

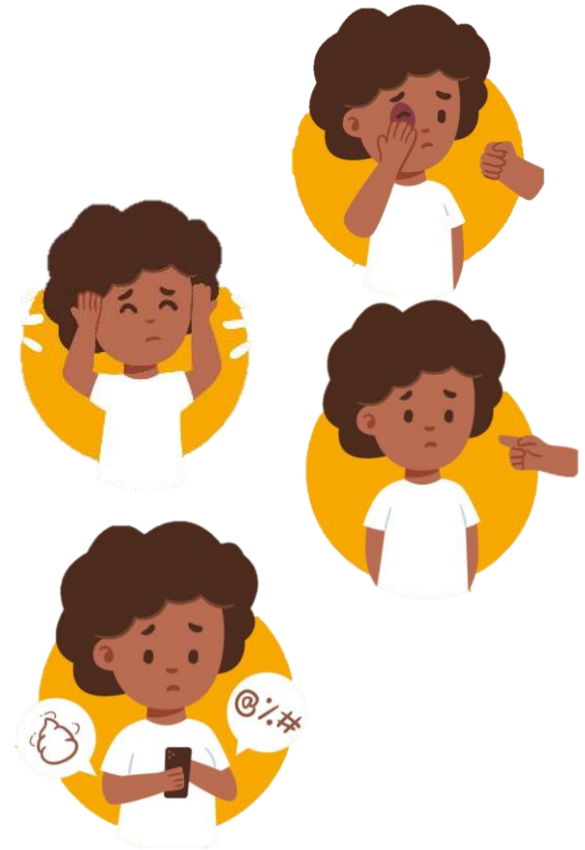
Acoso Escolar – Elemental

¿Qué es?

El acoso escolar o *bullying* sucede cuando alguien molesta o le hace daño a otra persona a propósito. Esto puede ocurrir de diferentes maneras, como burlarse de una persona, decir cosas que le hieran, excluirlo de actividades o maltratarlo físicamente.

¿Cuáles son los tipos?

- **Físico** - golpear, patear, empujar, ahogar, dar puños
- **Verbal:** amenazar, mofarse, burlarse, incitar al odio (esto también puede incluir mensajes a través de redes sociales y texto)
- **Social:** excluir a las personas de actividades o iniciar rumores sobre ellas
- **Psicológico:** este se lleva a cabo a través de las amenazas que producen miedo y su propósito es obtener algún objeto, dinero o simplemente obligar a la víctima a que lleve a cabo acciones que no debe y no quiere hacer
- **Cibernético** – molestar a alguien a través de redes sociales, mensajes de texto o Whatsapp. Este tipo de acoso puede incluir el decir información falsa de una persona o enviar mensajes molestando o intimidando a alguien.



Si soy víctima, ¿qué hago?

- Cuéntale a alguien en quien confíes sobre lo que está pasando. Esta persona puede ser algún familiar, maestro u otro funcionario de tu escuela. Para detenerlo, es sumamente importante que **reportes** el acoso.

Recuerda, tratar a todos con respeto. Todos somos diferentes, ni mejor ni peor, sólo





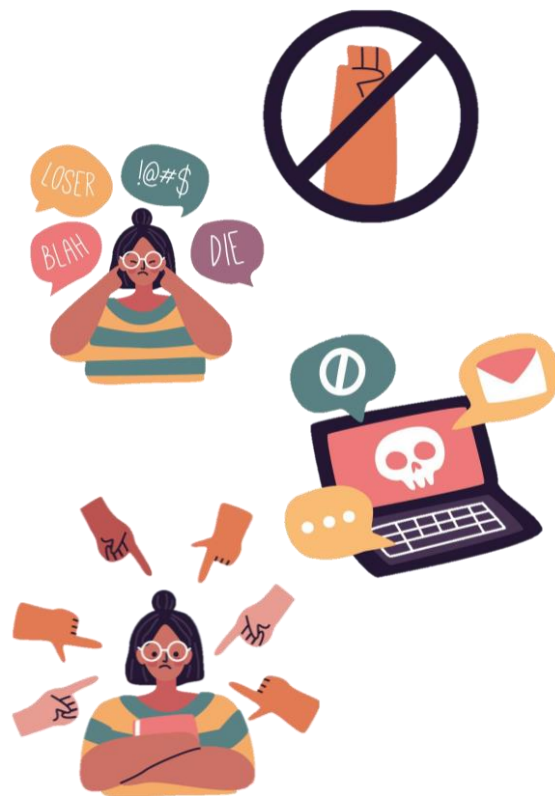
Acoso Escolar – Intermedia y Secundaria

¿Qué es?

El acoso escolar o *bullying* se define como una forma de violencia juvenil que se caracteriza por un comportamiento repetitivo de agresión y desbalance de poder entre dos personas. La práctica del *bullying* puede tener efectos físicos, psicológicos y emocionales en una persona.

¿Cuáles son los tipos?

- **Físico** – dar golpes, patear, empujar, ahogar.
- **Verbal** – decir nombres, amenazar, molestar verbalmente.
- **Social** – excluir de alguna actividad y/o grupo, divulgar información falsa sobre la persona.
- **Psicológico** – amenazar, causar miedo en otra persona u obligar a la víctima a que lleve a cabo acciones que no debe y no quiere hacer.
- **Cibernético** – acoso o intimidación a través de redes sociales o algún medio de comunicación digital. Este tipo de acoso incluye difundir información falsa de una persona, enviar mensajes abusivos o amenazantes, así como hacerse pasar por otra persona.



¿Cuáles son las consecuencias del acoso escolar?

El acoso escolar puede resultar en:

- Lesiones físicas
- Ansiedad social
- Automutilación
- Dificultades para dormir
- Depresión
- Suicidio

Aquellas personas que acosan son más propensas a:

- Uso de sustancias controladas
- Problemas académicos
- Experimentar violencia más adelante en la vida.



¿Qué hacer si eres víctima de acoso escolar?

- Documenta los incidentes.
- Comparte lo que está sucediendo con alguien de confianza, ya sea un familiar, maestro u otro funcionario escolar. Es de suma importancia **reportar** estos patrones para poder detenerlos a tiempo.
- Conoce tus derechos. Hay leyes que protegen a las víctimas de *bullying*. Conocerlas permite empoderarte de la situación y manejarla de mejor manera.

<https://www.cdc.gov/violenceprevention/youthviolence/bullyingresearch/fastfact.html>

<https://www.stopbullying.gov/resources/facts>

Acoso Escolar – Padres, madres o encargados

¿Qué es?

El acoso escolar o '*bullying*' es una forma de **intimidación** que se caracteriza por tres elementos: intención, repetición y poder. Sucede cuando una persona tiene la intención de causar dolor, a través de daño físico, palabras o comportamiento hiriente, y lo hace constantemente. Este patrón puede ocurrir tanto en persona o a través de Internet. El *cyberbullying* se da a través de las redes sociales, mensajes, correo electrónico o cualquier plataforma online donde los niños interactúen.



¿Cuáles son las consecuencias del Acoso Escolar?

Además de las consecuencias físicas del *bullying*, los niños pueden experimentar problemas de salud mental y emocional, como depresión y ansiedad. Estos problemas pueden conducir al abuso de sustancias y a la disminución del rendimiento en la escuela.

Señales más comunes de Acoso Escolar

- Tiene pocos amigos en la escuela.
- Se percibe ansioso, nervioso o muy vigilante.
- Presenta bajo rendimiento académico.
- Presenta miedo a ir a la escuela.
- Presenta marcas físicas como hematomas inexplicables, rasguños y heridas.
- Se queja de dolores de cabeza, dolores de estómago u otras dolencias físicas en la mañana, antes de ir a la escuela.



¿Qué debo hacer si mi hijo (a) esta siento victima de Acoso Escolar?

- Escucha a tu hijo y apóyalo.
- Exprésale que crees lo que te ha compartido.
- Alerta a los maestros o director de escuela.

<https://www.unicef.es/noticia/como-hablar-con-tus-hijos-sobre-el-bullying#:~:text=Habla%20abierta%20y%20frecuentemente%20con,sino%20tambi%C3%A9n%20sobre%20sus%20sentimientos.>



Acoso Escolar – Maestros

¿Qué es?

El acoso escolar o *'bullying'* es una forma de intimidación que se caracteriza por tres elementos: intención, repetición y poder. Sucede cuando una persona tiene la intención de causar dolor, a través de daño físico, palabras o comportamiento hiriente, y lo hace constantemente. Este patrón puede ocurrir tanto en persona o a través de Internet. El *cyberbullying* se da a través de las redes sociales, mensajes, correo electrónico o cualquier plataforma online donde los niños interactúen.



¿Cómo reconocer las víctimas?

- Cambio de conducta notable.
- El niño se resiste para ir a la escuela.
- El niño tiene golpes y moretones que no sabe explicar.
- Los padres comparten que se queja de dolores de cabeza, dolores de estómago u otras dolencias físicas en la mañana, antes de ir a la escuela.

Reflexionemos...

- ¿Observamos agresiones (verbales, sociales o físicas) constantes contra un estudiante?
- ¿La relación es abusiva? ¿la persona agredida no puede o no sabe defenderse?
- ¿Se produce algún daño?

Si la respuesta es **sí** en alguno de los tres casos, estamos ante un posible caso de acoso escolar.



¿Qué puedo hacer para prevenir acoso escolar en mi salón?

- Realizar actividades para fomentar la empatía en los niños.
- Buscar métodos de integración de aquellos niños que no tienen amigos o a quienes les cuesta acercarse a otros niños.
- Informarse sobre métodos de aprendizaje para enseñar a los niños a distinguir el *bullying* y actuar frente a él.

