Todo sobre el

“El miedo es más valioso para quienes están acostumbrados a controlar a los demás. No dejes que se apodere de ti.”

Índice

Capítulo 1. ¿Qué es el *bullying*? 2
- ¡Bienvenidos a este proyecto, amigos! 3
- Pero...¿qué es el *bullying*? 3
- Tipos de acoso escolar 4
- Tipos de violencia. 4
- Evaluación y ejercicios. 5

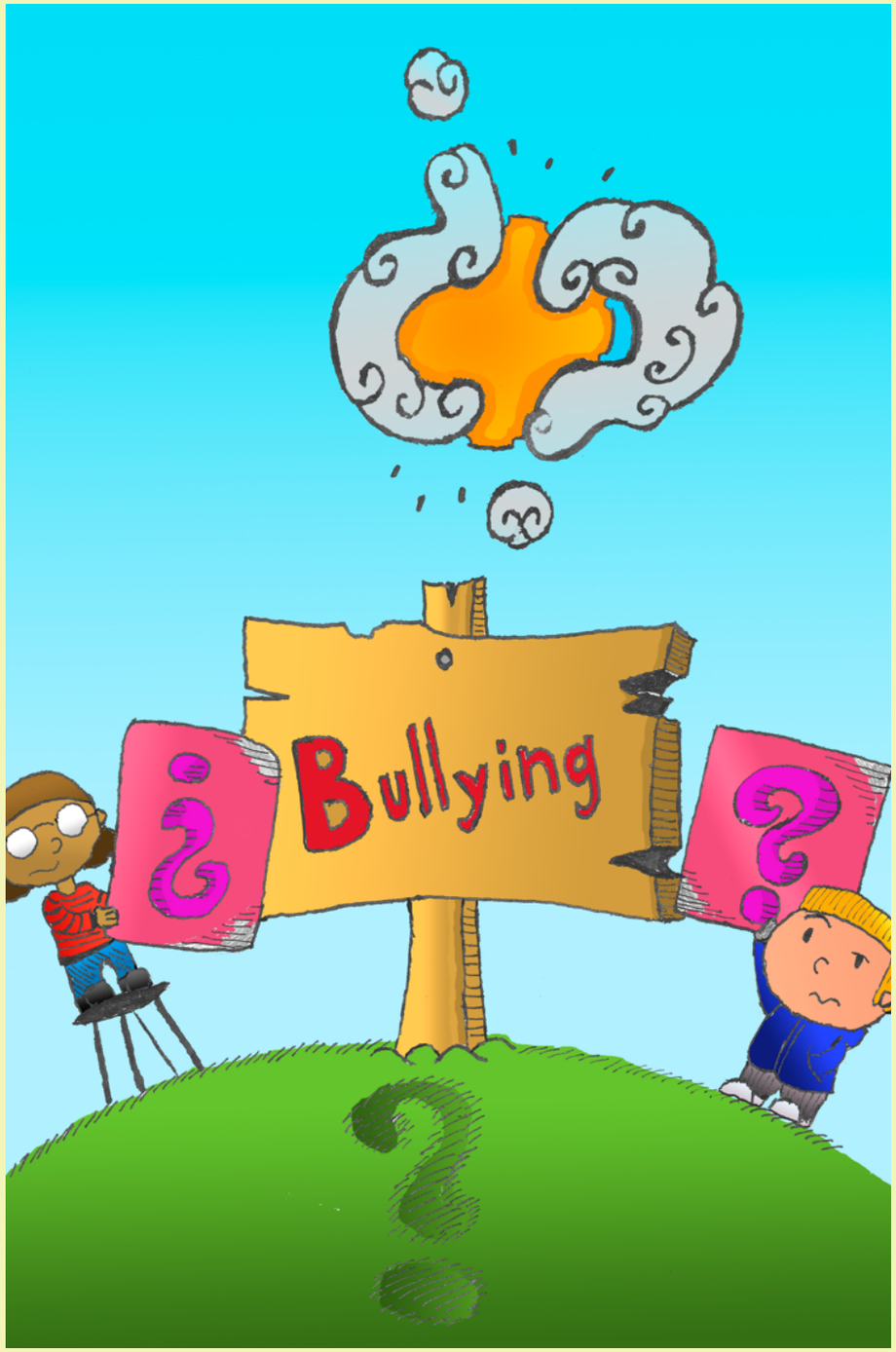
Capítulo 2. Entendiendo al *bullying* 7
- Causas del *bullying*. 8
- Consecuencias del *bullying*. 8
- Perfil de los participantes. 9
- Victimario. 9
- Víctima. 10
- Observadores. 11
- Evaluación y ejercicios. 12

Capítulo 3. Una mejor convivencia. 14
- Autoestima. 15
- Tipos de autoestima. 15
- Comunicación efectiva 16
- Combatir el *bullying*. 17
- Empatía. 18
- Asertividad. 19
- Evaluación y ejercicios. 20

Capítulo 4. Actividades para fomentar una cultura de paz en la escuela. 22
- Actividades. 23
- Video resumen. 27
- Conclusión. 27
- Referencias. 28
- Aviso legal. 29

1 Capítulo

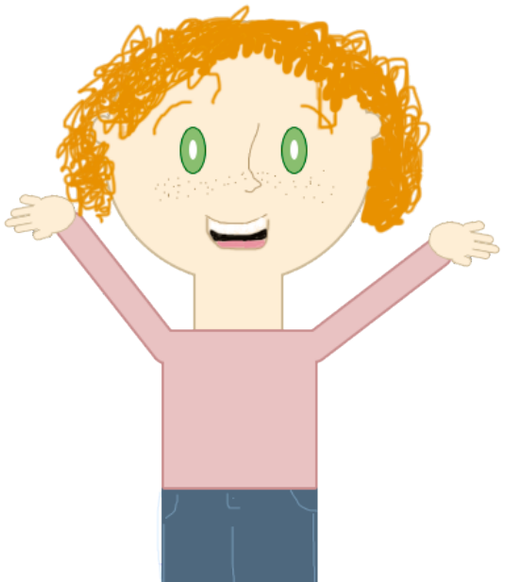
¿Qué es el *bullying*?



¡Bienvenidos a este proyecto, amigos!

Te daremos a conocer todo aquello que involucra el *bullying*, desde su definición, hasta los aspectos que normalmente presenta el acosador y sus consecuencias. Al terminar este libro serás capaz de:

- Entender qué es el *bullying*.
- Conocer las causas y consecuencias del *bullying*.
- Saber qué es una víctima.
- Entender qué es un victimario.
- Identificar opciones para evitar el problema.



Pero... ¿qué es el *bullying*?

El doctor Dan Olwes fue el primero en utilizar la palabra ***bullying*** para referirse al acoso escolar, esto aunque no lo creas ya tiene muchos años, pues fue explicado por él en los años setenta.

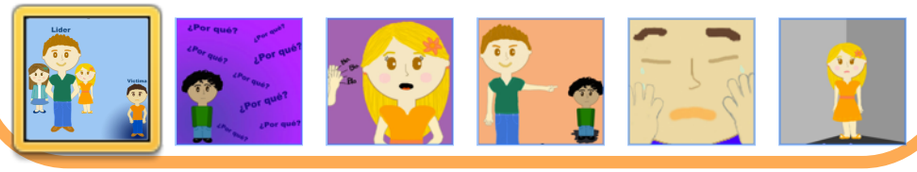
Según el doctor, este término describe una conducta en donde un alumno agrede a otro repetidas veces. Aunque también existen otras definiciones que dicen que el *bullying* o **acoso escolar** (en español), es un maltrato planeado que recibe un niño; puede ser físico, moral o psicológico.

Tipos de acoso escolar

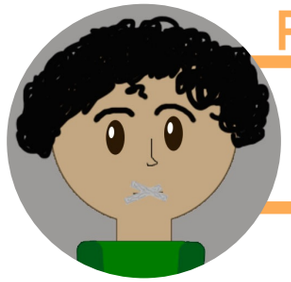
Ya entendiste qué significa *bullying* o acoso escolar, ahora vamos a ver que existen diferentes maneras de experimentarlo. Aquí les mostramos solo algunos tipos:

GALERÍA 1.1 Maneras de experimentar el *bullying*

Exclusión social: Esto sucede cuando el "líder" de un grupo le dice a los demás que ignoren a cierta persona por ser diferente y se lo hacen saber a la víctima.



Tipos de violencia



PSICOLÓGICA

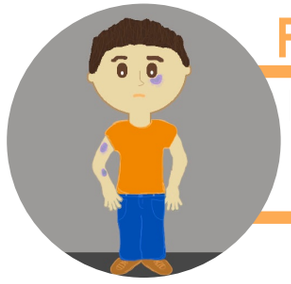
Dañar el autoestima y la personalidad de las víctimas de una manera muy grave.

VERBAL

Amenazas o insultos a un chico o adolescente.

CYBERBULLYING

Utilizar los medios de comunicación, como por ejemplo Internet, para distribuir o decir cosas que puedan ridiculizar y dañar emocionalmente a la víctima.



FÍSICA

Busca lastimar o dañar el cuerpo de la víctima.

Más adelante hablaremos de la autoestima para que puedan entenderlo de una mejor manera.

Evaluación y ejercicios

¿Aprendiste?

Ahora que ya viste el primer capítulo, es momento de... ¡evaluarte!

Question 1 of 4

¿Recuerdas a qué se refiere *bullying*?

- **A.** Gritarle a tus papás
- **B.** Acoso escolar ✓
- **C.** Un deporte
- **D.** Decir malas palabras

Check Answer

Question 1 of 4

Relaciona los tipos del *bullying* con sus imágenes correspondientes.

Check Answer

Esto continúa...

A continuación… encuentra todas las parejas.

Cierre

¡Felicidades!
Has terminado el capítulo 1.
Ahora, a iniciar el capítulo 2.