsc Ana Felicia Solano Jiménez
Psicóloga Clínica