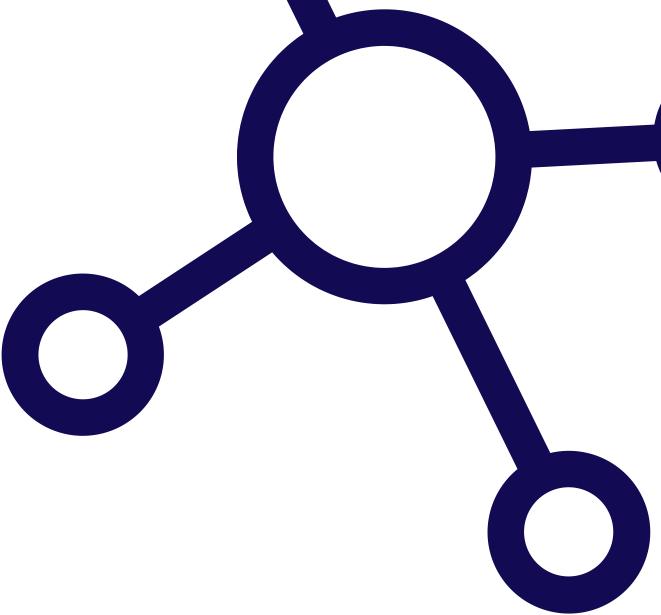




Escuela Digital  
para la familia

# Abordando el *ciberbullying*





## **¿QUÉ ES EL CIBERBULLYING Y POR QUÉ ES UN PROBLEMA SIGNIFICATIVO?**

El ciberbullying implica el uso de la tecnología para acosar, humillar o intimidar a otros.

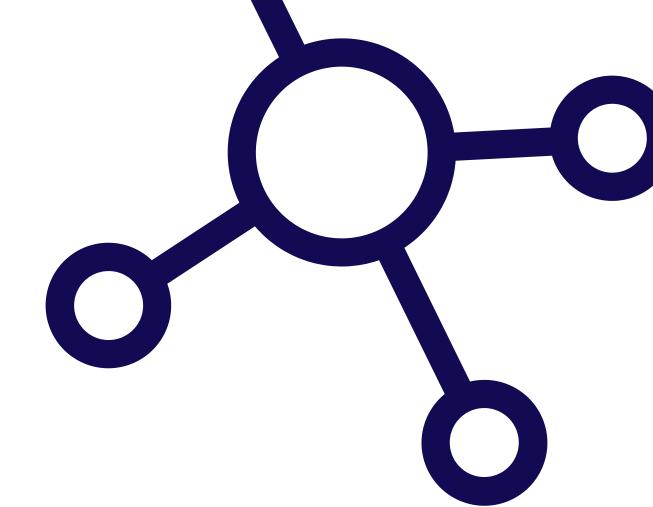
Es esencial comprender este fenómeno y sus consecuencias, ya que puede afectar profundamente la salud mental y emocional de los niños.

## ¿CÓMO PUEDO INICIAR UNA CONVERSACIÓN ABIERTA SOBRE EL CIBERBULLYING CON MIS HIJOS?

Establecer un diálogo abierto es esencial. Comienza la conversación de manera tranquila y sin juicios.

Pregunta sobre sus experiencias en línea, hazles saber que estás allí para apoyarlos y fomenta la comunicación constante sobre su actividad en línea.





## **¿CUÁLES SON LOS SIGNOS DE QUE MI HIJO PODRÍA ESTAR SIENDO VÍCTIMA DE CIBERBULLYING?**

Esté atento a cambios en el comportamiento de tu hijo. La reclusión, la disminución del rendimiento académico, la irritabilidad o la evitación de dispositivos electrónicos pueden ser signos de que algo no está bien.

Mantén un canal de comunicación abierto para que puedan compartir cualquier preocupación contigo.

## ¿CÓMO FOMENTAR UN AMBIENTE SEGURO EN LÍNEA PARA MIS HIJOS?

Establece reglas claras sobre el uso responsable de la tecnología en casa.

Promueve la ética en línea, enfatizando la importancia de un comportamiento respetuoso y positivo. Al hacerlo, contribuyes a crear un entorno seguro y saludable para tus hijos en línea.





## **¿QUÉ MEDIDAS TOMAR SI DESCUBRO QUE MI HIJO ESTÁ ACOSANDO A OTROS EN LÍNEA?**

Si descubres que tu hijo está acosando en línea, aborda la situación con calma.

Explícale las consecuencias de sus acciones y trabaja juntos para corregir ese comportamiento. Es importante enseñar la responsabilidad y empatía.



## ¿CÓMO PUEDO ENSEÑAR A MIS HIJOS A SER RESPETUOSOS EN LÍNEA?

Inculcar valores de respeto y empatía es fundamental. Enséñales sobre el impacto de sus palabras y acciones en línea, y fomenta un ambiente en el que se promueva la diversidad y se desaprueben las conductas discriminatorias.



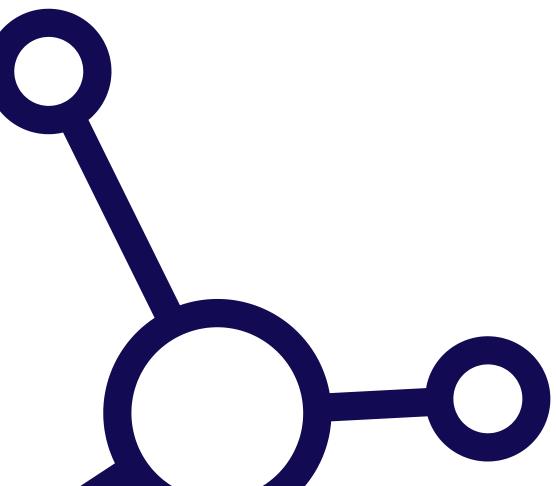
## **¿QUÉ MEDIDAS PUEDO TOMAR PARA PREVENIR EL CIBERBULLYING DESDE CASA?**

Establece reglas claras sobre el uso de la tecnología en casa. Fomenta un entorno donde se valore la comunicación abierta y donde tus hijos se sientan seguros al informar cualquier incidente de ciberbullying.

Monitorea de cerca su actividad en línea para intervenir temprano si es necesario.

## **¿CÓMO PUEDO PROMOVER LA AUTOESTIMA DE MIS HIJOS PARA QUE SEAN MÁS RESILIENTES AL CIBERBULLYING?**

Construye la autoestima de tus hijos al elogiar sus logros y fomentar un sentido de identidad positiva. Los niños con una buena autoestima son más resistentes al ciberbullying y están mejor equipados para enfrentar desafíos en línea.





**DIGI** Escuela Digital  
para la familia