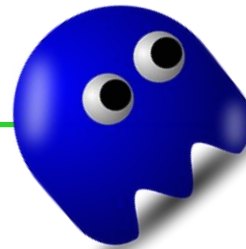
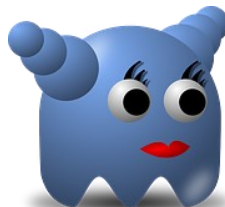




Guía sobre el Acoso y Ciberacoso escolar para el alumnado



ÍNDICE

	Página
¿Para qué me va a servir esta guía?	3
¿Qué es el acoso escolar?	4
¿Te suena?	5
Actuar ante el ciberacoso	7
Tipos de acoso y maltrato asociado	8
¿Cómo se desarrolla?	10
¿Qué puedo hacer?	11

¿Para qué me va a servir esta Guía?

Esta Guía pretende ofrecer orientación e información sobre las reacciones psicológicas que puedas tener ante una situación de Acoso y Ciberacoso Escolar. El fin es detectarlo, prevenirlo, y evitar consecuencias desagradables, tanto si eres víctima, acosador/a o espectador/a.

Es necesario una reflexión en común para conseguir terminar con este tipo de conductas.

Esta Guía nace de la inquietud del COPCLM y de una conciencia común por abordar la necesidad de informar, prevenir e intervenir sobre el Acoso Escolar y sus consecuencias.

Es un proyecto que surge para atender tanto a profesores, como a madre/padre, familiares y menores escolarizados de nuestra comunidad C-LM, con el fin de ofrecerles una herramienta adecuada y ajustada a las necesidades presentes.



Es un tipo de violencia que se produce entre la población infantil y que se caracteriza por:

- Maltrato psicológico, físico o verbal dentro del Centro Educativo o que guarda relación con éste.
- Lo recibe un menor o adolescente por parte de otro/a u otros/as.
- Es continuado e intencionado.
- Quien agrede se comporta con su víctima cruelmente, con objeto de amenazar, intimidar, quedar por encima, causar temor u obtener algo mediante chantaje.
- Va contra la dignidad del individuo y sus derechos fundamentales.





¿Te Suena?



1. Hechos aislados de agresión física o verbal te convierten en víctima de acoso escolar. **Falso.**



Lo sería si está presente durante un largo periodo de tiempo y de forma repetitiva.

2. El acoso escolar es una forma de molestar entre amigos. **Falso**



Es algo más que "molestar". Se busca continuamente hacer daño a los demás que consideran más débiles. Se busca que la víctima se sienta mal.

3- La víctima es el niño/a débil y tímido/a, carente de relaciones de amistad. **Falso.**



Puede ser cualquiera que se convierta en el objetivo de la agresión de algún compañero/a.

4- En el acoso, participan el/la agresor/a y la víctima. **Falso.**



Participan el/la agresor/a, la víctima y los espectadores.

5- El tipo de acoso escolar más común y más dañino es la violencia física. **Falso.**



La violencia física se da en el 10% de los casos. El resto (90%) son de acoso verbal, no verbal, emocional y cibernético. Y se considera el acoso más dañino, al emocional, donde se ataca la identidad de la persona.



¿Te Suena?



<p>6- Este tipo de conductas ocurre solo en algunos centros educativos. Falso.</p>		<p><i>En todos los centros educativos se puede presentar este problema.</i></p>
<p>7- Es importante solamente ayudar a la víctima. Falso.</p>		<p><i>Se debe ayudar también a la persona que agrede, ya que puede estar siendo víctima en otros ambientes.</i></p>
<p>8- Yo no tengo por qué decírselo a los profesores, si lo digo me voy a chivar y yo no soy así. Falso.</p>		<p><i>No es un comportamiento de “chivatos/as”, sino de <u>ayuda</u> a una víctima y de proteger tus derechos y los de los demás.</i></p>
<p>9- Las personas que han vivido acoso sufren durante un tiempo, pero después se les pasa. Falso.</p>		<p><i>El acoso escolar tiene consecuencias a <u>corto y largo plazo</u> (absentismo escolar, influencias en el rendimiento, hasta trastornos emocionales severos, etc). En casos extremos, ante la desesperanza, la víctima puede llegar al suicidio.</i></p>
<p>10- Solamente es el sexo masculino quien acosa. Falso.</p>		<p><i>Tanto los niños como las niñas pueden actuar como agresores/as en una situación de acoso escolar.</i></p>
<p>11- Algunos niños/as se lo buscan, en parte se merecen que los traten así. Falso.</p>		<p><i>Ninguna persona se merece ser víctima de maltrato.</i></p>

Si estás viviendo esta situación de ciberacoso o conoces de alguien que la pueda estar sufriendo, debes actuar:

7

- Rompiendo cualquier contacto o relación con la persona que acosa.

- Pídele ayuda a una persona adulta o apoya a la víctima para que lo haga.

- La información difundida puede desaparecer, ser retirada del servidor de contenidos de Internet en la que se encuentra.

- Esta situación se puede denunciar a las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado.

7

Tipos de Acoso y maltrato asociado

Para acabar con el acoso escolar, el mejor comienzo es saber detectar cómo se puede producir.

Las formas más comunes son:

ACOSO ESCOLAR TÍPICO

Verbal: insultar, poner motes y hablar mal.

Social (Exclusión social): ignorar y no dejar participar.

Físico: agredir, obligar a hacer cosas que alguien no quiere, amenazar con objetos y amenazar sólo para meter miedo.

Contra la pertenencia (agresión pertenencias): romper, robar y/o esconder cosas.

ACOSO RACISTA

Se agrede a la persona por motivos raciales (color de la piel, origen étnico, creencias culturales o religiosas).

Tipos de Acoso y maltrato asociado

Para acabar con el acoso escolar, el mejor comienzo es saber detectar cómo se puede producir.
Las formas más comunes son:

9

ACOSO HOMÓFobo Y/ SEXUAL

- Se agrede a la persona por pertenecer a grupos marginados.
- Tener características que quien acosa, percibe como indeseables; su orientación sexual (real y/o imaginada).
- Con comentarios de rechazo; comentarios machistas u obscenos; tocar sexualmente a la víctima y negarlo seguidamente.
- Presionar a la víctima para que haga algo que no quiere.
- Fingir que le gusta la víctima para después humillarla.
- Manipulación de la amistad para obligarle a realizar conductas no deseadas.
- Obligar a tener relaciones sexuales en contra de su voluntad.

CIBERBULLYING

- Enviar mensajes (SMS, WhatsApp, Tuenti, Facebook) para amenazar, insultar o reírse.
- Quitarle de las redes sociales, excluirle de los chats.
- Grabar con el móvil y difundir fotos, imágenes o mensajes por Internet o móvil de algún compañero/a para utilizarlo en contra.
- Grabar con el móvil para obligarle a algo que no quiere con amenazas.
- Meterse en la cuenta de un compañero/a o hacerse pasar por él o ella mandando mensajes o imágenes que le crean problemas con las amistades.

¿Cómo se desarrolla?

Nos encontramos con tres tipos de personas que desarrollan un papel diferente:

Víctima: Persona que está recibiendo acoso.

Agresor: Persona que está acosando.

Espectador: presencia el acoso y se calla, uniéndose a veces a las agresiones.

El desarrollo es el siguiente:

Se le señala a la víctima como “blanco-diana”.

Las formas de agresión iniciales de la persona que acosa, suelen ser **indirectas y esporádicas**.

Coincide con el inicio del curso escolar.

Cuando la mayoría del alumnado calla, se da vía libre a quien ejerce acoso.

Las conductas de maltrato pasan a ser **directas, continuadas y manifiestas**, ya existe una mayoría que lo permite.

Llegados a este punto, la víctima percibe muchas conductas anuladoras, de forma **directa, indirecta y continuada**.

Tenemos unas responsabilidades (tratar bien a los demás y respetarlos, etc) y unos derechos (a ser bien tratados y respetados, a ser felices, etc).

¿Qué puedo hacer?



No te alteres: si ves que te molesta pueden repetirlo.

Intenta hablar tranquilamente: si que no le has hecho nada para que se comporte así contigo.

Responde de diferente manera: insultar o agredir es lo que espera para continuar. “*no me hables de esa forma*” ó “*¿No sabes en qué más te puedes divertir?*”.

No le tengas miedo: amenazas “*como lo digas, ya verás*”, que no te intimiden.

Deja esa situación y busca ayuda: con esto no estás siendo cobarde, sino más inteligente. No le sigas el juego.

Busca protección en algún compañero/a: no te aísles.

Háblalo con otra persona: no te lo calles, si no, no lo solucionarás. Habla con tu tutor/a, Jefe/a de Estudios o Director/a; amigo/a; con tus padres o adulto responsable. Puedes hacer un escrito o que alguien lo pida en tu nombre.

11

Recordar que cada caso es distinto

Guía sobre el

Acoso y Ciberacoso escolar para el alumnado



Colaboran:



Castilla-La Mancha

Consejería de Educación,
Cultura y Deportes



DIPUTACIÓN DE ALBACETE



**Colegio Oficial de la Psicología
de Castilla la Mancha**

C/ Cruz 12-Bajo
02001 Albacete
www.copclm.com

Correo electrónico: p.acoso@copclm.com

¡Si necesitas ayuda, tiene solución, no te cortes escríbenos!