

HABLEMOS DE BULLYING



**Departamento de Convivencia Escolar
Colegio Alicante del Sol**

BULLYING

¿QUÉ ES Y QUÉ NO ES?

El bullying o acoso escolar es una acción repetida de agresión con la intención de hacer daño o herir a otras personas, puede ser de tipo físico, social, verbal, y/o sexual, y se presenta como amenazas, difusión de rumores, ataques o exclusión de alguien a propósito. Asimismo existe un desequilibrio de poder entre quien recibe la agresión y quien agrede.



¿QUÉ NO ES BULLYING?

- No lo es, cuando alguien dice o hace algo cruel o molesto de manera **ININTENCIONADA** en una ocasión o en pocas ocasiones.
- O cuando hacen o dicen algo cruel y malvado intencionalmente, pero es sólo **UNA** vez.
- Tampoco hay bullying cuando es un conflicto entre dos pares con igual fuerza. Es decir, no hay un desbalance de poder entre ellos.
- O cuando el conflicto ocurre ocasionalmente y/o es accidental, y no se busca conseguir control y o poder sobre el otro.



CARACTERÍSTICAS DEL BULLYING



Es repetitivo

Es intencional

Hay desigualdad de poder



¿CÓMO DETECTAR QUE TU HIJO ESTA SUFRIENDO DE BULLYING?

- Modificaciones en el comportamiento habitual del niño con cambios de humor.
- Tristeza, llantos o irritabilidad.
- Cambios en el sueño y/o apetito.
- No quiere salir ni se relaciona con sus compañeros.
- Se niega o protesta a la hora de ir a la escuela.
- Variaciones en el rendimiento escolar, con pérdida de concentración y aumento del fracaso.



CONSECUENCIAS

Algunas de las consecuencias inmediatas del bullying pueden manifestarse en mayor tristeza y soledad, bajos niveles de autoestima, problemas de alimentación y sueño, ansiedad, depresión, consumo problemático de sustancias, e incluso ideación suicida.

Las víctimas se ven más expuestas a la deserción escolar y pueden presentar un bajo rendimiento académico.



Quienes sufren de bullying presentan un malestar emocional inmediato.

Pero también pueden existir consecuencias a largo plazo que pueden manifestarse en la adultez, como trastornos de ánimo o ansiedad.



¿Cómo podemos enfrentar y prevenir el bullying?



Involúcrate: protege y apoya a la persona que está siendo acosada.



Acércate en privado a la persona que está siendo acosada, exprésale tu apoyo y hazle sentir que le importas.



Cuestiona el comportamiento de acoso y muéstrate abiertamente en contra del bullying.



Busca apoyo de compañeros y compañeras para hacerle frente al acoso, así demuestras que hay varias personas que no aceptan el bullying.



Informa de la situación a una persona adulta de confianza, una profesora, un profesor o a la directiva del establecimiento educacional.

¿CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS VÍCTIMAS DEL BULLYING?

- 1) Darle la confianza necesaria para que exprese su situación real sin temor alguno.
- 2) Combatir la sensación de culpabilidad.
- 3) Evitar restarle importancia.
- 4) Mantener comunicación frecuente con el colegio.
- 5) Educar en inteligencia emocional
- 6) Estimular y fomentar el autoestima saludable.



MÁS AMOR,
CERO BULLYING

Departamento de Convivencia Escolar
Ps: Vielka Espinoza - Carolina González