

Con mis compañeros y compañeras de colegio/instituto...

- Cuéntale a algún amigo o amiga lo que está ocurriendo para que pueda ayudarte frente a quienes te molestan en el colegio/instituto.
- Ignora a quienes se burlan de ti. Se aburrirán de hacerlo cuando no le hagas caso.
- Cuando quieran abusar de ti, diles "No" con seguridad. Comprobarán que no tienes miedo a sus palabras o gestos.
- Si te molestan, no te enfades, cálmate. No muestres tus emociones en ese momento.

Si te molestan,
no calles

- Si te quitan algún objeto personal o te piden dinero, no te enfrentes, puede ser peor si son más fuertes que tú. Las cosas se pueden reemplazar, tu no.
- Cambia de ruta para ir y salir del colegio/instituto a diario, a fin de evitar al grupo de chavales que te insultan o amenazan en el camino.
- Participa en las actividades escolares junto a otros compañeros y compañeras, para evitar estar solo/a y ser objeto de amenazas, abusos o agresiones.
- Escribe un diario con todos los detalles de cualquier incidente que te ocurra, además de tus sentimientos y pensamientos. Siempre será una prueba para demostrar una situación de acoso escolar.

*No te resignes a ser víctima de
tus compañeros. No calles por miedo*

 JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Educación


ALTERNATIVA JOVEN DE EXTREMADURA

www.educarex.es/acosoescolar



Campaña informativa sobre el **acoso escolar**

a

Si te molestan,
no calles

menudo surgen conflictos en nuestro colegio/instituto entre algunos alumnos y alumnas debido a los insultos, burlas, amenazas y golpes que reciben de otros chavales, no permitiendo que aprendamos en igualdad para que en el futuro podamos decidir nuestra profesión u oficio.

Este problema actual se denomina acoso escolar según los expertos, y tiene solución **ahora**, si **todos respetamos** nuestras diferencias personales. Mañana cuando haya compañeros y compañeras que no puedan olvidar su paso amargo por las aulas, será demasiado tarde.

No creas ser más adulto si manifiestas conductas negativas hacia otros compañeros y compañeras de clase, e incluso frente al profesorado, pues estarás demostrando una falta de cariño y confianza para resolver tus problemas. Existen personas que **podrían ayudarte**, si tú quieres.

Por tanto, si queremos **disfrutar de unos años de buena convivencia** en el colegio/instituto tan solo **dependerá ti**, de tus actitudes a favor de tus compañeros y compañeras, ayudándoles cuando así lo necesiten, sin recibir nada a cambio. **Ganarás AMISTAD.**

A continuación, queremos mostrar una serie de consejos que puedes seguir si estás en algunas de estas situaciones de acoso escolar.

Gracias por tu atención.

Para **disfrutar** de un
ambiente de **compañerismo...**

- Respetar siempre las diferencias personales de cada compañero o compañera. No discrimines, ni excluyas a alguien por ser distinto.
- Ayuda a los compañeros o compañeras que más lo necesiten por motivos de barreras arquitectónicas, lenguaje, etc. Haz que se sientan parte del grupo.
- Atiende las explicaciones del profesorado para mejorar tu aprendizaje. Enseñan por tu bien.
- Evita tomar prestado aquellos materiales que no te correspondan. No merece la pena perder amistades por este motivo.
- No aceptes las amenazas, abusos y agresiones entre compañeros, ya que perjudican la convivencia escolar. Disfruta de tus días en el colegio/instituto.

*Disfruta del buen rollo
entre alumnado y profesorado*



Con mis maestros/profesores...

- Confía en tus maestros/profesores para explicarles todo lo que te ocurre con otros compañeros y compañeras de colegio/instituto. Ellos sabrán siempre como ayudarte.
- Avisa a tus maestros/profesores de las amenazas, abusos o agresiones que pueden estar recibiendo otros compañeros o compañeras. Tu silencio, te hace cómplice de estos hechos.
- Tú no eres culpable de lo que te ocurre, es un problema que deben resolver los responsables del colegio/instituto para que no se repitan esas conductas negativas.
- Si con tus acciones o palabras crees estar molestando a otros compañeros o compañeras, ponte en su lugar y piensa cómo te sentirías. Acude a tus maestros/profesores si necesitas ayuda. Reconocer los errores es de sabios.

*Nadie puede ayudarte,
si no cuentas lo que te ocurre en el colegio/instituto*

