

No más Bullying

Por: Ps. Jacqueline A. Hurtado T.

El 5 de noviembre se celebra el día internacional contra la Violencia y el acoso escolar.

El bullying deja huellas dolorosas en quienes han sido víctimas, influye en el rendimiento escolar, la salud mental y la calidad de vida de nuestros jóvenes.

¿Qué es el Bullying?

- Es toda forma de maltrato físico, verbal o psicológico entre escolares.
- Se produce de forma reiterada en el tiempo, intencionada y con asimetría de poder.
- Son actos que buscan menoscabar, humillar, denigrar o herir a una persona de manera intencionada.
- Las víctimas están expuestas de manera repetida a agresiones físicas y/o emocionales, que pueden incluir bromas, apodos, amenazas, acosos, exclusión social o rumores. De esta manera, el bullying puede ser: físico, verbal, social o electrónico.
- Cifras en Chile
- El 2018 se denunciaron 1.854 casos de bullying
- El 25% de los estudiantes chilenos ha sufrido bullying
- el 21,1% ha sido víctima de acoso cibernético
- El 5,5% a pensado en suicidarse por esa causa

El silencio es cómplice



espacios seguros libres de
bullying



Señales en la Víctima



- Miedo
- Baja en el rendimiento escolar
- Desesperanza
- Problemas de Sueño
- Ansiedad
- Tristeza
- Deseos de cambiar de colegio
- Aislamiento
- Fobia Social
- Timidez

Señales en el/la Agresor@



- Baja empatía
- Bajo rendimiento escolar
- Actitud negativa hacia el colegio
- Necesidad de dominar
- Impulsividad
- Baja autoestima
- Dificultades para controlar la ira
- Baja tolerancia a la frustración
- Dificultades para acatar normas
- Falta de habilidades sociales