



**INSTITUCIÓN
EDUCATIVA
MARÍA JESÚS MEJÍA**



TODOS

TODOS

COMPROMETIDO

COMPROMETIDO

S POR EL

S POR EL

DERECHO A LA

DERECHO A LA

DIGNIDAD

DIGNIDAD

HUMANA

HUMANA

**DISEÑO: ANA CRISTINA POSADA SOTO
PSICÓLOGA**



PRESENTACIÓN

Este documento que tienes en tus manos, fue diseñado para que aprendas más acerca de los factores de riesgo y protección vinculados a situaciones de bullying. Te invito a que los reconozcas e identifiques en tu entorno y logres desarrollar estrategias de prevención. Como puedes observar este material no está terminado, y no lo estará sin tu ayuda y compromiso.

Para existir una situación de bullying o intimidación, se ven identificados tres personajes: La víctima quien es la persona que recibe la intimidación, el agresor que intimida a otro y los testigos que observan la situación.

Todos estos personales deben participar para dar solución a la problemática de bullying y fortalecer los principios para una sana convivencia, ejercitando el decálogo de la convivencia escolar.

Este material de apoyo tiene espacios reservados para que hagas tus propias reflexiones, ilustraciones, mensajes en el manejo asertivo de la prevención de bullying. Por eso te invito a conseguir una libreta o cuaderno y desarrollar las actividades presentadas. Una vez finalizado el trabajo, entregar el desarrollo del documento a la coordinadora.

Confío que tienes mucho que aportar, velando por la salud mental y bienestar en el ambiente escolar, donde tú eres protagonista, comprometiéndote por defender el derecho a la dignidad humana.

Te motivo y te doy la bienvenida a construir juntos este material.

Ana Cristina Posada S.
Psicóloga

PARA COMENZAR VAMOS A COMPRENDER QUE:

BULLYING ES: Es una conducta negativa e intencional que se manifiesta en forma de maltrato psicológico, verbal, físico o por medios electrónicos. Son algunos de los comportamientos de acoso escolar cometidos por parte de uno o varios estudiantes: Agresión, intimidación, humillación, ridiculización, difamación, aislamiento deliberado, amenaza o incitación a la violencia.

PERSONAS INVOLUCRADAS EN SITUACIÓN DE BULLYING:

AGRESOR: Es aquella persona que acosa o intimida a otro. Abusa de su fuerza, hostigamiento, para obtener a cambio otras ganancias secundarias. Siente placer haciendo daño al otro, bien sea a nivel físico, psicológico, moral.

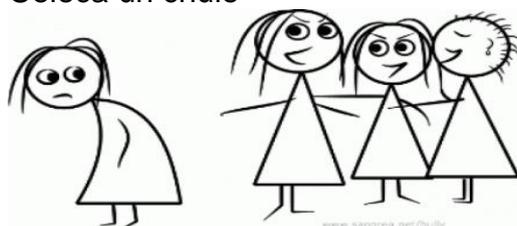
VÍCTIMA: Es aquella persona que es víctima del agresor. Siente impotencia para solucionar el problema. Asume una actitud de silencio. Sufre solo su dolor psicológico.

OBSERVADOR: Son aquellas personas que observan la escena del acoso escolar. Tienen conocimiento de lo que sucede alrededor del bullying. Algunos asumen una actitud pasiva, donde saben lo que va a suceder o el hecho en sí y se quedan callados por miedo; otros son activos asumiendo una actitud disfuncional de Provocar estímulo en el agresor para que continúe con el acoso escolar y otros que intervienen el problema procurando poner freno a la situación.

SI TE HAN HECHO BULLYING,

¿CON CUÁL DE LAS SIGUIENTES SENSACIONES TE IDENTIFICAS?

- ✓ Coloca un chulo



| | |
|---|--|
| Tristeza | |
| Desconcentración en las clases | |
| Llanto frecuente | |
| Cambios bruscos en estado de ánimo | |
| Ansiedad | |
| Insomnio | |
| Sentimiento de rechazo | |
| Aislamiento | |
| Miedo de ir al colegio | |
| Inasistencia escolar | |
| Dolores: cabeza, estomago, otros | |
| Inapetencia | |
| Pérdida de peso | |
| Dificultad para hacer amistades | |
| Disminución rendimiento académico | |
| Presencia de morados o lesiones físicas | |
| Otro, cual: | |

**SI HAS HECHO BULLYING A OTROS,
¿CON CUÁL DE LAS SIGUIENTES
SENACIONES TE IDENTIFICAS?**

✓ Coloca un chulo



| | |
|---|--|
| Has sido víctima de bullying en otro ambiente | |
| Sientes placer haciendo daño a otra persona | |
| Disfrutas humillar a otra persona | |
| Sientes la necesidad de sentirte el fuerte del grupo | |
| Eres una persona agresiva | |
| Sientes celos o envidia hacia otra persona | |
| Tienes dificultades con tu autoestima | |
| En tu familia recibes maltrato | |
| Te gusta llamar la atención | |
| Tienes problemas académicos y obligas a otros a hacer tus deberes | |
| Tienes problemas de conducta | |
| Tienes sentimientos de soledad | |

ACOSO ESCOLAR:

En la cotidianidad de las instituciones educativas se puede observar muchas formas de ACOSO ESCOLAR que van desde problemas de integración y discriminación por raza, edad, género, aspecto físico, etc. hasta agresiones verbales o físicas, incluso algunas lesiones llegan a ser incapacitantes.

Cuando hablamos de acoso psicológico, nos referimos a burlas, apodos, humillaciones, discriminación, aislamiento, amenazas, entre otras.

Cuando hablamos de acoso físico, nos referimos a golpes, pellizcos, lesiones personales, heridas, patadas, entre otros.

Cuando hablamos de ciberbullying, nos referimos a acoso por redes sociales, donde se ridiculiza y afecta la dignidad humana, publicando mensajes falsos, fotografías, entre otras.



ACTIVIDAD 1:

Construye una historia en la cual se evidencie una intimidación escolar, relacionada con la cotidianidad de la institución educativa:

