

Prevención Contra la Agresión

Información para Adultós



Un Programa de Prevención contra la Agresión
del
(Centro Internacional Para la Prevención de Abruso de Niños)

International Center for Assault Prevention (ICAP)



Visión General: El Proyecto de Prevención de Abuso a Menores (CAP), es un programa de prevención primaria que ha entrenado a más de siete millones de niños a través del mundo sobre la prevención del maltrato infantil y ahora ofrece un enfoque integral al problema de la intimidación en las escuelas. El programa de **Prevención Contra la Agresión** es un programa innovador diseñado para los niños del Kinder hasta el Octavo Grado y se conduce en las escuelas que ya han participado en el programa CAP. Tiene un enfoque en tres etapas al problema de la agresión y ofrece talleres para el personal de la escuela, los padres y los niños.

El Taller para Maestros/Personal Escolar: Este taller dura 1 ½ a 3 horas y ayuda al personal escolar hablar acerca del problema de acoso en sus clases y a discutir estrategias que promueven un ambiente escolar seguro. Los siguientes componentes son incluidos en el taller:

- Una encuesta con el personal escolar sobre la agresión
- Hablar sobre lo común que es el problema.
- Cultivar un entendimiento de los papeles que juegan no sólo la víctima y el ofensor, sino también la víctima vicaria y los niños que son testigos de acoso.
- Discutir la póliza de la escuela y la importancia de instituir un código de conducta.
- Hacer un repaso de cómo el entrenamiento en la resolución de conflictos, las normas sociales y el control de la ira puede reducir el acoso.
- Ofrecer los recursos, las estrategias y las actividades que traigan unidad a las clases.

El Taller para los Padres: Este taller 1 ½ a 2 horas y sus componentes son muy similares a los del taller para maestros/personal escolar. Ayuda a los padres a discutir el problema de agresión en sus escuelas y comunidades. Los padres reciben estrategias o "Consejos Breves" para que puedan ayudar a los niños que son víctimas, acosadores o víctimas vicarias a cambiar su comportamiento.

Taller Para alumnos, Grados K-2: Este taller interactivo de dos días para los estudiantes del Jardín de Infancia hasta el segundo grado utiliza una variedad de técnicas adecuadas según la edad de los niños y les permite participar en actividades y diálogos sobre los comportamientos de intimidación. Estas actividades desarrollan empatía para los niños que son intimidados y promueve comportamientos firmes y positivos dentro del salón de clases. El uso de afirmación y cooperación despierta el sentimiento de querer trabajar en equipo entre los alumnos. Las siguientes actividades forman parte del plan de estudios:

- presentación del concepto de "derechos"
- literatura apropiada según la edad
- canciones
- prácticas de actividades de aprendizaje
- escenas sobre la agresión y dialogo de grupo sobre:
 - insultos
 - posesiones
 - los hermanos
 - chismosear y el contarle a alguien
 - exclusión

Las escenas se utilizan para ilustrar situaciones que podrían suceder y los niños tienen que pensar en estrategias exitosas para resolver el problema. La autoafirmación, el apoyo de un compañero de clase y diciéndole a un adulto de confianza son las estrategias que los presentadores de CAP enseñan para que los niños pueden tratar de detener el problema. Estas escenas le dan a cada niño la oportunidad de participar en tratar de apoyar a su compañero de clase sirviéndole como testigo y así ponen el comportamiento positivo de práctica.

Taller para alumnos, Grados 3-8: Este taller está adecuadamente desarrollado para estudiantes en la escuela primaria y secundaria. El taller está dividido en dos sesiones que duran entre 60-75 minutos. Los siguientes componentes serán presentados a todos los estudiantes que asisten al taller:

- Encuesta Estudiantil y Recopilación de información acerca del problema en su escuela y su comunidad.
- Destacar lo serio que es la agresión y dialogar sobre los distintos tipos de agresión que se ve en sus clases y escuela.
- Se les provee información sobre el papel que desempeñan los niños que son víctimas, agresores y aquellos que observan los actos de agresión.
- Estrategias para capacitar a los estudiantes a reducir el comportamiento agresivo.
- Cyber-empowerment” se enfoca en el mundo cibernético de los adolescentes y explora la nueva forma de comunicación electrónica entre alumnos que consiste en mandar mensajes agresivos, raciales y violentos.

Al final de cada taller, los niños tendrán la oportunidad de hablar individualmente con los presentadores de CAP, con el fin de reforzar las estrategias aprendidas para evadir la agresión. También es cuando los niños pueden hacer preguntas, buscar ayuda si están siendo agredidos y fortalecer su creencia de que todos los niños tienen derecho a ser Seguro, Fuerte y Libre.

Estructura Administrativa, Reunión de Implementación y el Repaso del Programa

- **La coordinadora se reunirá con el administrador o el equipo administrativo para planificar y discutir las necesidades específicas de la comunidad.**
- **La reunión de implementación se llevará a cabo con los representantes de la comunidad, los padres, los alumnos, los consejeros, instructores de salud, los maestros y administradores para preparar a los presentadores para las necesidades y metas específicas de la escuela.**
- **A la conclusión se ofrece un repaso del programa para que el entrenador de CAP pueda reunirse con los líderes de la escuela para repasar los resultados de la encuesta sobre el acoso, las perspectivas de los estudiantes y empleados y hacer recomendaciones para enfocar los esfuerzos de la comunidad a combatir el acoso.**

DEFINICIONES DE CAP

Los siguientes términos se utilizan en los talleres de CAP. Su definición refleja la filosofía de CAP sobre la valentía.

Agresión (Grados 3-8) “La agresión empieza cuando alguien intenta actuar más fuerte o poderoso para quitarle los derechos a un individuo por medio de lastimarlos, asustarlos o hacer que la persona se sienta más débil. Puede ocurrir más de una vez y seguir empeorando.”

Agresión (Grados K-2) “La agresión empieza cuando alguien actúa más fuerte que ti por medio de quitarte tus derechos de sentirte Seguro, Fuerte y Libre. Esto puede suceder por medio de insultarte, decirte cosas indebidas, golpeándote, empujándote, quitándote las cosas o no permitiendo ser parte de su grupo. Usualmente ocurre más de una vez y puede seguir empeorando.”

Agresión Cibernética- La agresión cibernética sucede cuando alguien utiliza un computador, celular, o cualquier aparato electrónico para acosar, amenazar o intimidar a otra persona-quitándoles sus derechos de sentirse seguro, fuerte y libre.

Sextiando es el enviar o recibir electrónicamente mensajes/imágenes provocativas. Puede quitarte los derechos a ti, a la persona que esta en la imagen y a cualquiera que lo vea. Este hecho puede ser ilegal.

CYBER EMPOWERMENT- Cuando usted toma la decisión de mantener sus derechos y proteger los derechos de los demás a ser seguro, fuerte y libre mientras se comunica electrónicamente ya sea en línea, por teléfono celular o dispositivo móvil.

Pasivo- el renunciar a tus derechos, puedes estar evadiendo el problema

Agresivo- el mantener tus derechos por medio de quitarles los derechos a otros, puedes estar umentando el problema.

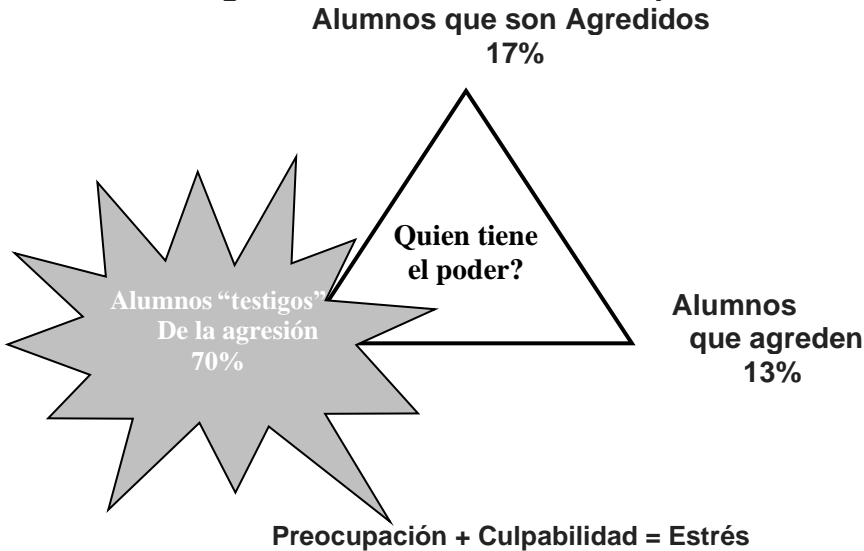
Asertivo - mantener tus derechos y respetar los derechos de otros, has decidido *resolver* el problema. Es posible que estés disminuyendo la agresión.

Aumentar es hacer cosas para empeorar la situación, por ejemplo, alzar tu voz, poner apodos o metiéndote en el espacio personal de una persona.

Disminuir es hacer cosas para mejorar la situación, por ejemplo, el ser un buen oidor, hablar calmadamente o actuando de una manera positiva.

La Generalización de la Agresión en las Escuelas

- 1 de cada 4 niños es acosado regularmente.
- 1 de cada 3 niños son agredidos cibernéticamente.
- Niños que son obeso, gay o tengan algún tipo de incapacidad tienen 63% más de probabilidad de ser agredidos por otros niños.
- Es estimado que 25% de los niños de 7 años que son identificados como agresores tendrán un registro criminal antes de cumplir los 30 años.



"La gran maldad es cuando las personas buenas no hacen nada."

- Edmund Burke
Filosofo del siglo 18

"Al final, no nos acordaremos de las palabras de nuestros enemigos, sino más bien el silencio de nuestros amigos."

- Dr. Martin Luther King, Jr.
Líder de los Derechos Civiles del siglo 20

Consejos para los Alumnos que son Agredidos

- ¡Siempre acuérdate que tienes el derecho de sentirte Seguro, Fuerte y Libre y que nadie debería quitarte ese derecho!
- Niégate a pelear. Aléjate de cualquier situación que no te sientas seguro
- Respira profundo y trata de mantener la calma.
- Sé valiente, aunque no te sientas fuerte.
- No mires hacia abajo, camine recto y con confianza.
- Si tienes el valor, exprésate como te sientes en una voz clara y calmada.
- Trata de hablar en voz baja, en ocasiones una voz baja puede decelerar una situación.
- Has una broma o decir algo chistoso. Asegúrate que no sea de otra persona.
- Trata de decir algo que sorprenda o sea inesperado como “¡Gracias por tu opinión!”
- Habla con tus amigos acerca del acoso y busca su apoyo. En realidad, nadie quiere que las personas sean agredidas.
- Cuéntale a un adulto en quien confías si piensas que no puedes parar la agresión tú mismo o si te molesta mucho.

¡Intenta Recordar!

- Sé valiente. ¡Nadie debería quitarte tus derechos!
- Trata de hacer actividades que te hagan sentir bien contigo mismo.
- Trata de estar alrededor de personas que te hagan sentir bien contigo mismo.
- Planifica que harías si alguien te agrede y practica estas estrategias con un amigo.
- Acuérdate—el niño que te está agrediendo también tiene un problema—esa no es la manera que las personas fuertes tienen que comportarse.
-

¡Acuérdate! El ser agredido jamás es culpa tuya.

Estrategias Para Adultos que Tratan con un Incidente de Agresión

- No lo ignore.
- Responda al incidente lo antes posible.

Para los niños que están siendo agredidos:

- Escuche lo que paso cuidadosamente y con empatía.
- Dar validez a los sentimientos de la persona.
- No culpe a la persona. **Nadie** busca o merece ser agredido.
- Si la víctima reveló el comportamiento, afirme y reforzar la importancia de contar lo que pasó.
- Clarifique con la persona si sus derechos les fueron quitados por causa del incidente. ¿Se siente la persona Seguro, Fuerte y Libre?
- Identifique el comportamiento como acoso y que es inaceptable.
- Anime a la persona a identificar el problema con relación a como el resultado del incidente la hizo sentir.
- Si la persona puede tomar acción, enséñele estrategias firmes que se puedan usar al tratar el problema, incluyendo el confrontar al acosador en un ambiente seguro.
- Busque apoyo apropiado para la persona.
- Tome la acción apropiada.

Para el Agresor:

- Escuche el relato atentamente.
- Identifique el comportamiento como acoso y que es inaceptable.
- Sin culpar al acosador, ayúdele a entender la responsabilidad por las consecuencias de sus actos.
- Si es apropiados, ayude al agresor a planificar ideas para remediar la situación con la víctima.
- Tome la acción apropiada—incluyendo consecuencias constantes para el acosador y apoyo para cambiar el modelo agresivo de sus respuestas.

Como manejar el asunto cuando adultos o alumnos dicen que el “Devolver El Golpe” es la solución

Adultos Piensan Que:

“La única manera de manejar a un agresor es por medio de devolverle el golpe.” o “Cuando yo era niño, resolví con éxito mi problema de ser agredido por medio de darle un puño.”

Puede que escuche este comentario frecuentemente. He aquí una sugerencia de cómo responder:

“La razón por la cual devolverle el golpe al agresor a veces suele funcionar es porque demuestra fuerza y los agresores entienden la fuerza. Es como hablarles en su idioma. El problema con este punto de vista es que le dice a los niños que solo hay dos formas de solucionar el problema: Pegarle al acosador y ser fuerte, o no pegarle y ser débil. Una demostración de fuerza puede ayudar, pero no la clase de fuerza que tenga tanto riesgo como la agresión física.”

¿Cuáles serían las consecuencias si un niño que ha sido acosado le pega al agresor? Estamos tratando de enseñarles a identificar el riesgo para su propia seguridad, para que haya éxito en la escuela y para que tengan la habilidad de relacionarse con otros en una forma saludable y positiva. También podemos destacar que nuestra meta para los niños, sea que seamos maestros o padres, es prepararlos para tratar los problemas de la vida con éxito. Como adultos, sabemos que no podemos resolver problemas con agresión física sin enfrentarnos a consecuencias graves, por esa razón la mayoría de nosotros no lo hacemos. Como adultos, también sabemos que hay varias estrategias que podemos usar para resolver nuestros problemas. Queremos que los niños sepan que tienen el poder de usar esta técnica para resolver problemas.

Los niños:

“Lo que voy a hacer es devolverle el golpe.” “Mis padres me dijeron que está bien golpear a cualquiera que me moleste.” “Funcionó antes.”

¿Que puede pasar si golpeas a alguien? ¿Puede pasarte algo malo? ¿Que te parece aprender una manera de no perder tu derecho a estar seguro sin meterte en problemas o resultar herido? El problema de tratar con acosadores a través de golpearlos es que no siempre funciona, afrontas consecuencias muy graves, y cuando seas mayor no podrás resolver tus problemas con violencia sin encontrarte en problemas.

“Antes había tratado de decirle a alguien y no me sirvió de nada. La situación empeoró.”

A veces los agresores no hacen caso la primera vez. Agredir a las personas es una mal hábito que se aprende y toma tiempo abandonar ese hábito. A menudo los adultos no saben ayudar a los niños con este problema. Yo trataré de ayudarte sin empeorar el problema. Muchos niños en esta escuela tratan de ayudar contra la agresión, pues el agresor no tiene que saber que tú me contaste lo que está pasando.

Lo que los Padres Pueden Hacer Acerca del Agresión

¿Es la agresión realmente un problema para mi hijo?

La mayoría de las personas han tenido que tratar con el problema del acoso en un momento u otro. Quizá los adultos todavía se acuerden de experiencias dolorosas que tuvieron cuando niños. Estudiantes, padres y maestros en cada comunidad reportan que es un problema serio. Al menos uno de cada diez niños es acosado y atacado regularmente. Algunos niños reportan la frecuencia del acoso tan alto como el 65%. Aun así, algunos adultos quieren descartar el acoso como una parte normal de la niñez, una manera de hacer que los niños se hagan más “fuertes”.

Es un problema mucho más serio. Se estima que uno en cada cuatro niños que acosa tendrá antecedentes penales antes de los treinta años.

El acoso perjudica el sentido de sí mismo, y los testigos o víctimas vicarias se sienten tristes, ansiosos y que su mundo no es un lugar seguro.

¿Cómo pueden los padres ayudar a sus hijos a enfrentar el acoso?

- Tome en serio las quejas de acoso que le da su hijo
- Observe a su hijo para ver si demuestra los síntomas de una víctima de agresión
- Avísele a la escuela inmediatamente si piensa que están acosando a su hijo
- Trabaje con otros padres para asegurarse que los niños en su comunidad escolar se sientan seguros.
- Escuche. Anime a su hijo a hablar sobre la escuela y sus relaciones
- Ponga el ejemplo de resolver problemas sin usar la agresión y anime a su hijo a resolver problemas de la misma manera.
- Ayude a sus hijos a aprender las normas sociales para hacer amigos
- Enséñele a su hijo que los acosadores son personas con problemas
- Ayude a su hijo a desarrollar estrategias para tratar con los agresores. Un niño que siente que tiene maneras de cómo manejar un problema es un niño que se siente con fortaleza.

Chismear vs. Contar

Los padres y maestros usualmente se quejan que los niños le gustan quejarse del uno del otro. Pero, es vital que los padres y todos los que trabajan con niños entiendan que hay una diferencia entre el ser chismoso y el hablar con alguien sobre un asunto.

La diferencia entre el chismosear y el contar:

La importancia del “contar” siempre ha sido una gran parte de las estrategias preventivas del programa CAP. Los presentadores de CAP han entrenado a más de 2.5 millones de niños en el estado de Nueva Jersey para que reconozcan que, si están en peligro, lastimados, amenazados o simplemente adoloridos por algo que ellos sientan que no puedan solucionar ellos mismos, ellos tienen que buscar la ayuda de un “adulto de confianza”. El programa CAP también enseña que el “chismosear” sucede cuanto le contamos a alguien lo que otra persona está haciendo con el simple propósito de meterlos en problemas. Pero el “contarle” a alguien lo que está sucediendo lo hacemos porque alguien nos está quitando nuestros derechos de estar seguros, fuertes y libres y queremos ayudarlos a ellos y a nosotros mismos conservar estos derechos.

Ayuda practica para que los adultos y los niños reconozcan la diferencia entre el “chismosear” y el “contar”:

Cuando un niño viene hacia un adulto para contar/chismosear de otro niño, el adulto debería preguntar:

- ¿Los que están involucrados en la situación, se sienten seguros?
- ¿Hay alguien que está perdiendo sus derechos de sentirse seguro, fuerte y libre?

Si un niño u otra persona no se siente seguro o está en peligro de perder sus derechos de sentirse seguro, fuerte y libre, el adulto tiene que:

- Creer y validar los sentimientos del niño
- Apoyar al que haya “contado”
- Intervenir lo más pronto posible

Si la seguridad de un niño no está en peligro y nadie le ha quitado sus derechos, el adulto tiene que:

- Señalar que parecer ser que todos los involucrados están seguros
- Animar al niño que trate de buscar formas para resolver el problema

Aunque este sea un caso de “chisme”, un adulto debe tomar el tiempo y hablar con el niño y tratar de buscar una solución. Esto le ayudara al niño darse cuenta de su propio problema y que todo tiene solución. Esto también los fortalecerá en el futuro para que ellos traten de solucionar problemas y disminuya el “chismosear” contra otra persona.

No le digas a un niño que deje de ser “chismoso”.

Encómielos para que resuelvan el problema y que hablen con alguien al respecto.

Protegiendo a los Niños del Internet

Enséñales a los niños como se pueden mantener seguros por medio de darles información y estrategias

- Demasiado tiempo en el computador puede ser igual de perjudicial que ver demasiada televisión. El tiempo adecuado que tienen para chatear con sus amigos o uso del Internet debe ser establecido por un adulto. Los jóvenes que han tenido problemas en el Internet han dedicado muchas horas frente al computador y se han distanciado de sus amigos o no participan en otras actividades.
- Los padres pueden limitar cuales salas de “chat” sus hijos pueden visitar. También es posible bloquear estas salas de chat o el mandar mensajes personales (IM) por completo.
- Los niños tienen que saber que hay personas inseguras en el Internet. Dígalos que si alguien o algo los hace sentir incómodos, sea agresión cibernética o un depredador, ellos tienen el derecho de decirles “NO” a esa persona y darle terminación a esa conversación e inmediatamente deben decirle a un adulto de confianza lo que está sucediendo. Ellos nunca deben ponerse de acuerdo a encontrarse con alguien que hayan conocido por medio del internet sin tu permiso y supervisión.
- Enséñale a tus hijos no dar información personal sobre si mismo ni de su familia. Este incluye fotos y otras “pistas”. Es sugerido que tampoco den información falsa. Ellos creen que pueden engañar a estas personas, pero el que resulta engañados son ellos. Igual como harían con un desconocido, es mejor **no hablar** con alguien el cual no conoces y te hace sentir incomodo.
- Tus hijos deben saber que, si alguien trata de contactarlos o les manda cosas inapropiadas o temerosas, **no es culpa de ellos** y que usted está dispuesto a ayudarlos. Muchos niños tienen miedo de contárselo a sus padres porque entraron a esas “sala de chatear” o le dijeron algo a esa persona el cual no deberían haber contado. Dile a los hijos que impriman y guarden una copia de cualquier mensaje, blog, mensaje de texto etc o que te llame y te lo muestre inmediatamente.
- Si tienen **alguna** pregunta sobre contacto cibernético inapropiado que alguien haya tenido con su hijo, llame a la policía inmediatamente. Si necesita asistencia adicional, la Policía de NJ tienen una unidad que se especializan en crímenes cibernéticos. Es importante que notifiquen a las autoridades tanto para la protección de sus hijos como los otros niños de la comunidad. Tu servicio de Internet (ISP) ofrecen restricciones parentescos igual como cualquier recurso que necesite para resolver problemas de esta índole. Siempre reporte situaciones sospechosas o contactos inapropiados a su ISP.

Recursos para la Prevención de la Agresión

- **The National Center for Missing and Exploited Children (NCMEC)** tiene una línea de comunicación en www.missingkids.com/cybertip para cualquier persona que tenga información sobre la explotación sexual de niños en el Internet. También tienen una línea de 24 horas para los que tengan información sobre Pornografía **1-800-843-5678**
- **NetSmartz** gratuitamente ofrece presentaciones cibernéticas que están dirigidas a una audiencia específica a los padres y la comunidad, pre adolescentes, los adolescentes, y niños más pequeños. Esta página de Internet, <http://www.netsmartz.org> es para Niños y Adolescentes.
- **iSAFE** es un buen recurso para padres, educadores y alumnos www.iSAFE.org www.cyberbullyhelp.com
- **GetNetWise** es una página dedicado para la protección de los niños en el Internet el cual fue fundida por corporaciones cibernéticas y organizaciones interesados en educar al público www.getnetwise.org
- **Center for Safe and Responsible Internet Use** – una página de Internet dedicada a educar a las familias sobre la agresión cibernética www.cyberbullying.org
- **Connect Safely** – es un fórum donde los padres, adolescentes, educadores y expertos dialogan sobre sitios de internet que son seguros www.ConnectSafely.org .
- **The Children's Partnership** tienen una guía "The Parents' Guide to the Information Superhighway" el cual es gratuita y se puede conseguir e imprimir en la pagina www.childrenspartnership.org **(310) 260-1220**
- **2nd Floor** es una línea de apoyo confidencial y anónima de 24 horas el cual apoya a los jóvenes de New Jersey para resolver sus problemas <http://www.2ndfloor.org> **888-222-2228**
- Si usted conoce a un niño/adolescente que tiene pensamientos suicidas a causa de la agresión" Contacte a la **Línea para la Prevención de Suicidios 1-800-273-TALK(8255)**.



New Jersey Child Assault Prevention
200 College Drive, Blackwood, NJ 08012
(856) 374-5001



www.njcap.org
www.InternationalCAP.org

A Project of the NJ Department of Children and Families