

# BULLYING

El bullying no es juego, es una conducta que genera sufrimiento y baja autoestima a la víctima y genera problemas en quién lo ejerce si no se corrige a tiempo.

## TODO LO QUE DEBERÍAS SABER SOBRE EL BULLYING

Se define como una forma de violencia psicológica, física o social que se presenta de manera **repetida y prolongada** entre niños o adolescentes, donde existe una relación de desigualdad de poder o fuerza entre las personas involucradas.

### TIPOS DE BULLYING

1. **Bullying físico:** es toda agresión física como golpes, empujones que ejerce una o varias personas contra la víctima y de forma constante.
2. **Bullying psicológico:** se manifiesta a espaldas de la víctima. Su objetivo es deshonrarla y evitar que se integre a algún grupo.
3. **Bullying verbal:** es el más frecuente. Se da con insultos, gritos y apodosos ofensivos hacia la víctima. Su objetivo es atacar y demostrar que la víctima es distinta al resto, por lo que se afecta su autoestima.
4. **Bullying cibernético:** también llamado cyberbullying, es el acoso que se da por las redes sociales, correos electrónicos e internet. Su objetivo es viralizar el daño y hacer que la víctima lo recuerde constantemente.



### ALERTA A ESTAS CONDUCTAS

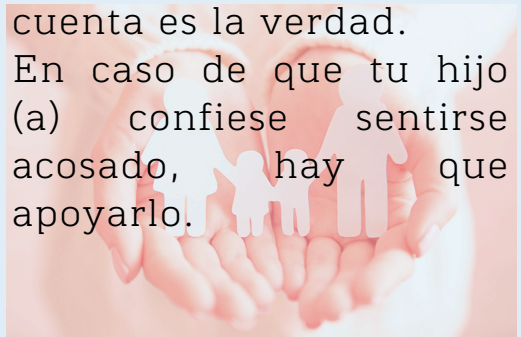
- Temor a ir al colegio.
- Cambios repentinos de humor.
- Bajo rendimiento escolar.
- Sentimientos de tristeza.
- Aislamiento social.

### ATENCIÓN PADRES DE FAMILIA

Si notas cambios de humor o de comportamiento en tu hijo (a) es importante tratar de hablar con el o ella para determinar cuál es el motivo.

Mantén la calma y escucha todo lo que tenga que decir, siempre confiando en que lo que cuenta es la verdad.

En caso de que tu hijo (a) confiese sentirse acosado, hay que apoyarlo.



**"RESPETAR ES QUERER, CUIDAR ES CRECER"**