

CARPETA 3

ESTUDIANTES DE
**ESCUELA
SECUNDARIA**

INFORMACIÓN Y ACTIVIDADES

INTRODUCCIÓN

Si estás cursando la secundaria, ya sabes por experiencia que en la escuela, igual que en otros lugares, conviven personas que son diferentes entre sí, que tienen necesidades y formas de ser distintas.

Hay adultos, jóvenes, varones y mujeres, nacidos aquí y llegados de otros países; algunos que están en la escuela desde hace mucho tiempo y otros que vienen de otras instituciones; hay personas con diferentes costumbres y estilos de vida. Esa diversidad es un pilar fundamental y de lo más enriquecedor y estimulante de la experiencia educativa.

Sin embargo, no es fácil compartir un espacio muchas horas y cinco días a la semana con un grupo, debido a que suelen aparecer conflictos y a veces no resulta sencillo resolverlos. Pero sin duda, lo más importante para ti en este momento es tu grupo de amigos y amigas!

Lamentablemente, hay personas que no pueden disfrutar de un grupo de amigos o amigas porque son discriminadas. Por eso, es importante tener en cuenta que, a pesar de existir diferencias, **todas las personas tienen los mismos derechos**, y en el caso de los y las jóvenes, especialmente son importantes el **derecho a estudiar, a ser protegidos y protegidas de la violencia y a no ser discriminado o discriminada de ninguna manera**.

Estas páginas te invitan a que pienses sobre cómo mejorar la convivencia con los demás y a reflexionar acerca de un problema actual: el *bullying*.

Probablemente habrás escuchado esta palabra en la escuela o en los medios de comunicación, pero creemos que aclarar algunos conceptos y pensar un poco más sobre el tema ayudará a prevenir y a detener el acoso entre compañeros o compañeras.

En esta carpeta también encontrarás actividades y herramientas que ponen el acento en reconocer actitudes y acciones que a veces las personas llevan adelante y pueden lastimar a otros o vulnerar sus derechos.

Seguramente, el diálogo, la creatividad y el respeto por el otro/la otra podrán ayudar a establecer acuerdos cuando aparezca un problema en el grupo. Un punto que es importante que recuerdes: **los conflictos siempre se pueden resolver de manera no violenta**, evitando la discriminación y el daño.

Un compañero o compañera tiene el mismo derecho que todos a poder estudiar en un clima tranquilo, a hacer amigos y amigas, y a tener su forma de ser y de pensar. Aceptarse y aceptar al otro es fundamental, no solo en la escuela, sino en la vida.

¿QUÉ ES EL BULLYING?

El *bullying* es agredir o humillar a otra persona de forma repetida. Insultar, divulgar rumores, herir físicamente o emocionalmente, e ignorar a alguien, son formas de *bullying* entre pares.

Puede ocurrir a través del celular, en persona, por escrito, en la escuela, en el barrio, en algún transporte o en otros espacios donde los estudiantes se encuentran con frecuencia, como las redes sociales. Sea donde sea, el *bullying* no debe permitirse. Es inaceptable.

El *bullying* es un problema que afecta a millones de niños, niñas y adolescentes sin importar de dónde son, ni de dónde vienen. Es un problema grave, principalmente en las escuelas, que necesita ser resuelto cuanto antes.

Los/las que hacen *bullying* molestan a los más vulnerables. Apuntan a quienes son diferentes, porque no usan ropa de moda o porque forman parte de una minoría social o racial.

Los acosadores molestan a compañeros y compañeras que se están desarrollando y son torpes con su cuerpo, a quienes tienen sobrepeso, y hasta a los más estudiosos o muy tímidos.

No necesitan mucho para inspirarse si tienen la intención de herir, humillar o dejar de lado a alguien de su círculo de amigos o amigas. No solo se humilla a los que son atacados, también afecta a los testigos cercanos, especialmente si ellos/ellas no saben qué hacer al respecto. **En la mayoría de los casos, el acosado o la acosada permanece callado ante el maltrato al que está siendo sometido. Esta situación intimidatoria produce angustia, dolor y miedo.**

El *bullying* se sostiene en el tiempo, ocurre con frecuencia y siempre existe la intención de molestar o humillar al que sufre. Es una violencia gratuita.

EL LENGUAJE QUE USAMOS

Aplicamos el término "víctima" en esta carpeta para describir a un/a estudiante que está siendo intimidado/a, pero no como una condición de sí mismo, sino como un comportamiento temporal. Lo utilizamos porque es de uso general en la conversación ordinaria, en los medios de comunicación e incluso para la ley. Pero este término no nos convence, ya que a menudo describe pasividad o debilidad.

No es así como vemos a los niños y a las niñas que son intimidados. Por el contrario, son jóvenes activos que defienden sus derechos y los de los demás, y que tienen toda posibilidad de cambio. De esta misma manera, usamos el término “agresor/a” para referirnos a un comportamiento y no a una condición permanente.

Sabemos que, en ocasiones, nuestro lenguaje y nuestra forma de decir las cosas discriminan, haciendo a veces a las niñas, adolescentes y mujeres “invisibles”. Por lo tanto, en la mayoría de los casos, hemos utilizado “niños y niñas” en lugar de sólo “niños”, y “madres y padres” en lugar de sólo “padres”. Sin embargo, hemos preferido no recurrir frecuentemente a formulaciones como “acosado/a”, o “maestro/a”, que pueden ser más inclusivas pero que hacen más difícil la lectura, especialmente para los niños y las niñas.

¿POR QUÉ EL BULLYING ES UN PROBLEMA?

El *bullying* es un problema porque trae **consecuencias negativas** para todos los involucrados, no solo para el o la que es agredido/a. Todos los que son parte de este problema se sienten afectados: el que es molestado o amenazado, el que molesta, y también los que ven esta situación y son testigos de ella, sobre todo cuando no saben qué hacer al respecto, o tienen miedo de que los molesten o “dejen de lado” si se animan a intervenir. Nunca hay motivos para convertir en víctima a alguien solo por ser diferente.

En este cuadro están descritos algunos sentimientos y algunas de las consecuencias negativas que pueden afectar a cada uno:

El/la que es acosado o acosada

Es aquel niño, niña o adolescente, que es **blanco de comportamientos de molestia o intimidación**. Puede exhibir signos de:

- Baja autoestima o autoimagen negativa.
- Bajo rendimiento escolar.
- Sensaciones de rabia y temor.
- Fobia y ausentismo escolar.
- Pesadillas e insomnio.
- Depresión y ansiedad.
- Desconfianza en las relaciones sociales.
- Desconfianza en los adultos por su intervención inadecuada.
- Sentimiento de culpa por ser agredidos.
- Problemas de salud.
- Recurrir a la violencia como forma de defenderse.

Los que son testigos

Son aquellos que **forman parte del grupo** en el que se desarrolla el acoso. No participan directamente, pero observan y muchas veces actúan **pasivamente** ante el *bullying*, porque no saben cómo intervenir. Otras veces, incluso, se suman a las agresiones. Si bien no son víctimas directas, también lo padecen y pueden temer ser los próximos acosados/as, si expresan su desacuerdo o compadecimiento por la víctima, o si no se alían de manera complaciente con los "poderosos/as" del grupo. Los/las testigos pueden sufrir consecuencias como:

- Deficiente aprendizaje sobre cómo comportarse ante situaciones injustas.
- Exposición, observación y refuerzo de modelos inadecuados de actuación.
- Falta de sensibilidad ante el sufrimiento de otras personas, ya que se produce una desensibilización por la frecuencia de los abusos.
- Desconfianza en los adultos por su intervención inadecuada.
- Temor a ser víctimas.

El o la que acosa

Es quien deliberadamente **hace uso de la fuerza o el poder para acosar a otro u otra**. Esto lo puede llevar a:

- Involucrarse en peleas.
- Bajar su rendimiento escolar.
- Aprender de una forma distorsionada cómo obtener sus objetivos.
- Tener actitudes precursoras de una conducta delictiva.
- Trasladar la agresión a otros ámbitos.
- Adoptar el camino de la agresión y de la violencia como forma de resolver sus problemas.
- Expresar sus dificultades sociales o familiares, humillando a otro u otra.

VARONES Y MUJERES

El *bullying* puede ser ocasionado tanto por las mujeres como por los varones, pero en cada caso suele ser diferente la forma en que se manifiesta. Tal vez, notaste que las adolescentes son más propensas a agredirse verbalmente; en cambio, los varones son más proclives a las agresiones físicas. Suele ocurrir también que las chicas divulguen rumores malintencionados o dejen de lado a otras compañeras; o que reciban comentarios sexuales descalificadores por parte de los varones.

En la sociedad en que vives, hay algunos estereotipos sociales que afectan negativamente a los varones y a las mujeres porque los ubica en modelos que son difíciles de romper.

Por ejemplo, se les exige a los varones que controlen sus emociones, que no demuestren miedo y que no lloren, porque se espera de ellos que sean valientes, fuertes, poderosos. Eso es un estereotipo negativo de cómo debe ser un varón, que se desprende de concepciones machistas de la sociedad.



En muchas culturas, se espera de las mujeres una actitud sumisa con respecto a los varones, porque se las identifica con la desprotección y lo afectivo. Los medios las muestran como objeto de deseo sexual y resaltan lo físico y la belleza como condiciones de felicidad. ¡Esto tiene que cambiar!

Este tipo de formación no solo ha generado desequilibrios de poder entre varones y mujeres, sino desigualdades y situaciones violentas en muchos casos. Por eso, es necesario combatir esos modelos negativos que hacen daño y se traducen en situaciones de desigualdad entre las personas.

Es usual que la televisión, los videojuegos, la publicidad y los medios de comunicación transmitan valores, modelos y relaciones basadas en la violencia, la discriminación y la desigualdad. Afortunadamente, no todos los ejemplos son así. En nuestras familias, escuelas, comunidades y países podemos encontrar un sinnúmero de modelos de comportamiento positivo y de valores más sanos, a los que todos y todas debemos aspirar.



CON TECNOLOGÍAS... *CYBERBULLYING*

El *cyberbullying* se produce cuando se usan las tecnologías y la Web para molestar y agredir a otro u otra.

¿Cómo se hace el *cyberbullying*? Se envían SMS crueles, se difunden falsos rumores o mentiras por e-mail o en las redes sociales (Facebook, Twitter, MySpace, etc.), se publican videos que avergüenzan a otro/otra, se crean perfiles falsos en redes sociales o sitios web para reírse o burlarse de alguien.

Cuando el *bullying* usa tecnologías, es muy **invasivo y dañino**. Los mensajes y las imágenes pueden ser enviados durante cualquier momento del día, desde cualquier lugar (incluso de forma anónima), y son compartidos con muchísima gente. De esta manera, la víctima se encuentra expuesta a recibir agresiones a toda hora, hasta en su propia casa. Además, estos comentarios pueden permanecer en Internet durante toda la vida. Por eso, es importante que, si te sucede algo así, busques ayuda y le cuentes lo que te está pasando a un adulto de tu confianza.

ACTIVIDAD 1

¿CUÁNTO SABES SOBRE EL BULLYING?

✗ Para entrar en tema, te proponemos responder a este cuestionario. Luego, tómate unos minutos para reflexionar sobre tus respuestas.

1. Un grupo de amigos y amigas tuyos molesta en forma permanente a un chico del curso. Le hacen bromas pesadas, lo empujan al salir del salón, le quitan sus cosas. Tú...

- a. Observas la situación, pero no te metes. No estás de acuerdo con este tipo de actitudes.
- b. Te sumas a las agresiones. Si no lo haces, podrías quedar fuera del grupo.
- c. Intervienes cuando lo molestan, y les pides a tus amigos que dejen de hacerlo porque no está bien.

2. Un compañero de curso habló con uno de los profesores y le contó que una chica está sufriendo el maltrato de algunos compañeros ¿Qué piensas?

- a. Creo que es un soplón que va con el cuento a los profesores.
- b. Me parece necesario en este caso pedir ayuda a un adulto.
- c. Me parece que si la chica necesita ayuda, debe pedirla ella misma. Los de afuera no debemos meternos.

3. Para ti el bullying es...

- a. Algo normal que pasa mientras crecemos.
- b. Una broma, un juego.
- c. Es un abuso y causa dolor.

4. A diario, tus compañeros te molestan y te amenazan con golpearte si no haces lo que ellos dicen. Tú...

- a. Hablas con tus padres o con alguna persona de confianza para que te ayuden.
- b. Te aíslas, tratas de pasar desapercibido.
- c. Agredes a tus compañeros y muchas veces terminas a los golpes con ellos.

5. ¿A quién afecta el bullying?

- a. A los niños, niñas o jóvenes que sufren el bullying.
- b. A los niños, niñas o jóvenes que lo ven, los testigos.
- c. A los que atacan.
- d. A todos.

6. ¿Cuáles son algunas de las consecuencias del *bullying*? Marca todas las que correspondan.

- a. Sentir miedo.
- b. Abandonar la escuela.
- c. Bajas calificaciones.
- d. No tiene consecuencias.

7. ¿Qué puedo hacer para detener el *bullying*? Marca todas las que correspondan.

- a. Quedarme callado y mirar para otro lado.
- b. Con mis compañeros y compañeras, ir a decirle al agresor que pare.
- c. Contarle al maestro o a algún adulto de la escuela.
- d. Decirle a mi papá y a mi mamá.
- e. Ayudar a crear o fortalecer el programa de prevención del *bullying* de mi escuela.

Comparte tus respuestas con alguno de tus compañeros y compañeras. Piensen cuáles serían las respuestas más adecuadas para prevenir o detener el *bullying*. ¿Qué actitudes modificarían para mejorar la convivencia con sus compañeros en la escuela? Escriban sus respuestas aquí:

Respuestas: 1-c; 2-b; 3-c; 4-a; 5-d; 6-a-b-y; 7 b, c, d y e.

ACTIVIDAD 2:

UNA HISTORIA COMO MUCHAS

✗ En grupos, compartan el relato que está a continuación. Al finalizar, respondan las preguntas para poder reflexionar sobre este caso.

EL ENGAÑO DE JESSICA

Jessica es una chica de 14 años. Tiene un perfil en una conocida red social, donde se conecta para chatear con otros chicos y chicas de su edad.

A través de esta red, recibió una solicitud de amistad de Federico, un chico de 16 años que concurre a su escuela. Jessica se emocionó, estaba muy feliz porque un chico se había fijado en ella y empezó a mantener con él una relación virtual. Chateaba, le explicaba cosas, le hacía confesiones, hablaba de sus amigas...

Todo parecía ir bien. Había conocido a un chico que la encontraba bonita, estaba contenta, pero su relación siempre fue virtual. Nunca se hablaron en la escuela, ni se relacionaron personalmente. Federico lo había solicitado y ella lo respetaba.

Pero un día recibió un mensaje de él que decía:

- Me han dicho que no eres buena onda, que andas diciendo cosas sobre mí. ¡No quiero saber nada más de ti!

De nada sirvieron los intentos de Jessica para continuar la relación, ni los ruegos, ni las súplicas. No lo podía creer, no entendía qué había pasado. Por si fuera poco, Federico empezó a publicar mensajes atacándola: que era mala persona, que nadie la soportaba, que andaba con todos los varones de la escuela...

Ella nunca supo que Federico no era Federico. Unas "amigas" tuyas habían creado un perfil falso para ganar su confianza, burlarse de ella y saber lo que Jessica pensaba realmente de ellas.

¿PIENSAN QUE ES UNA HISTORIA MUY EXTRAÑA?
¿O SUCEDE A MENUDO?

¿CONOCEN A PERSONAS QUE HAGAN COSAS ASÍ?

¿QUÉ MOTIVACIONES PUEDEN TENER ALGUNAS CHICAS PARA MOLESTAR A OTRA?

Y ENTRE VARONES, ¿CUÁLES SUELEN SER LAS MOTIVACIONES PARA ACOSAR A OTRO?

¿QUÉ CONSECUENCIAS NEGATIVAS PUEDE TENER LO OCURRIDO PARA JESSICA?

IMAGINEN UN BUEN FINAL, DONDE TODO TERMINE BIEN. ¿CÓMO SERÍA?

ACTIVIDAD 3

EL PESO DE LA PALABRA

✗ ¿Sabes que las palabras pueden ser tan duras como un puñetazo? Así es, lo que decimos y nos dicen tiene valor, tiene peso. Una palabra maliciosa puede hacer mucho daño a una persona, así como un halago puede hacerle mucho bien. Un apodo puede ser cariñoso o puede ser vergonzante.

En este ejercicio les proponemos que escriban algunas de esas palabras, frases o apodos que se dicen con intención de ofender a otra persona.

¿Qué palabras o frases resultan ofensivas para los chicos? *Haz una lista.*

¿Qué palabras o frases resultan ofensivas para las chicas? *Haz una lista.*

¿HAS UTILIZADO ALGUNA DE ESTAS FRASES O APODOSOS?

¿PIENSAS QUE CUANDO ALGUIEN UTILIZA ALGUNAS DE ESAS PALABRAS LO HACE POR EL SIGNIFICADO QUE TIENEN, LES ADJUDICA OTRO SIGNIFICADO O SOLO LAS USAN PORQUE ESTÁN DE MODA?

Generalmente, las palabras que se utilizan para insultar o para agredir están vinculadas a características físicas, a cuestiones referidas a la sexualidad, a la nacionalidad u origen social de una persona. Es importante ser responsables en el uso del lenguaje, porque todos los ejemplos mencionados son **discriminación**. Cuando una persona es discriminada por sus pares o compañeros, se siente vulnerable, confusa y atemorizada. A veces, se siente avergonzada y culpable. Lo cierto es que sufre una situación injusta porque quien está equivocado es aquel o aquella que agrede y discrimina.

La mayoría de las veces, la discriminación está apoyada en estereotipos sociales o culturales sobre cómo tienen que ser o actuar los demás. No toman en cuenta que la diversidad enriquece y fortalece al grupo, que todas las personas si bien son diferentes tienen los mismos derechos, y que el ser diferentes permite aportar ideas y experiencias de vida variadas para construir un proyecto compartido.

INTENSIFICAN ACCIONES PARA DISMINUIR *BULLYING* EN ESCUELAS.

Muchas escuelas se han asociado en una campaña interescolar para llegar con mensajes de prevención de *bullying* a todos los estudiantes y sus familias.

NIÑO HISPANO SE SUICIDA EN EUA TRAS SER VÍCTIMA DE *BULLYING*.

El pequeño Joel Morales, un menor hispano de tan solo 12 años de edad, quien residía en Nueva York junto con sus padres, se suicidó tras ser víctima de acoso por parte de sus compañeros de escuela.

ALGUNAS OPINIONES:

Martín, 16 años: *“En mi escuela empezamos una campaña contra el bullying. Estamos todos más atentos, dejó de ser algo normal. Cuando ves algo así, te metes”.*

Paola, 15 años: *“Sería bueno que los profesores nos ayuden a parar el bullying, porque a veces nosotros no sabemos qué hacer. A veces nos metemos y es peor, terminamos en una pelea o volvemos con miedo a la escuela”.*

Javiera, 16 años: *“Las campañas son buenas, pero hacen falta reglas claras para la escuela, un programa permanente para atender y prevenir el bullying”.*

¿Y TÚ, QUÉ OPINAS?

ALGUNAS OPINIONES:

Sofía, 14 años: *“La discriminación es una de las causas de burlas y peleas en mi escuela. A veces no se dan el tiempo para conocer al chico, por ser diferente se la agarran con él”.*

Juan Manuel, 16 años: *“Todos somos diferentes. Cualquier cosa, entonces, sería motivo para agredirte”.*

¿Y TÚ, QUÉ OPINAS?

SOBRE ESTOS Y OTROS TEMAS PUEDES OPINAR Y DEBATIR CON TUS COMPAÑEROS Y PROFESORES.

¿CÓMO PODEMOS PARAR EL **BULLYING**?

La participación empieza cuando te involucras en un problema con la intención de hacer algo para solucionarlo. El desafío está en tus manos. No quedarse callado, no tener actitudes discriminatorias, no acosar a otra persona y pedir ayuda cuando sabes que alguien es molestado, son formas de comenzar. También hay muchas iniciativas que se pueden hacer entre amigos y amigas. Una de ellas es difundir y proponer que se trabaje el tema en la escuela.

LAS CAMPAÑAS SON UNA DE LAS MEJORES FORMAS PARA DIFUNDIR LA TEMÁTICA Y PREVENIR EL **BULLYING**. ¡SUMA TU GRANITO DE ARENA!

ALGUNAS IDEAS

Una **campaña de promoción** significa hacer acciones para divulgar un tema, en un determinado lapso de tiempo, con la finalidad de transmitir un **mensaje y concientizar sobre un problema**. Muchas veces, un fin solidario motiva una campaña.

Las campañas pueden realizarse de diversas formas: a través de una red social, imprimiendo panfletos, pegando afiches, organizando una muestra de arte o de teatro, creando un concurso, etc.

Aquí te proponemos algunas ideas que puedes llevar adelante en tu escuela. **¡Buena suerte!**

CONCURSO DE FOTOGRAFÍA O VIDEO

Basta de bullying, no te quedes callado

Para organizar este concurso, te proponemos:

1. Invitar a todos los y las estudiantes a participar y exponer su mirada sobre el tema.
2. Diseñar las bases del concurso. Recordar incluir las fechas para entregar las obras y dar a conocer los ganadores.
3. Determinar los ganadores de acuerdo a criterios previamente acordados.
4. Organizar una exposición para toda la comunidad. Las obras actuarán como potentes mensajes de difusión y concientización.

CAMPAÑA ONLINE EN LAS REDES SOCIALES

Las redes sociales son un medio excelente para difundir un mensaje y hacerlo llegar a muchísima gente. Ustedes pueden escribir mensajes contra el *bullying* en sus propios perfiles o abrir una página específica sobre este tema para dar opiniones, obtener seguidores, compartir videos, fotos y noticias. Pueden recorrer en Internet la campaña **BASTA DE BULLYING** para saber de qué se trata.

<http://www.bastadebullying.com/>

** Importante: no se permite a los menores de 13 años abrir una cuenta personal en ninguna red social.*

VIDEO DEBATE

La proyección de películas o videos que tratan el *bullying* o el *cyberbullying*, es una buena manera de invitar a participar a todos y todas los estudiantes de tu escuela, abrir el debate e instalar el tratamiento de estos problemas en talleres participativos.

“Yo también odio a Carlitos”. Este video fue realizado por adolescentes de la institución Puerta 18 y ganó el primer premio del Concurso Tecnología Sí (Argentina).
<http://www.youtube.com/watch?v=N1hGhV-qHHs>

“No lo digas por Internet”. Este video te invita a reflexionar sobre el *cyberbullying*. Si no eres capaz de decirlo en persona, ¿por qué hacerlo en Internet?
<http://www.youtube.com/watch?v=E3Z6f-KIIQI>

“Stop Bullying”, especial de Cartoon Network con subtítulos en español.
<http://www.bastadebullying.com/>

PARA TENER EN CUENTA:

- El *bullying* es frecuente en las relaciones entre compañeros y compañeras. Se produce cuando una persona o grupo agrede o humilla a otra persona intencionalmente, en forma sostenida a través del tiempo.
- Insultar, divulgar rumores, lastimar físicamente o ignorar a alguien también son formas de *bullying*.
- El *bullying* puede ocurrir a través del celular, en persona, por escrito, en la escuela, en el barrio, en algún transporte, en otros espacios donde los estudiantes se encuentren, incluso en las redes sociales. Sea donde sea, el *bullying* no debe permitirse. Es inaceptable.

- El *bullying* trae consecuencias negativas para todos los involucrados, no solo para el/la que es agredido/a.
- El *cyberbullying* puede llevarse a cabo mediante mensajes de texto a celulares, chats y mensajería instantánea, imágenes tomadas con las cámaras de los teléfonos, correo electrónico, foros y grupos, así como sitios web dedicados a burlarse de una persona específica.
- El compañero o compañera que es acosado puede sufrir pérdida de autoestima, ansiedad, depresión, fobias, desmejorar su rendimiento escolar o querer cambiarse de escuela. Sin duda, necesita que lo ayuden. Hay casos en que las consecuencias han sido más drásticas.
- El/la que hace *bullying* produce daño a sí mismo/a y a otras personas, y también necesita ayuda para lidiar con sus problemas y aprender a convivir socialmente.
- Los testigos de *bullying* pueden hacer muchas cosas para detenerlo, especialmente hablar con un adulto y no “mirar hacia otro lado”.
- El *bullying* es un problema que afecta a millones de adolescentes, sin importar de dónde son, ni de dónde vienen. Es un problema grave, principalmente en las escuelas, que necesita ser resuelto cuanto antes.
- No quedarse callado, no tener actitudes discriminatorias, no acosar a otra persona y pedir ayuda, son maneras de prevenir y detener el *bullying*.
- Alzar la voz, pedir ayuda a un adulto de confianza, diseñar y poner en práctica campañas *antibullying* o crear un programa de prevención en tu escuela, son algunas formas de ponerle fin al *bullying*.
- Un compañero o compañera tiene el mismo derecho que todos a poder estudiar en un clima tranquilo, a hacer amigos y amigas, y a tener su forma de ser y de pensar. Aceptarse a uno mismo y aceptar a otros/otras es fundamental, no solo en la escuela, sino en la vida.

COMPROMISO BASTA DE *BULLYING*

Para firmar el compromiso online, visita bastadebullying.com

El *bullying* tiene consecuencias para todos y todas los/las involucrados/as y puede llegar a ser una pesadilla. Los y las estudiantes que lo sufren, se sienten aislados/as, tristes y con miedo de ir a la escuela. Firma este compromiso *antibullying*, llévalo a tu escuela, compártelo con tus compañeros, compañeras y docentes, y colabora para que no se produzca más en tu entorno.

Lograr que toda la comunidad escolar se adhiera al compromiso significa convertirse en “Escuela 100% Comprometida”, merecedora de un reconocimiento por parte de Cartoon Network y los demás socios de la campaña regional.

Yo puedo detener el maltrato involucrándome de algunas formas específicas. Aquí está mi compromiso:

- **No me quedaré callado.** Cuando vea a un niño que esté siendo humillado o lastimado, diré algo. Voy a hablar sobre *bullying* con mis amigos y con los adultos que forman parte de mi vida, para que todo el mundo sepa que yo creo que molestar a otros está mal.

- **Seré un defensor.** Voy a defender a otras personas que podrían necesitar mi ayuda, no solo a mis amigos más cercanos. No voy a quedarme callado cuando alguien esté siendo maltratado.

- **Seré un modelo a seguir.** Con mis acciones cotidianas, voy a demostrar que podemos convivir en mi escuela, resolviendo nuestros conflictos de forma pacífica. No voy a maltratar o excluir a nadie, ni voy a contar rumores en persona o a través de mi celular o computadora. ¡No voy a quedarme callado!

Parar el *bullying* empieza conmigo. Firmar este pacto puede cambiar mi vida y la de otra persona de manera significativa. Lo voy a reenviar a mis amigos y familiares para ayudar a construir una comunidad comprometida con poner fin al *bullying*.

FIRMA: _____

NOMBRE: _____

FECHA: _____



BASTA DE BULLYING

NO TE QUEDES CALLADO

BASTADEBULLYING.COM



Coordinación de contenido: Plan Internacional y Cartoon Network.