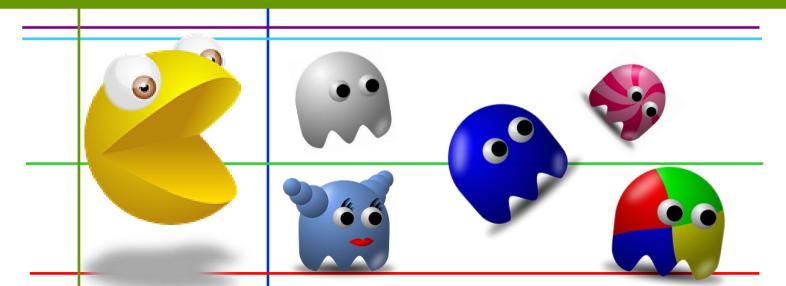


Guía sobre el Acoso y Ciberacoso escolar

para el alumnado



| | 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 <u>detectarlo</u>, <u>prevenirlo</u>, y <u>evitar</u> 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.



¿Qué es el acoso escolar?



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.

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

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

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

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

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

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.

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

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

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?



6- Este tipo de conductas ocurre solo en algunos centros educativos. Falso.

7- Es importante solamente ayudar a la víctima.

8- Yo no tengo por qué decírselo a los profesores, si lo digo me voy a chivar y yo no soy así. Falso.

9- Las personas que han vivido acoso sufren durante un tiempo, pero después se les pasa.

10- Solamente es el sexo masculino quien acosa. Falso.

11- Algunos niños/as se lo buscan, en parte se merecen que los traten así. Falso.

En todos los centros educativos se puede presentar este problema.

Se debe ayudar también a la persona que agrede, ya que puede estar siendo víctima en otros ambientes.

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.

El acoso escolar tiene consecuencias a <u>corto</u> y <u>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.

Tanto los niños como las niñas pueden actuar como agresores/as en una situación de acoso escolar.

Ninguna persona se merece ser víctima de maltrato

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



- 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.



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:



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 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.

<u>CIBERBULLYING</u>

- 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 <u>responsabilidades</u> (tratar bien a los demás y <u>respetarlos</u>, <u>etc</u>) y unos <u>derechos</u> (a ser bien tratados y <u>respetados</u>, a ser felices, <u>etc</u>).

¿Qué puedo hacer?



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

<u>Intenta hablar tranquilamente</u>: 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.

<u>Deja esa situación</u> 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.

Recordar que cada caso es distinto

Guía sobre el



el **alumnado**

Colaboran:





Colegio Oficial de la Psicología de Castilla la Mancha

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

Correo electrónico: <u>p.acoso@copclm.com</u> ¡Si necesitas ayuda, tiene solución, no te cortes escríbenos!

