

Fecha: 18/08/2017

Fuente: LA ESTRELLA DE VALPARAISO - VALPARAISO-CHILE

Pag: 19

Art: 2

Título: AVERIGUE CÓMO ENFRENTAR EL MATONAJE EN LAS REDES SOCIALES

Tamaño: 31,5x31

Cm2: 975

Tiraje: 22.500

Lectoría: Sin Datos

Tono: No Definido

[PSICOLOGÍA Y SALUD]

Averigüe cómo enfrentar el matonaje en las redes sociales

Especialistas recomiendan evitar responder los insultos con más agresiones y contarle a otros lo que sucede, especialmente en el caso de menores de edad. Cerrar la cuenta de Facebook o Instagram, es mala idea.

Camila Espinoza López

Denise Rosenthal compartió hace unos días en su cuenta de Instagram el mensaje "No odies, educa-te", luego de que se diera a conocer que, por más de tres años, recibió amenazas por redes sociales. Hace algunos días también, Steffi Méndez, la hija de Dj Méndez, dio a conocer los descalificativos mensajes que Hernan Calderón hijo escribió a una amiga suya, también a través de estas redes.

Y es que los casos de agresiones cibernéticas han aumentado, al igual que el crecimiento y auge de las redes sociales. ¿Pero cómo se puede enfrentar esta situación? ¿Qué se puede hacer al recibir ataques por internet, muchas veces, en forma anónima?

La forma de reaccionar ante esta situación dependerá de la naturaleza del maltrato y las características que tenga la persona que lo sufre, explica Luis Pino, docente de la Escuela de Psicología de Universidad de Las Américas-UDLA.

El académico sostiene que "no es lo mismo que te acose un desconocido a que lo haga una persona conocida, con la que puedes tener un vínculo directo o afectivo, como una ex pareja".

Pino entrega algunas recomendaciones para hacer

frente a esta situación.

Acudir a otras personas: El experto comenta que es clave que las personas afectadas no se queden calladas.

"Lo interesante del acosador, en el caso de la virtualidad, es que lo que quiere es exponer públicamente a la persona, haciendo que deje de creer en su vínculo: en su familia y en las personas cercanas y, a partir de eso, el acoso es efectivo", dice el psicólogo.

No responder: Una buena estrategia al ser agredido por redes sociales sería no entrar en la lógica de quien hace el ataque. "No estoy acusando recibo del maltrato y las malas palabras. Es más fácil no contestar, porque es virtual. No responder con el mismo calibre de los insultos y no maltratando, sino evidenciando el maltrato", explica Pino.

Desnaturalizar el maltrato: El especialista dice que también es fundamental no considerar a los ataques virtuales como algo natural: "Se debe poner en evidencia que esa no es la forma correcta de vincularse. Hay que reconocer que me afecta y hacer notar los efectos del maltrato".

Cerrar la cuenta: Ante una situación de agresión o de bullying virtual, una de las primeras medidas que toman las personas es cerrar sus perfiles al menos durante un tiempo.

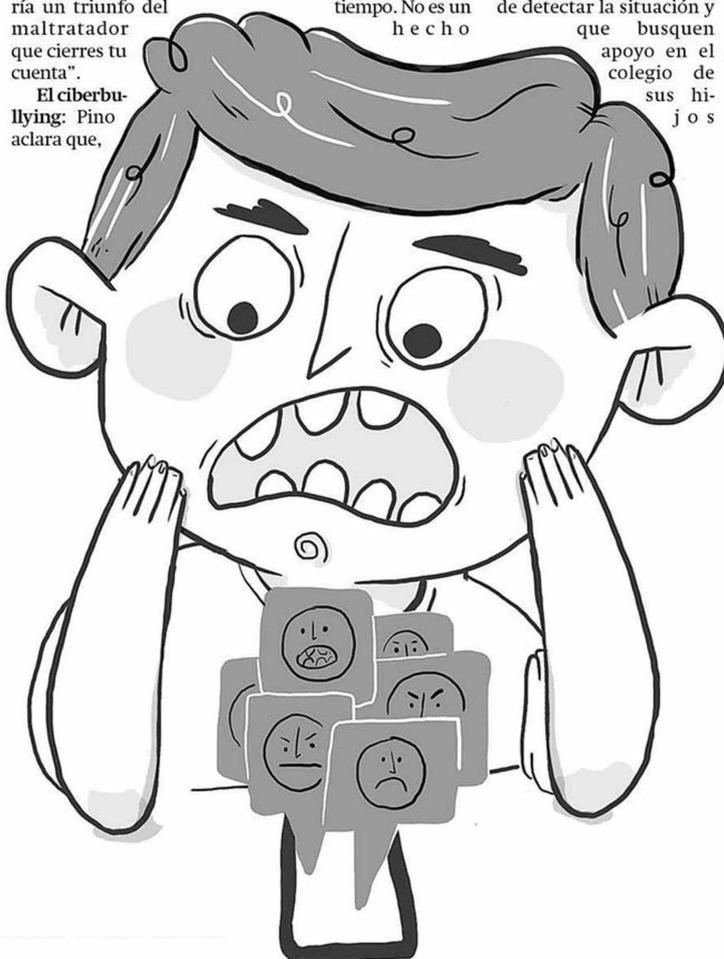
Pino explica que tomar esta opción sería similar a cuando las personas dejan de ir a su trabajo o al colegio por sufrir ataques: "Sería un triunfo del maltratador que cierres tu cuenta".

El cyberbullying: Pino aclara que,

al hablar de cyberbullying, se debe tener en cuenta que "no todo tipo de maltrato es bullying. Debe ser entre pares y permanente en el tiempo. No es un hecho

aislado".

En esto tipo de casos, que se suelen dar en la etapa escolar, es clave que los padres sean capaces de detectar la situación y que busquen apoyo en el colegio de sus hijos



No todo tipo de maltrato es bullying. Debe ser entre pares y permanente en el tiempo. No es un hecho aislado"

Luis Pino,
académico de la UDLA

para superarlo.

Ataque a la intimidad: Niklas Bornhauser, académico de psicología de la Universidad Andrés Bello, agrega que uno de los casos que más afectan a las personas, tiene que ver cuando se expone, sin su consentimiento, su intimidad, a través de la filtración de imágenes privadas.

En casos de este tipo se recomienda enfrentar la situación y no esconderse: "Generar contenidos que reemplacen esa información o le resten novedad a eso. Quitarle el morbo".

Por otra parte, Bornhauser destaca que las personas deben tener en cuenta que "lo que ocurre en el ciberespacio no tiene la misma durabilidad que lo ocurre en la realidad material".



Fecha: 18/08/2017

Fuente: LA ESTRELLA DE VALPARAISO - VALPARAISO-CHILE

Pag: 19

Art: 3

Título: AVERIGUE CÓMO ENFRENTAR EL MATONAJE EN LAS REDES SOCIALES

Tamaño: 31,5x8,1
Cm2: 254,5

Tiraje: 22.500

Lectoría: Sin Datos

Tono: No Definido

¿CÓMO RESGUARDAR A LOS HIJOS DE LA PARTE MALA DE LAS REDES?

1 Saber qué sitios están de moda

El académico Niklas Bornhauser recomienda que los padres estén al tanto de las plataformas virtuales que suelen utilizar sus hijos. "Recomendaría ser parte de esas redes. Estar al tanto, actualizarse. Saber qué medios hay", dice. El especialista añade que para los adultos que se sientan inseguros sobre el uso que hacen sus hijos de las diferentes redes sociales, existen algunas aplicaciones de control parental que pueden darles más tranquilidad.

2 Darles espacios de confianza

El psicólogo comenta que, en muchos casos, suelen surgir problemas entre padres e hijos porque los adultos quieren tener acceso constantemente a todas sus redes, incluso ser sus amigos por Facebook. "Eso puede ser legítimo, pero me parece más sensato trabajar la relación con el hijo y darle un anticipo de buena fe y de confianza a ese hijo que fue criado por uno. Uno podrá apostar a que no hará ninguna barbaridad. Si la hace, quiere decir que uno desconoce a su hijo, pero eso no se resuelve por la vigilancia ni por revisar los cajones".

3 Definir a qué edad podrán usar redes sociales

Algunos padres no dejan que sus hijos tengan redes sociales hasta llegar a la adolescencia. "Hay herramientas distintas, por ejemplo, el WhatsApp permite comunicarte con alguien y es como hablar por teléfono. Más difícil es cuando se añaden contenidos, que pueden ser por otros medios, como Snapchat o Instagram, donde, a veces, circulan contenidos para mayores de edad o contenidos perturbadores. La edad tiene que ver con la edad mental del niño. Incluso, hay adultos no aptos para tener redes sociales", dice.