



# **BOLETIN INFORMATIVO DE SANA CONVIVENCIA PARA PADRES DE FAMILIA**

**LA LEY N° 29719 LEY QUE PROMUEVE LA  
CONVIVENCIA SIN VIOLENCIA EN LAS  
INSTITUCIONES EDUCATIVAS**

# INTRODUCCIÓN

Estimados padres, madres, apoderados, como es de su conocimiento, las normas reguladoras de nuestra institución educativa se encuentran reflejadas en el reglamento interno del colegio.

Sin embargo, creemos conveniente compartir con ustedes el boletín informativo donde abordamos con especial interés las amenazas que pretenden quebrantar la sana convivencia en las escuelas a nivel mundial.

Estamos enfocados en eliminar cualquier amenaza que perturbe la tranquilidad de nuestros estudiantes, por lo que les pedimos involucrarse en el desarrollo educativo y emocional de su hijo(a), tomándose un tiempo para conocer con profundidad ¿Qué es el bullying, el ciberbullying y el grooming?

El objetivo de este boletín es informarle e instruirle a usted frente a la sospecha de un presunto caso de bullying, es por eso que le pedimos que aplique los siguientes 5 pasos:

1. Conocer el problema
2. Identificar los síntomas
3. Identificar las causas
4. Identificar posibles daños
5. Actuar, corregir.

Confiados en que este boletín aportará al fortalecimiento de las familias y la sana convivencia de su hijo(a), los saluda con aprecio.

# NORMAS Y PRINCIPIOS DE LA SANA CONVIVENCIA

El presente Reglamento regula la aplicación de la Ley N.º 29719 con el fin de garantizar una convivencia democrática y libre de violencia en las instituciones educativas, especialmente para las y los estudiantes, estableciendo medidas de protección y atención ante casos de violencia y acoso, considerando los diversos contextos culturales.

**VALORES HUMBOLDTIANOS QUE SE  
PROMUEVEN DENTRO DE LA INSTITUCIÓN  
CON LA FINALIDAD DE UNA SANA  
CONVIVENCIA**

La Institución promueve una educación en virtudes y valores democráticos orientados a la formación integral del estudiante.

Nuestra educación promueve prioritariamente los siguientes valores:

- Solidaridad
- Justicia
- Paz
- Honestidad
- Tolerancia
- Responsabilidad
- Respeto
- Orden
- Disciplina
- Empatía
- Integridad
- Gratitude



**PRINCIPIOS HUMBOLDTIANOS QUE SE  
PROMUEVEN DENTRO DE LA INSTITUCIÓN  
CON LA FINALIDAD DE UNA SANA  
CONVIVENCIA**

Nuestra educación promueve  
prioritariamente los siguientes  
principios:

- El principio del respeto a la dignidad de la persona humana.
- El principio del respeto por la vida humana.
- El principio de solidaridad.
- El principio de participación, inclusión e igualdad humana.
- El principio del bien común.



# ¿CÓMO DEBO ACTUAR, SIENDO PADRE DE FAMILIA?

## PASO 1 CONOCER EL PROBLEMA

### ¿Sabes qué es el Bullying?

El bullying o acoso escolar se refiere a un tipo de comportamiento violento e intimidatorio que se ejerce de manera verbal, física o psicológica entre niños y adolescentes durante la etapa escolar. Se trata de una serie de maltratos continuos que son llevados a cabo de manera intencional por uno o varios agresores, con el propósito de agredir, generar inseguridad o entorpecer su desenvolvimiento escolar de la víctima.

En este video elaborado por el colegio Almazara bajo la dirección de David Valero se trata de difundir la solución para terminar con este problema.

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=oHejiVLTP2U>

# ¿CÓMO DEBO ACTUAR, SIENDO PADRE DE FAMILIA?

## ¿Sabes que es Ciberbullying?

El ciberbullying o, en español, el ciberacoso es un tipo de acoso que se vale de medios informáticos para el hostigamiento de una persona. Como tal, el ciberbullying o ciberacoso supone la situación de hostigamiento, abuso y vejación sostenido y repetido a lo largo del tiempo, de una persona por parte de un grupo de individuos. Los medios a través de los cuales se efectúa el ciberbullying se manifiestan en sitios como redes sociales, chats, foros, correo electrónico, páginas web, blogs, fotologs, videojuegos, entre otros.

En este videoelaborado por Movistarse trata de explicar los problemas digitales que pueden estar atravesando nuestros hijos. Conoce las amenazas que rodean a nuestros hijos(as).

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=PNFiYVsost4>

# ¿CÓMO DEBO ACTUAR, SIENDO PADRE DE FAMILIA?

## ¿Sabes qué es el Grooming?

El grooming es un tipo de acoso en el que un adulto manipula y engaña a un menor para ganarse su confianza con fines sexuales. El agresor suele crear una falsa amistad para obtener imágenes, videos o lograr un acercamiento físico. Este delito representa un grave riesgo para niños, niñas y adolescentes, por lo que es fundamental informar, prevenir y alertar a las familias sobre estas conductas.

En este vídeo elaborado por la Policía de Investigaciones de Chile trata de alertar sobre los riesgos a los que están expuestos los niños, niñas y adolescentes. Míralo, le puedes estar salvandola vida a tu hijo(a).

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=hFGHq5QGck0>.

# ¿CÓMO DEBO ACTUAR, SIENDO PADRE DE FAMILIA?

## ¿Sabes qué es el Fraping?

Es un tipo de ciberacoso en el que el agresor toma las riendas de nuestras redes sociales, haciéndose pasar por nosotros y publicando contenido inapropiado. Por este y otros tipos de ciberacoso, es que se recomienda que las contraseñas sean solo de conocimiento del usuario de la cuenta y evitar divulgarlo incluso con “amistades cercanas”.

Además, es importante educar a nuestros hijos sobre la importancia de proteger su privacidad en línea y estar atentos a cualquier actividad sospechosa en sus cuentas. Enseñarles a reconocer las señales de ciberacoso y cómo reportarlo puede empoderarlos y ayudarlos a mantenerse seguros. Los padres debemos fomentar un ambiente de confianza donde los niños se sientan cómodos compartiendo sus experiencias en línea.

Link: <https://youtube.com/shorts/HAAFITJtJnI?si=xps-7qcAmCdUnrwy>

# ¿CÓMO DEBO ACTUAR, SIENDO PADRE DE FAMILIA?

## ¿Sabes qué es el Flaming?

Consiste en atacar verbalmente a las personas a través de Internet mediante mensajes insultantes, ofensivos u hostiles. Este tipo de ciberacoso suele originarse por la intolerancia, la falta de empatía o el deseo de imponer poder sobre otros. Generalmente se realiza con la finalidad de ridiculizar, humillar o desacreditar públicamente a la víctima en redes sociales. Estas conductas pueden afectar seriamente la autoestima, el bienestar emocional y la salud mental de quien las sufre.

Es importante que, como padre de familia, estés atento a las señales de que tu hijo podría estar siendo víctima de flaming. Conversa abiertamente con él sobre las experiencias en línea y asegúrate de que sepa que puede acudir a ti si se siente atacado o incómodo.

Link:<https://youtube.com/shorts/HAAFITJtJnI?si=xps-7qcAmCdUnrwy>

## **PASO 2**

### **IDENTIFICAR LOS SÍNTOMAS**

#### **¿Cómo saber si tu hijo(a) es víctima de Bullying?**

La persona que ejerce el bullying lo hace para imponer su poder sobre el otro, a través de constantes amenazas, insultos, agresiones o vejaciones, y así tenerlo bajo su completo dominio a lo largo de meses e incluso años. La víctima sufre callada en la mayoría de los casos.

El maltrato intimidatorio le hace sentir dolor, angustia y miedo, hasta tal punto que, en algunos casos, puede llevarle a consecuencias devastadoras como el suicidio.

Es importante mantener una comunicación abierta y de confianza con tu hijo(a), para que se sienta seguro(a) de compartir sus preocupaciones contigo. La detección temprana y el apoyo emocional son esenciales para ayudar a las víctimas de bullying a superar esta difícil situación y recuperar su bienestar emocional.

Estas son algunas de las características de una víctima de bullying según el portal Siseve:

- Disminución del rendimiento académico de manera inesperada
- Desinterés en las actividades educativas
- Inasistencias constantes e injustificadas y/o deserción
- Aislamiento, cuenta con pocos amigos (disminución del juego con sus compañeros en los recreos, en clase, entre otros)
- Baja autoestima
- Sensibilidad extrema y cambios bruscos en el estado de ánimo
- Sudoración de las manos, se arrancan el cabello, se comen las uñas, entre otros
- Tartamudeo, tics o mutismo (no habla)
- Cambios en hábitos de alimentación y juego
- Sentimientos de vergüenza y culpa
- Autolesiones (cutting)

Con frecuencia, el acoso escolar no se manifiesta de una sola forma, sino que aparecen varios tipos de manera simultánea, lo que agrava el impacto en la víctima. Por ello, es fundamental que, si identificas alguno de estos comportamientos, informes de inmediato a la institución educativa para que se actúe oportunamente y se proteja al estudiante afectado.

**1. Acoso físico:** Se caracteriza por agresiones directas como empujones, patadas, golpes con objetos o cualquier acción que cause daño corporal. También puede presentarse de manera indirecta, cuando el agresor daña, esconde o roba las pertenencias personales de la víctima, generando miedo, inseguridad y un sentimiento constante de vulnerabilidad dentro del entorno escolar.

**2. Acoso verbal:** Es uno de los más frecuentes y, aunque no deja marcas visibles, causa un profundo daño emocional. Se manifiesta a través de insultos, humillaciones, burlas, apodosos ofensivos, menosprecios en público, difusión de rumores falsos, mensajes o llamadas ofensivas y el uso de lenguaje sexual inapropiado.

**3. Acoso psicológico:** Se manifiesta a través de amenazas, intimidaciones y manipulaciones constantes que buscan generar miedo, inseguridad y sometimiento en la víctima. Este tipo de acoso puede tener como finalidad obtener objetos, dinero o beneficios personales, pero también obligar a la persona afectada a realizar acciones que no desea ni debe hacer. Las consecuencias suelen ser graves, ya que la víctima puede desarrollar ansiedad, estrés, baja autoestima, dificultad para concentrarse y temor permanente dentro del entorno escolar.

**4. Acoso social:** Consiste en la exclusión deliberada y el aislamiento progresivo de la víctima por parte de uno o varios agresores. En la práctica, los acosadores ignoran su presencia, no la incluyen en actividades grupales, juegos o trabajos escolares, y fomentan que otros compañeros también la excluyan. Esta forma de acoso afecta profundamente el sentido de pertenencia, genera soledad y puede provocar tristeza, retraimiento y dificultades para establecer relaciones sociales sanas

## **¿Cómo saber si tu hijo(a) es víctima de Ciberacoso?**

El acoso a los niños(as) ya existía desde hace mucho en las aulas, pero ahora encuentra una nueva herramienta que lo hace aún más peligroso: internet. Palabras como Ciberbullying o Sextorsión empiezan a resultar familiares para padres cada vez más preocupados por la seguridad de sus hijos(as).

Existen distintos tipos de acoso por internet, cada uno con características particulares, los cuales ya han sido explicados detalladamente en otra sección de este boletín. Conocerlos te permitirá identificar a tiempo los primeros signos de acoso y, ante cualquier sospecha, comunicarte de inmediato con la escuela para recibir orientación y apoyo oportuno.

Además, es importante que los padres y cuidadores mantengan una comunicación constante y de confianza con sus hijos(as), observen cambios en su comportamiento, estado de ánimo o uso de dispositivos digitales, y promuevan un uso responsable y seguro de internet.

## **PASO 3**

### **IDENTIFICAR LAS CAUSAS**

#### **¿Cuáles son las causas de que un estudiante se vuelva agresor?**

Es difícil que como padres de estos niños(as) podamos estar del todo ajenos a que nuestro hijo(a) es agresivo(a) o abusivo(a) con alguien más. Muchas veces las señales se hacen evidentes en su trato a la mascota de la casa, con sus hermanos pequeños, cuando invita a alguien a casa y se muestra impositivo(a) y grosero(a), cuando se refieren a alguien continuamente de forma despectiva y burlona...o cuando recibimos una llamada del colegio haciéndonos saber que hay una situación de bullying de la cual es el protagonista.

Identificar las causas específicas que están influyendo en el comportamiento de un estudiante es crucial para poder intervenir de manera efectiva. Es importante que los padres, educadores y profesionales trabajen juntos para proporcionar el apoyo necesario y guiar al niño hacia un comportamiento más positivo y saludable.

Es importante para todos conocer aquellos factores que determinan que un estudiante pueda llegar a tener estos comportamientos:

**1. Violencia al interior de la familia:** Es muy común que los estudiantes agresores vengan de una dinámica familiar violenta; si crecen en un ambiente donde se vive de cerca la violencia y el abuso verbal, físico o psicológico ya sea entre sus padres, de sus padres hacia él, o de algún hermano o tío es una realidad que aprenderá a seguir estos patrones y/o encontrará en el bullying una forma de desahogar sus propios sentimientos de inseguridad, angustia y enojo contenido.

**2. Darles mal ejemplo:** Si los niños ven que sus padres se expresan despectivamente de otros, son poco sensibles a los demás, se divierten poniendo nombres y se ríen de las fallas ajenas, seguramente que ese modelo lo llevarán a sus propias relaciones. Incluso hay padres que les parece divertido reírse y burlarse juntos de algunos de los compañeros(as) de sus hijos(as) y luego se preguntan por qué su hijo(a) terminó en un problema de bullying.

**3. Falta de límites:** Estudiantes que están acostumbrados a tener siempre lo que desean, a no frustrarse nunca, a traspasar los límites sin que haya ninguna consecuencia, a gritar, insultar y pegar sin que pase nada, es muy posible que vayan más allá.

**4. Exposición a contenido violento:** Sobra decir que la exposición a videojuegos que cada día son más agresivos y violentos, a películas o a programas de televisión, sin supervisión, pueden ser generadores de agresión en los niños, niñas y jóvenes.

**5. Grupos sociales contraproducentes:** En ocasiones ciertas amistades pueden influir perjudicialmente en los comportamientos de los niños, niñas y jóvenes quienes empiezan a imitar comportamientos agresivos.

**6. Falta de habilidades sociales:** Hay quienes tienen dificultades para establecer un vínculo con los demás porque no cuentan con las habilidades sociales necesarias y al no lograr sentirse realmente integrados adoptan patrones agresivos con los más débiles muchas veces en busca de lo que ellos creen que será “aceptación” del grupo.

## PASO 4

### IDENTIFICAR LOS POSIBLES DAÑOS

#### ¿Qué daños puede originar cualquier tipo de acoso en nuestros hijos?

**1. Salud física:** El estudiante puede comenzar a experimentar dolores de cabeza, problemas digestivos, alteraciones del sueño, todo esto producto de la somatización (manifestar dificultades emocionales a través de malestar orgánico) que podría estar presentando el estudiante.

**2. Salud mental:** El estudiante podría presentar miedo, soledad, inseguridad, entre otras emociones consecuentes de la violencia recibida, por otro lado, en un nivel mayor de gravedad, podría presentar un trastorno de estrés post-traumático, ataques de pánico, síndrome ansioso, etc.

**3. Autoestima:** En la mayoría de las ocasiones la víctima de violencia suele evidenciar dificultades en su autoestima, ya que se percibe a sí mismo como inofensivo e incapaz de protegerse a sí mismo, en algunas ocasiones debido a la baja autoestima la víctima llega a percibir que la culpa del acoso es de el/ella mismo (a).

## **¿Cómo prevenir que una situación de violencia y por ende los posibles daños?**

Estas alternativas de prevención no se limitan a que mi hijo(a) puede ser la víctima, sino también a prevenir que mi hijo puede ser aquel que ejerza acoso o violencia en contra de otro compañero.

- Generar en el hogar un ambiente de tolerancia y no violencia
- Concientizar a nuestros hijos, para que puedan reflexionar respecto a estar en el lugar del agredido y también del agresor.
- Practicar la comunicación asertiva como la principal herramienta de solución de problemas de mi hijo(a).
- Promover relaciones interpersonales tomando en cuenta los límites personales.
- Hablar sobre el tema en casa de una manera abierta.
- Interésese por conocer las amistades y compañeros de su hijo(a).
- Demuestre a su hijo(a) que puede contar con Ud. en todo sentido.
- Participe en las actividades del colegio.
- Mantenga comunicación con el tutor de su hijo(a)

## **PASO 5**

### **ACTUAR Y CORREGIR**

#### **¿Qué hacer si mi hijo es víctima de bullying?**

Frente al caso en el que mi hijo manifieste que está siendo víctima de bullying, debemos tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:

1. Establece un ambiente de confianza y aceptación incondicional con tu hijo(a).
2. Valida sus emociones, es normal sentir miedo, tristeza, enojo y frustración siendo víctima de bullying.
3. No minimices cuando comenta que es víctima de algún tipo de violencia o acoso.
4. Evitar que responda con más violencia a su agresor. Priorizar la comunicación asertiva como alternativa de solución de problemas.
5. Evaluar la posibilidad de que mi hijo como víctima puede recibir ayuda profesional para poder lidiar con las consecuencias de la violencia.

## **¿Cómo dar seguridad a nuestros hijos en Internet?**

Es importante que los padres eduquemos a nuestros hijos y les avisemos de los riesgos que supone la navegación en Internet y el uso de las redes sociales. Saber qué puede ocurrir les mantendrá alerta.

Puedes pensar que tu hijo(a) está jugando a una aplicación que se ha descargado o está viendo dibujos animados, pero si está solo navegando por la red, por desconocimiento o curiosidad, puede acabar viendo contenido no apto para él o ella.

Los padres podemos vigilar la seguridad de nuestros hijos(as) en Internet o la forma en la que ellos(as) interactúan poniendo en práctica algunos sencillos consejos:

1. Control parental: los filtros parentales son herramientas que podemos instalar en los dispositivos para controlar por qué páginas navega nuestro hijo(a).

2. Vigilar por dónde navega: quizás no puedas estar todo el rato mirando por qué páginas está navegando, pero sí puedes comprobar después qué lugares visitó.

3. La educación es el mejor filtro de Internet: enseñar a no publicar datos personales, no fiarse de los desconocidos de Internet y a avisar si detectan una conducta de acoso en Internet.

4. No dejes que participe en chats o conversaciones online con otras personas, incluso si crees que sus interlocutores son niños o niñas.

5. Enséñales a no fiarse de los enlaces o archivos que pidan descargarse, de cualquier aplicación que les llame la atención y tampoco de la publicidad que promete regalos.

6. Evitar juzgar a nuestros hijos, en lugar de tomar una postura de crítica no constructiva, priorizar la búsqueda de soluciones, incentivar la responsabilidad y recepción de estas situaciones como aprendizaje.

## **Qué hacer si nuestro hijo hace Bullying?**

Los padres que de pronto se dan cuenta de que su hijo(a) está acosando a otros estudiantes reciben de pronto un tremendo golpe emocional.

Los padres pueden detectarlo considerando las siguientes características que suelen estar presentes en un estudiante que hace bullying:

- Tienen dificultades para seguir indicaciones
- No son tolerantes frente a la frustración
- Suelen desafiar la autoridad con facilidad
- Les suele agradar fomentar conflicto, incluso si no lo hay
- No evidencian empatía o arrepentimiento.

Es fundamental abordar este comportamiento de manera inmediata y efectiva para ayudar a su hijo a modificar su conducta y crear un ambiente más seguro para todos.

# **¿Qué hacer si nuestro hijo(a) es el agresor?**

## **1. Detectarlo y aceptar que hay un problema.**

El primer paso es detectarlo y reconocerlo, lo cual, aunque doloroso, es inminente para poder tomar acciones y ayudarlo(a).

## **2. Buscar la causa de su comportamiento.**

Debemos tratar de definir desde cuando se está dando esta situación con nuestro hijo(a), ver si hay algún evento específico que haya podido desencadenar su agresión, revisar los aspectos mencionados anteriormente y si descubrimos cual puede ser la causa, tomar acciones inmediatas, especialmente si están dentro de la dinámica familiar.

## **3. Tomar seriamente las quejas del colegio.**

Si el colegio nos hace saber que hay una situación con nuestro hijo(a), es indispensable tomarlo en serio y hacer un plan de acción conjunto que incluya la reparación de la falta, la supervisión constante y las disculpas a quien haya resultado afectado.

#### **4. Hablarlo y definir consecuencias.**

Una vez que se ha hecho evidente que nuestro hijo(a) está teniendo un comportamiento de este tipo debemos conversarlo con él o ella, dimensionar el alcance de lo sucedido, encontrar juntos la forma de enmendar la falla y definir las consecuencias que tendrá que enfrentar en casa.

#### **5. Consultar un especialista.**

En algunos casos lo mejor es solicitar apoyo a un especialista para detectar que detona este comportamiento, que cambios se deben hacer a nivel familiar, como ser más consistentes con los límites, etc; y para que le ayude a él o ella, a través de una intervención, a cambiar esos patrones agresivos, manejar su enojo, desarrollar habilidades sociales, etc.

*“Las palabras, el silencio y la indiferencia también duelen. No es necesario que exista violencia para hablar de bullying”*