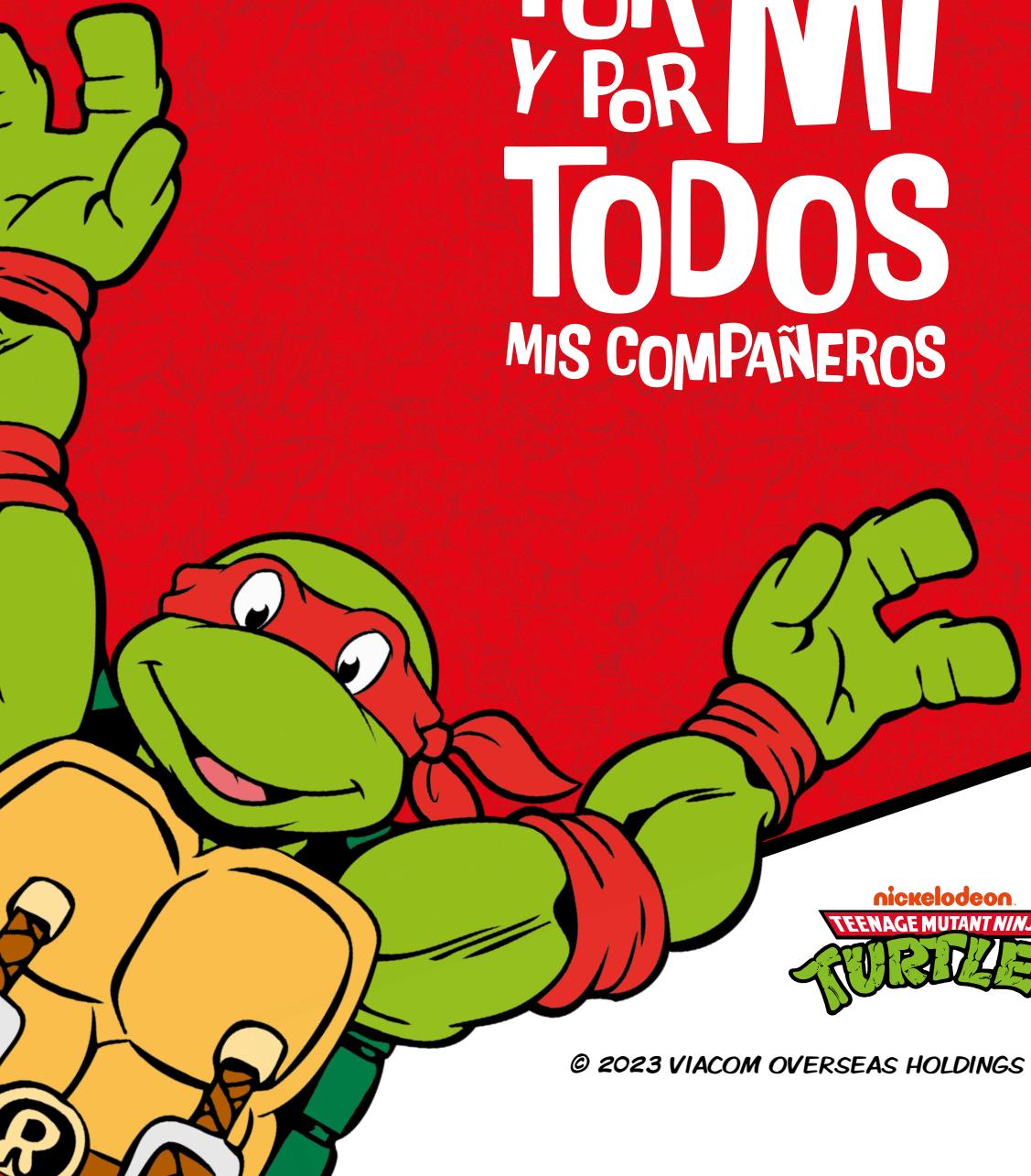


LA GUÍA DE RAPHAEL SOBRE BULLYING PARA NIÑOS Y NIÑAS

POr MÍ
Y POr MÍ
TODOS
MI S COMPAÑEROS



nickelodeon.
TEENAGE MUTANT NINJA
TURTLES®

FUNDACIÓN
ANAR

RAPHAEL

TM

ES LA TORTUGA
NINJA MÁS DECIDIDA,
VALIENTE E INQUIETA

A Raph no hay nada que le guste más que los retos, su rebeldía lo hace saltar a la acción y es casi imposible retroceder.



nickelodeon.
TEENAGE MUTANT NINJA
TURTLES®

FUNDACIÓN
ANAR

EL ACOSO ESCOLAR

¿QUÉ?

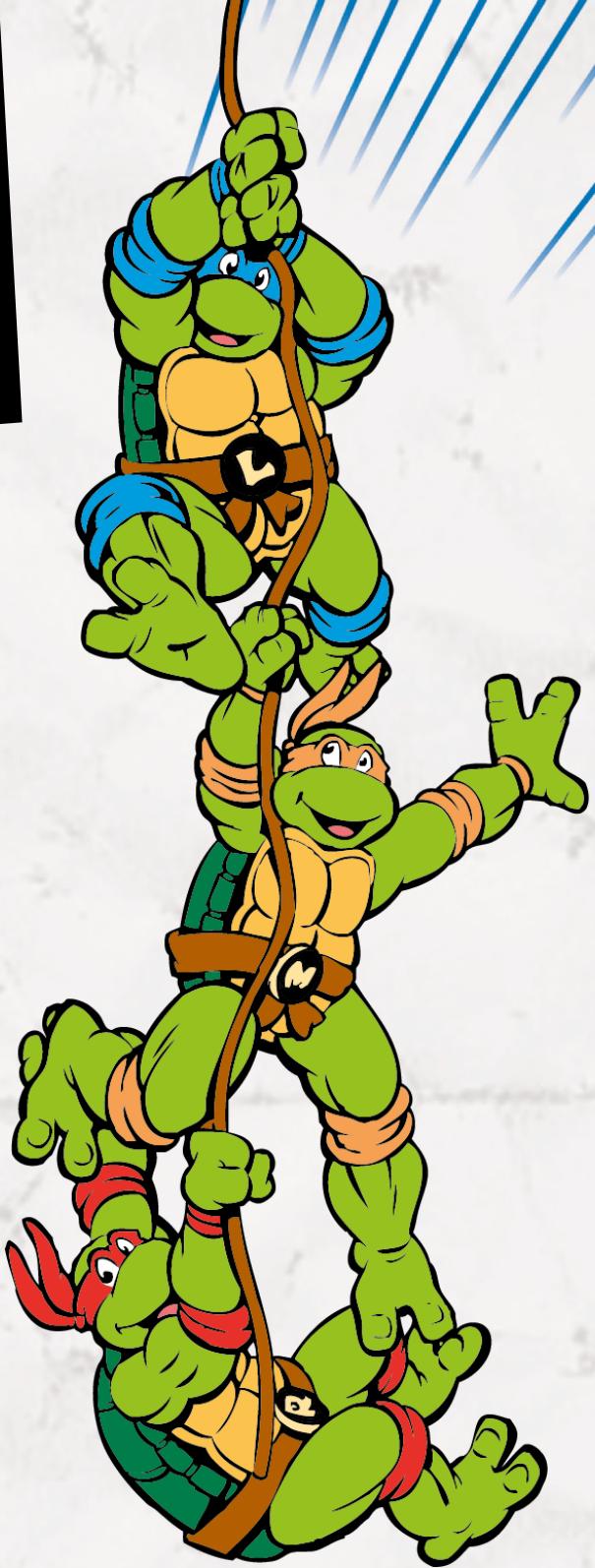
Acoso escolar o *bullying* es cuando *un/a compañero/a o varios/as tienen hacia ti conductas negativas: insultos, chantajes, amenazas, difundir rumores sobre ti, ignorarte, robarte cosas o agredirte físicamente. Estas actuaciones son Frecuentes y se alargan en el tiempo.*

¿DÓNDE?

Dentro del propio centro escolar (recreos, cambios de clase, aula, pasillos, baños...), fuera del colegio o instituto (en la entrada, de camino a casa, en la ruta...) o en medios telemáticos (móvil, mensajes o Redes Sociales).

¿QUIÉN?

El/la chico/a que sufre el acoso, los/las agresores/as y los/las espectadores/as. Cada uno de ellos tiene un papel muy importante a la hora de evitar o frenar el acoso escolar.



SI ERES VÍCTIMA DE ACOSO ESCOLAR DEBES TENER MUY CLARO QUE NADIE TIENE DERECHO A:

*Pegarte, insultarte,
humillarte, ignorarte,
amenazarte, aislarte,
difundir rumores sobre ti...*

*Hacerte sentir culpable de
lo que te ocurre. Cuéntalo
y pide ayuda (tutor,
profesores, padres...),
defiende tus derechos sin
violencia*



nickelodeon
TEENAGE MUTANT NINJA
TURTLES

FUNDACIÓN
ANAR

SI ERES AGRESOR EN UNA SITUACIÓN DE ACOSO ESCOLAR, DEBES SABER QUE NO TIENES DERECHO A:

Pegar, insultar, humillar, ignorar, amenazar, aislar, difundir rumores...

Hacer daño a los/ as demás. ¿Por qué necesitas hacer daño para sentirte bien? Tal vez quieras ser líder y crees que sometiendo a los demás, lo conseguirás. Pero si los demás se relacionan contigo por miedo, nunca tendrás relaciones sanas

Continuar intimidando a los/ as demás sin plantearte cómo se sienten. Quizás has sufrido violencia y aprendiste a relacionarte así, o intentas evitar que te ataquen primero o tal vez por rechazo a lo que es diferente

Pensar que necesitas ayuda para aprender a relacionarte de forma positiva con los demás y contigo mismo. Párate a pensar, no hagas lo que no te gustaría que te hiciesen



SI ERES ESPECTADOR EN UNA SITUACIÓN DE ACOSO ESCOLAR ES IMPORTANTE QUE:

Sepas ponerte en la piel de ese compañero/a que está siendo acosado. mañana puede sucederte a ti y no te gustaría que te dejaran solo

Seas solidario, que no es lo mismo que ser chivato. Evitar una situación injusta. Si no lo haces, apoyas que el agresor se sienta más Fuerte, más temido y siga haciendo daño



nickelodeon
TEENAGE MUTANT NINJA
TURTLES

FUNDACIÓN
ANAR

SI ESTÁS SUFRIENDO UNA SITUACIÓN DE BULLYING, HAY PASOS QUE TIENES QUE DAR PARA PARAR ESTA SITUACIÓN:

Tienes que saber que los **centros escolares** están obligados a parar situaciones de acoso entre sus alumnos/ as porque cuentan con los recursos necesarios para ello

Habla con tu **tutor/ a** y con el/ la **psicólogo/ a** **orientador/ a** del centro escolar al que acudes para que te ayuden, apoyen en intervengan para parar la situación

Tus **padres** tienen que saber por lo que estás pasando. Ellos son los encargados de velar por tu bienestar y protección. Además, tienen que acudir a hablar con el/ la **directora/ a** de tu centro escolar para exigir que paren la situación que te está haciendo tanto daño

TELÉFONO/CHAT DEL ACOSO ESCOLAR

900 20 20 10

chat.anar.org



PODEMOS AYUDARTE

*Si lo estás sufriendo
o asistiendo a una
situación de acoso
como espectador o
espectadora, debes
contarlo y pedir
ayuda a un adulto
(padres, profesores,
tutores, pediatras...)*

nickelodeon.
TEENAGE MUTANT NINJA
TURTLES®

FUNDACIÓN
ANAR