

JUNIO 2024

# Prevención del Acoso: Romper El Ciclo de La Evasión Escolar

Série de Salud Mental



**BULLYING**

## La conexión entre el acoso y la evitación escolar:

**En sus zapatos...** ¿Te has dado cuenta de que la mochila de un niño puede llevar mucho más que libros y materiales escolares? Puede contener miedos y angustias que son muy pesadas para los jóvenes hombros de los niños. Algunos niños tienen miedo de ir al colegio por culpa del acoso escolar. Los niños que recorren este camino suelen compartir historias de ansiedad, aislamiento y un anhelo desesperado de un sentimiento de pertenencia y seguridad. Juntos, podemos ser la diferencia que estos niños necesitan.

**¿Qué es el acoso escolar?** El acoso es un problema caracterizado por un abuso de poder continuo y deliberado en las relaciones. El acoso se detecta porque ocurre más de una vez o, en otras palabras, es continuo. Este abuso de poder se manifiesta a través de comportamientos verbales, físicos y sociales repetidos, con la intención de causar daño físico, social y psicológico. El acoso puede implicar que un individuo o un grupo abuse de su poder, o de lo que se percibe como poder, sobre una o más personas que se sienten impotentes para impedirlo.

### ¿Qué es la evitación escolar?

La evitación escolar es un término utilizado para describir los signos de ansiedad que presenta un niño en edad escolar y su rechazo a ir al colegio. También se denomina rechazo escolar o fobia escolar. La evitación escolar suele ser un síntoma de un problema más profundo.

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

Los adultos deben estar atentos a los casos en que el acoso y la evitación escolar se cruzan. Se trata de una situación difícil tanto para los adultos como para sus hijos. Solucionar el acoso y la evitación escolar requiere un esfuerzo de colaboración entre los padres, los centros escolares y la comunidad.

Mediante un apoyo inquebrantable, los padres pueden ayudar a sus hijos a superar estas difíciles circunstancias y recuperar la confianza en la escuela.

### 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:** Promueva una comunicación abierta con su hijo sobre sus experiencias.

**Documentar los incidentes:** Mantén un registro de los incidentes de acoso, incluyendo fechas y detalles.

**Incluir a la escuela:** Notificar a las autoridades escolares y colaborar en un plan para manejar el acoso.

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

**Apoye:** Apoye firmemente a su hijo dentro del sistema escolar.

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

**Supervise los progresos:** Hable regularmente con su hijo sobre sus experiencias y su bienestar.

**Manténgase informado:** Infórmese sobre la prevención del acoso y las políticas escolares.



COOK CENTER FOR  
HUMAN CONNECTION



Parent  
Guidance.org

# 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



Para recursos útiles de crianza, visite: [ParentGuidance.org](https://parentguidance.org)

## "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



Cómo ayudar a tu hijo cuando lo acosan

Realizar Curso Gratis

### Tome un curso gratuito en 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.

**Presione aquí**

### Referencias

School Avoidance Alliance (n.d.). Parents School Avoidance 101. Retrieved September 21, 2023, from <https://schoolavoidance.org/school-avoidance-101/>

Stanford Medicine (n.d.). School Refusal. Stanford Medicine Children's Health. Retrieved September 21, 2023, from <https://www.stanfordchildrens.org/en/topic/default?id=school-refusal-90-P02288#:~:text=School%20refusal%20is%20a%20term,school%20avoidance%20or%20school%20phobia.>

National Center Against Bullying (n.d.). Definition of bullying. Retrieved September 21, 2023, from <https://www.ncab.org.au/bullying-advice/bullying-for-parents/definition-of-bullying/>

Ed Source (n.d.). To improve attendance, we must build connection, understanding and community. Retrieved September 21, 2023, from <https://edsource.org/2023/to-improve-attendance-we-must-build-connection-understanding-and-community/695625>



COOK CENTER FOR  
HUMAN CONNECTION

