

Señales Visibles de Ciberbullying en el Salón de Clases

Guía de observación para maestros y consejeros

El ciberbullying en grupos privados de WhatsApp no ocurre en el salón de clases, pero sus consecuencias sí. Las señales que el maestro puede observar son frecuentemente las únicas pistas visibles de un acoso que ocurre de noche, en espacios digitales inaccesibles para los adultos.

Este listado no es una herramienta de diagnóstico. Es una guía de observación para iniciar una conversación. Tres o más señales simultáneas en un periodo de 5 a 10 días escolares justifican activar un protocolo de intervención.

SEÑALES VISIBLES DE CIBERBULLYING EN EL SALÓN DE CLASES

#	Señal observable	Descripción	Algunas sugerencias que el maestro puede ver
1	Retiro social repentino	El estudiante se aleja de su grupo habitual de amigos sin razón aparente. Evita interacciones que antes eran naturales.	<i>Se sienta solo en el comedor. No participa en conversaciones grupales. Evita actividades en equipo.</i>
2	Cambio abrupto de grupo de amigos	El estudiante cambia su círculo social de forma brusca, a veces buscando compañía fuera de su salón o grado.	<i>Empieza a juntarse con estudiantes de otros salones o prefiere estar con adultos durante el recreo.</i>
3	Resistencia a asistir a la escuela	Especialmente notable los lunes o después de un receso, cuando el grupo de mensajes ha estado activo sin la estructura del horario escolar.	<i>El padre reporta que el estudiante finge estar enfermo. Llega tarde con frecuencia. Pide salir del salón sin causa aparente.</i>
4	Ansiedad al recibir notificaciones	El estudiante muestra una reacción visible de angustia, miedo o tensión cuando su teléfono vibra o suena en clase.	<i>Se pone rígido al ver el teléfono. Lo volteo boca abajo. Cambia de expresión de forma abrupta al revisar mensajes.</i>
5	Evita el teléfono frente a compañeros	A diferencia de otros estudiantes, este evita activamente usar el teléfono cuando hay compañeros cerca, posiblemente para que no vean los mensajes.	<i>Guarda el teléfono rápidamente cuando alguien se acerca. No lo saca durante el recreo, aunque otros sí lo hagan.</i>
6	Disminuye el rendimiento académico	Cambio notable en la calidad del trabajo, participación o entrega de tareas sin causa académica identificable. La angustia nocturna afecta la concentración diurna.	<i>Tareas sin completar que antes entregaba a tiempo. Dificultad para concentrarse en clase. Mirada perdida frecuente.</i>
7	Señales de angustia emocional	Cambios en el estado de ánimo que el maestro puede observar directamente en el salón: llanto sin causa aparente, irritabilidad inusual o silencio prolongado.	<i>Llora en clase sin explicación. Responde con irritabilidad ante situaciones menores. Permanece en silencio durante actividades grupales.</i>

8	Quejas físicas frecuentes sin causa médica	Dolor de cabeza, náuseas o dolor abdominal reportados con frecuencia, especialmente al inicio de la jornada escolar. Respuesta somática documentada ante el estrés sostenido.	<i>Visitas repetidas a la enfermería. El estudiante pide ir al baño o salir del salón con frecuencia inusual.</i>
9	Cambio en la dinámica con compañeros específicos	El estudiante evita activamente a uno o varios compañeros en particular. O esos compañeros muestran conductas de exclusión visible hacia él.	<i>Cambia de asiento para alejarse de alguien. Otros estudiantes lo ignoran visiblemente o ríen cuando él habla.</i>
10	Reacción desproporcionada ante bromas o comentarios	El estudiante responde con una reacción emocional intensa y exagerada ante comentarios que normalmente serían menores, posiblemente porque refuerzan lo que ya recibe en el grupo de mensajes.	<i>Se molesta profundamente ante una broma leve. Se levanta de la silla o sale del salón ante un comentario menor.</i>
11	Mención directa o indirecta de grupos de mensajería	El estudiante hace referencia, aunque sea de forma vaga o indirecta, a situaciones ocurridas en grupos de WhatsApp o plataformas similares.	<i>'Mis compañeros me escribieron cosas feas.' 'Ya sé lo que dijeron de mí.' 'Me sacaron del grupo.'</i>
12	Conducta de hipervigilancia en el salón	El estudiante observa constantemente las reacciones de sus compañeros hacia él, como si anticipara una reacción negativa. Busca señales de aprobación o rechazo de forma continua.	<i>Mira con frecuencia a sus compañeros para ver si ríen o lo señalan. Reacciona ante susurros aunque no estén relacionados con él.</i>

Como usar este listado:

Tres o más señales en 5-10 días escolares activan un protocolo de intervención mayor.

Ninguna señal es diagnóstica por sí sola. Su valor está en el patrón y en la conversación privada que genera con el estudiante. Si decide iniciar esa conversación, consulte al Consejero Escolar disponible en la escuela.

SEÑALES POR NIVEL DE URGENCIA

Nivel	Señales	Acción recomendada
ATENCIÓN INMEDIATA	3, 7, 10, 11	Requieren conversación privada con el estudiante el mismo día. Implican angustia emocional activa o mención directa del acoso.
OBSERVACIÓN PRIORITARIA	1, 2, 4, 5, 9, 12	Documentar durante 3 a 5 días. Si persisten o aumentan, activar conversación privada y notificar al consejero.
SEGUIMIENTO REGULAR	6, 8	Pueden tener causas no relacionadas con ciberbullying. Cruzar con otras señales antes de actuar. Notificar a padres o encargado si persisten más de una semana.

REFERENCIAS

- Aizenkot, D., & Kashy-Rosenbaum, G. (2021). Cyberbullying victimization in WhatsApp classmate groups among Israeli elementary, middle, and high school students. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(15-16), NP8498-NP8519. <https://doi.org/10.1177/0886260519842860>
- Garaigordobil, M. (2015). Ciberbullying en adolescentes y jóvenes del País Vasco: Cambios con la edad. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 31(3), 1069-1076. <https://doi.org/10.6018/analesps.31.3.179151>
- Kashy-Rosenbaum, G., & Aizenkot, D. (2020). Exposure to cyberbullying in WhatsApp classmates' groups and classroom climate as predictors of students' sense of belonging. *Children and Youth Services Review*, 108, Article 104614. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104614>
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2024). 2023 cyberbullying data. Cyberbullying Research Center. <https://cyberbullying.org/2023-cyberbullying-data>