



¿Qué pueden hacer los estudiantes/jóvenes para "dar una mano?" (What can students/youth do to "lend a hand?")

El acto de molestar o intimidar (bullying) ocurre cuando alguien hiere o asusta a otra persona a propósito. La persona que es molestada o intimidada tiene dificultades para defenderse. Usualmente, los actos de molestia o intimidación suceden en forma repetida.

A veces, las molestias o intimidaciones son fáciles de notar, como en el caso de los golpes o los insultos, y otras veces son difíciles de ver como excluir a una persona o decir cosas desagradables de otra persona. Tanto los varones como las niñas cometen actos de molestia o intimidación, y tanto unos como otras son víctimas de dichos actos. Molestar o intimidar no es justo. Y duele.

¿Qué puedes hacer TÚ cuando ves que alguien está siendo molestado o intimidado en la escuela?

Pregúntate, "¿Es mi trabajo ayudar?"

Piensa cómo te sentirías TÚ si el acto de molestar o intimidar te estuviera sucediendo a ti. Tú y otros niños pueden dar una mano, aún cuando no sean íntimos amigos de los niños que están siendo molestados o intimidados. Tu escuela será un lugar mejor si ayudas a detener estos actos de molestia o intimidación. ¡Y hacer de tu escuela un lugar mejor es trabajo de TODOS!

¿Qué puedo hacer?

¡Muchas cosas! Piensa en lo que podría funcionar para ti:

- No te quedes simplemente parado(a) ahí...¡DÍ ALGO!
- Los niños que molestan o intimidan a otros pueden pensar que están siendo divertidos o "superiores". Si te sientes seguro(a), dile a la persona que TERMINE con la molestia o la intimidación. Dile que no te gusta y que no es divertido.

- ¡NO RESPONDAS CON OTRO ACTO DE MOLESTIA O INTIMIDACIÓN! No ayudará si usas insultos o acciones desagradables. Y podría empeorar las cosas.

Pero ¿qué pasa si no me siento seguro(a) para decirle a alguien que molesta o intimida que se detenga?

Está BIEN. Nadie debe ponerse a sí mismo en una situación de inseguridad. ¿Qué OTRA COSA puedes hacer para dar una mano cuando ocurren actos de molestia o intimidación?

- Dile palabras agradables al niño o niña que está siendo molestado(a) o intimidado(a), como por ejemplo "Lamento lo que sucedió" y "¡No me gusta!". Ayúdalos a entender que no es su culpa. Sé amigable. Invita al/a la estudiante a hacer cosas contigo, como sentarse juntos a la hora de almorzar o trabajar juntos en un proyecto. ¡TODO EL MUNDO NECESITA UN AMIGO!

—Dile al estudiante que está siendo molestado o intimidado que hable con alguien sobre lo que ocurrió. Ofrécele tu ayuda para acompañarlo(a).

—Presta atención a los demás niños que presenciaron el acto de molestia o intimidación. (Estas personas se llaman "testigos".) ¿Alguno de ellos se está riendo o se suma a la molestia o intimidación? Si es así, estos niños son parte del problema. ¡Hazles saber a esos estudiantes que no están ayudando! ¡NO seas uno de ellos!

Cuéntale a un adulto. (¡Esto es IMPORTANTE!!)

- Es probable que el niño o niña que está siendo molestado(a) o intimidado(a) necesite ayuda de un adulto. El niño que está molestando o intimidando probablemente también la necesite. Muchas veces, las molestias o intimidaciones no son reportadas. Pero, ¿con quién deberías hablar? Piensa con quiénes podrías hablar en tu escuela:

- Docentes (¿con cuál de ellos hablarías?)
 - Consejero(a) escolar
 - Asistente de la Cafetería o Patio de Juegos
 - Enfermera escolar
 - Director(a)
 - Chofer del autobús
 - Enfermero escolar
 - Otros adultos con quienes te sientas cómodo(a) hablando
- Si necesitas ayuda para hablar, lleva a un amigo o amiga contigo.

¿Por qué algunos niños no dicen nada cuando presencian actos de molestia o intimidación?

- Para que otros no piensen que son "soplones".
- Por temor a que los niños que molestan o intimidan se las tomen con ellos la próxima vez
- Pueden pensar que sus amigos se burlarían de ellos por tratar de ayudar.
- ¡Hablar es muy importante! Reportar que alguien está siendo molestado, intimidado o lastimado de cualquier manera NO es "ser un soplón". Los adultos de la escuela pueden ayudar. Pídeles que garanticen

tu seguridad después de hablar. ¡Explícales a tus amigos que molestar o intimidar NO es justo y alientalos a que se sumen para ayudar!

¿Qué ocurre si el acto de molestar o intimidar no sucede en la escuela?

- Si hay un adulto cerca, reporta el incidente de molestia o intimidación a un adulto (tu líder de grupo juvenil, ministro, entrenador de deportes, etc.)
- Independientemente de dónde ocurra el acto de molestia o intimidación, debes hablar con tus padres sobre los incidentes que veas o de los que oigas hablar. Consúltalos sobre las ideas que podrían tener sobre cómo ayudar.

TODOS debemos hacer nuestra parte! Los niños que son molestados o intimidados merecen sentirse seguros y bienvenidos en la escuela y en sus vecindarios. ¡Todos los niños lo merecen! TOMA POSICIÓN. DA UNA MANO. ¡BASTA YA DE MOLESTAR! (TAKE A STAND. LEND A HAND. STOP BULLYING NOW!) Consulta otras actividades en www.StopBullyingNow.hrsa.gov para ver más ideas sobre cómo puedes "dar una mano" para detener los actos de molestia o intimidación.

Referencias

Olweus, D. (1993). *Los actos de molestia o intimidación en la escuela: Lo que Sabemos y lo que Podemos Hacer [Bullying At School: What We Know and What We Can Do]*. Cambridge, MA: Blackwell Publishers, Inc.]