

Taller de Noveno Grado

¿Qué es ciberacoso?

Ciberacoso es acoso o intimidación por medio de las tecnologías digitales. Puede ocurrir en las redes sociales, las plataformas de mensajería, las plataformas de juegos y los teléfonos móviles. Es un comportamiento que se repite y que busca atemorizar, enfadar o humillar a otras personas. Por ejemplo: Difundir mentiras o publicar fotografías vergonzosas de alguien en las redes sociales. Enviar mensajes hirientes o amenazas a través de las plataformas de mensajería. Hacerse pasar por otra persona y enviar mensajes agresivos en nombre de dicha persona. El acoso cara a cara y el ciberacoso ocurren juntos a menudo. Pero el ciberacoso deja una huella digital; es decir, un registro que puede servir de prueba para ayudar a detener el abuso.

¿Me están acosando en línea?

¿Cuál es la diferencia entre una broma y el acoso?

Todos los amigos se hacen bromas entre ellos, pero hay ocasiones en que es difícil saber si alguien solamente se está divirtiendo o si está tratando de herirte, sobre todo en línea. A veces te dirán, riéndose, que “era solo una broma” o que “no te lo tomes tan en serio”. Pero si te sientes herido o piensas que alguien se está riendo de ti y no contigo, entonces la broma ha ido demasiado lejos. Si continúa después de que le hayas pedido a esa persona que no lo haga más y sigues sintiéndote molesto, podría tratarse de acoso. Y cuando el acoso ocurre en línea, hay mucha gente que presta atención, incluso personas desconocidas. Dondequiera que esto ocurra, si te sientes incómodo(a), no tienes por qué soportarlo. Llámalo como quieras: si te sientes mal y el problema continúa, entonces vale la pena buscar ayuda. Detectar el ciberacoso no se trata solamente de denunciar a los hostigadores; también se trata de reconocer que todos merecemos respeto, en línea y en la vida real.

¿Qué consecuencias tiene el ciberacoso?

Cuando el acoso ocurre en línea, la víctima siente como si la estuvieran atacando en todas partes, hasta en su propia casa. Puede parecerle que no hay escapatoria posible. Las consecuencias pueden durar largo tiempo y afectar a la víctima de muchas maneras: Mentalmente. Se siente preocupada, avergonzada, estúpida y hasta enfadada. Emocionalmente. Se siente avergonzada y pierde interés en lo que le gusta. Físicamente. Se siente cansada (pierde el sueño) o sufre dolores de estómago y de cabeza. Sentirse objeto de burla o de acoso puede impedir que la víctima hable con franqueza o trate de resolver el problema. En casos extremos, el ciberacoso puede llevar a quitarse la vida. El ciberacoso puede afectarnos de muchas formas. Sin embargo, es posible superarlo y recuperar la confianza en nosotros mismos y la salud.

Actividades de aprendizaje

1. ¿Cómo se define el ciberacoso y en qué medios digitales puede ocurrir?
2. ¿Qué tipo de comportamientos constituyen el ciberacoso según la descripción dada?
3. ¿Cómo difiere el ciberacoso del acoso cara a cara?
4. ¿Qué papel juega la huella digital en el ciberacoso y cómo puede ayudar a detenerlo?
5. ¿Cuáles son algunas señales de que podrías estar siendo acosado en línea?
6. ¿Cuál es la línea entre una broma y el acoso en el contexto del ciberespacio?
7. ¿Qué sugerencias se ofrecen para lidiar con las bromas que podrían cruzar la línea hacia el acoso en línea?
8. ¿Qué impacto puede tener el ciberacoso en la víctima desde una perspectiva mental, emocional y física?
9. ¿Cuáles son algunas de las consecuencias a largo plazo del ciberacoso?
10. ¿Qué medidas se pueden tomar para superar el ciberacoso y recuperar la confianza y la salud emocional?