
Prevención del Acoso: Romper El Ciclo de La Evasión Escolar

BOLETÍN DE SALUD MENTAL



BULLYING

La conexión entre el acoso y la evitación escolar:

En sus zapatos... ¿Te has dado cuenta de que en la mochila de un niño no sólo caben libros? Puede llevar miedos y angustias demasiado pesados para sus jóvenes hombros. Algunos niños temen ir a la escuela por el acoso, se sienten ansiosos, aislados y desesperados por un sentimiento de seguridad y pertenencia. Juntos podemos marcar la diferencia que estos niños necesitan.

¿Qué es el acoso escolar? El acoso es el abuso continuado de poder en las relaciones, a menudo mediante acciones verbales, físicas o sociales repetitivas destinadas a perjudicar a los demás. Puede implicar a individuos o grupos que utilizan su poder percibido para atacar a quienes se sienten incapaces de detenerlo.

¿Qué es la evitación escolar?

La evitación de la escuela, o el rechazo a la escuela, se refiere a la ansiedad de un niño ante la escuela y su negativa a asistir. Suele ser síntoma de un problema subyacente.

Cuando el acoso y la evitación escolar se mezclan...

Los adultos deben estar alerta cuando el acoso y la evitación escolar se solapan. Para hacer frente a este problema es necesaria la colaboración entre los padres, las escuelas y la comunidad. Con un fuerte apoyo, los padres pueden ayudar a los niños a recuperar la confianza y superar estos retos.

Pasos para abordar el complejo problema de la evitación escolar y el acoso:

Reconozca las señales: Identifique los signos de acoso y evitación escolar en su hijo.

Comunicación abierta: Hable regularmente con su hijo y compruebe cómo se siente.

Documentar los incidentes: Anota los incidentes de acoso, incluyendo fechas y detalles.

Incluir a la escuela: Informar del acoso y crear un plan juntos.

Busque ayuda profesional: Busque un profesional de salud mental para ayudar a su hijo.

Enseñe resiliencia: Ayude a su hijo a desarrollar estrategias de afrontamiento y confianza en sí mismo.

Manténgase informado: Infórmate sobre las políticas escolares y la prevención del acoso escolar.

Artículos Destacados

Situaciones en la escuela que pueden hacer que el niño quiera evitar:

- Estar en el bus escolar
- Caminar por los pasillos
- Estar en el área de recreo
- Estar en el comedor
- Sentarse en clase
- Miedo a no mantenerse al tanto
- Exámenes
- Leer en voz alta en clase
- La angustia de no poder hacer el trabajo escolar debido a dificultades de aprendizaje
- Personas en la escuela, profesores, directores o personal escolar
- Los otros niños de la escuela
- Personas específicas con las que el niño puede sentirse incómodo
- Una sensación general de incomodidad por estar rodeado de muchos niños todo el día
- No querer estar con determinados niños o grupos de niños, o sentir que no puede relacionarse con esos otros niños o con la mayoría de ellos.
- Hablar o hacer presentaciones delante de otros



"La evitación es la esencia de la ansiedad, por lo que el rechazo escolar es el máximo ejemplo de afrontamiento evitativo"

Dr. Jonathan Dalton
Centro de Ansiedad y Cambio
Conductual,
Rockville, MD

Participe en nuestro curso gratuito **ParentGuidance.org**

La Dra. Melissa Lopez-Larson ha observado un crecimiento exponencial en los últimos años. En este curso, la Dra. López-Larson analiza cómo identificar el acoso escolar, las opciones de tratamiento, las estrategias de prevención y mucho más.



Cómo ayudar a tu hijo cuando lo acosan

[Realizar Curso Gratis](#)

Para obtener recursos útiles para padres, visite:
ParentGuidance.org



Para las obras citadas, consulte el boletín en línea
