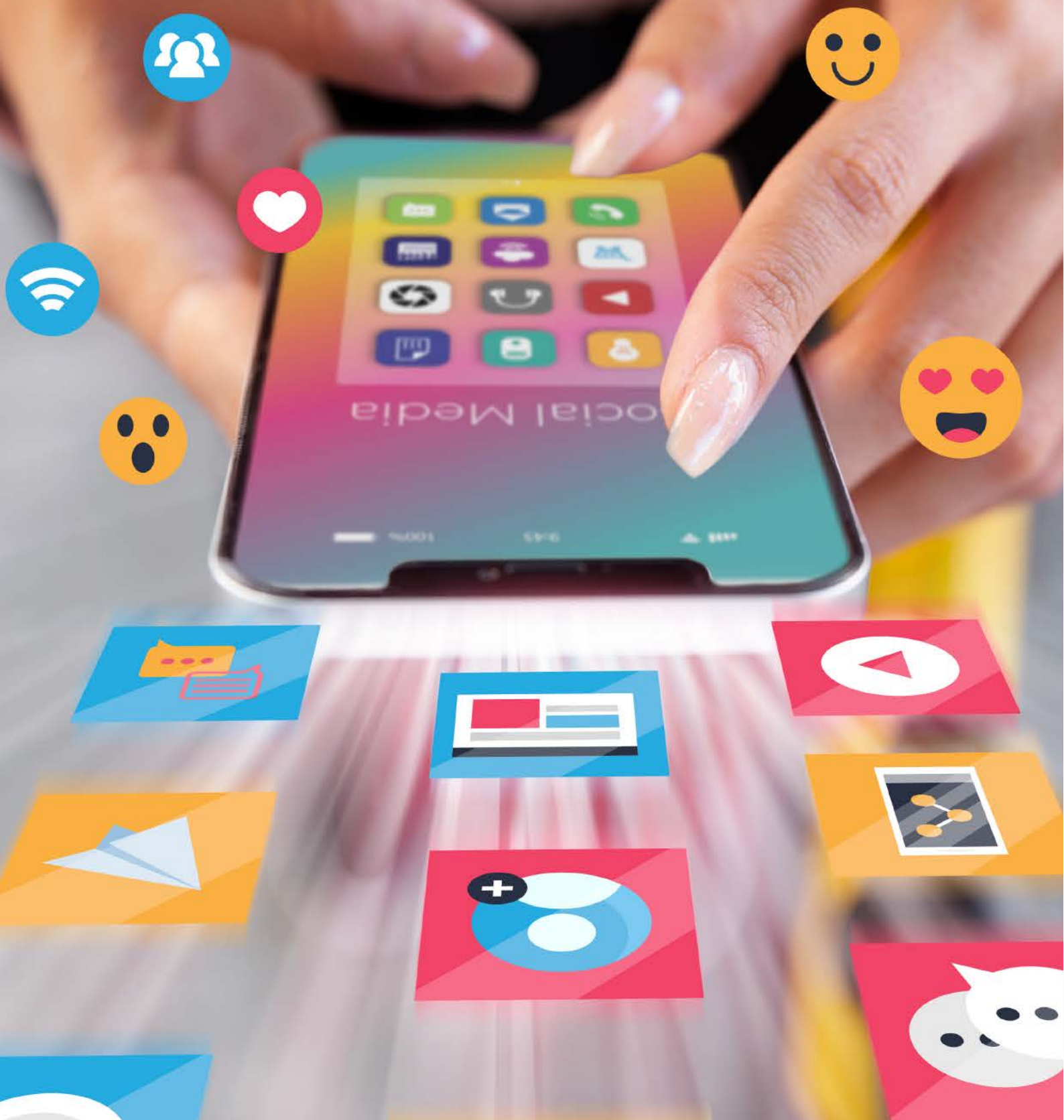


Acoso escolar y redes sociales: convivencia digital responsable



¿Qué es el acoso escolar en redes?

Es una forma de violencia que ocurre entre pares, vinculada al ámbito escolar, y que muchas veces se traslada o se origina en redes sociales, grupos de chat o videojuegos online.

Puede adoptar distintas formas

- Comentarios ofensivos o burlas repetidas
- Exclusión deliberada de grupos virtuales
- Difusión de imágenes, audios o mensajes sin consentimiento
- Amenazas, hostigamiento o suplantación de identidad

Aunque esto suceda en entornos digitales, sus consecuencias son reales ya que afecta sobre el bienestar emocional, rendimiento académico, autoestima y salud mental de quienes lo padecen.

¿Por qué es importante prestar atención a las redes sociales de los jóvenes y adolescentes?



Porque no se trata de espacios ajenos a la vida escolar. Lo que sucede en estos entornos tiene un impacto directo en los vínculos y la convivencia diaria. Muchas situaciones de acoso comienzan con una publicación, un mensaje reenviado o un comentario que se vuelve viral. Por eso, para que no se agrave el daño, es necesario intervenir a tiempo.

¿Cómo podemos promover una convivencia digital más saludable?

1. Observá

Revisá lo que compartís y preguntate: ¿podría herir a alguien con esto?, ¿estás sumándote a una burla o exclusión?

2. Intervení

No hace falta que te expongas para marcar una diferencia. A veces alcanza con no compartir, no poner "me gusta" o, simplemente, apoyar en privado a quien está siendo objetivo de ataques.

3. Comunica

Si algo te incomoda o preocupa, no te lo guardes. Háblalo con alguien de confianza: una persona adulta o un familiar.



¿Cómo construir vínculos digitales sanos?

Las redes sociales pueden ser espacios de encuentro respetuoso, siempre que se usen con responsabilidad. Estas son algunas ideas para tener en cuenta:

- **Pedí permiso** antes de compartir imágenes o conversaciones.
- **No alimentes rumores** ni difundas contenido que pueda dañar a otro.

- **Evitá reaccionar de forma impulsiva.** Lo que se publica puede tener consecuencias duraderas. No todo contenido puede ser eliminado.

3

Crear entornos virtuales respetuosos fortalece los vínculos y cuida la salud emocional de todos.

