

# Consejos

## para prevenir el ciberbullying

Más Información: Guías para el alumnado, para las familias y para los docentes sobre una navegación segura



Charla con tus hijos e hijas de cómo están y qué sienten, de sus amigos, no solo de los estudios.

Puede que, a esta edad, no contesten, pero eso no debe impedir que sigáis preguntando.

### Hablad del ciberbullying.

**Observa qué opinan ellos y pregunta si conocen algún caso. Hazles reflexionar sobre qué harían ante un caso de bullying (si fueran ellos la víctima o el testigo).**



Déjale claro que no toleras la violencia contra los demás ni las actitudes intolerantes.

**Recuérdales que ser VALIENTE es una opción y que debe denunciar cualquier agresión a sí mismo o a un tercero.**

Dale herramientas para poder defenderse y defender a los más débiles.

**ATENCIÓN**

### A LOS CAMBIOS INJUSTIFICADOS

- Está triste, ha cambiado su estado de ánimo.
- Problemas con la comida (por exceso o defecto), con el sueño (duerme mal o poco).
- Está muy irritable (antes no lo estaba).
- Se muestra agresivo/a o muy mandón/a con hermanos/as menores.
- Está más distraído/a, ensimismado/a, "ido".
- No tiene amigas o amigos para quedar o salir en los tiempos de ocio.
- No controla sus enfados.
- Es demasiado impulsiva.
- Pone disculpas para faltar al centro escolar.
- "Pierde" sus objetos personales con demasiada frecuencia.
- Tiene lesiones que explica con argumentos no convincentes (me caí, me tropecé, fue jugando)

**Puede ser la edad, pero no bajes la guardia**

Ver: "Si tu hijo calla, habla" (Fuente:Vodafone)  
<https://acortar.link/uMzSOV>



Consejo Escolar  
VICEPRESIDENCIA, CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN Y UNIVERSIDADES  
COMUNIDAD DE MADRID

# ¿CÓMO IDENTIFICAMOS EL CIBERBULLYING?

Más Información: Guías para el alumnado, para las familias y para los docentes sobre una navegación segura

Tipo de acoso escolar que se produce entre iguales a través de medios digitales

La agresión debe ser repetida y tiene que alargarse en el tiempo.

El acosador se siente superior (física y psicológicamente) mientras que la víctima se siente indefensa. El desequilibrio aumenta cuando se enfrenta a un grupo de acosadores que actúan conjuntamente.

El agresor tiene la intención de hacer daño al otro. Puede que trate de disfrazarse de bromas, pero no lo son. Se trata de verdadero acoso:

- Mensajes insultantes a la víctima de forma privada y en redes sociales para que todos lo vean.
- Aislamiento social de la víctima: expulsión de los grupos de WhatsApp, bloqueo en diferentes redes sociales, hacer planes online excluyéndole de ellos, entre otros.
- Etiquetado de fotos riéndose de la víctima, memes, deep fakes, entre otros.

**NO TODO ES CIBERBULLYING**

Un acoso que, al realizarse a través de medios digitales, no tiene fin y es atemporal (24 horas al día, 7 días a la semana) ni espacial (todos llevan su dispositivo en la mano y reciben los mensajes de manera inmediata y permanente)

**La víctima no se atreve a denunciar porque suele estar amenazado.**

**Los espectadores no suelen hablar porque tienen miedo a las represalias o no quieren parecer unos chivatos.**

AGRESOR Y VÍCTIMA SE CONOCEN EN EL MUNDO ANALÓGICO. POSIBLEMENTE DEL COLEGIO.

**Abre los ojos y actúa**

