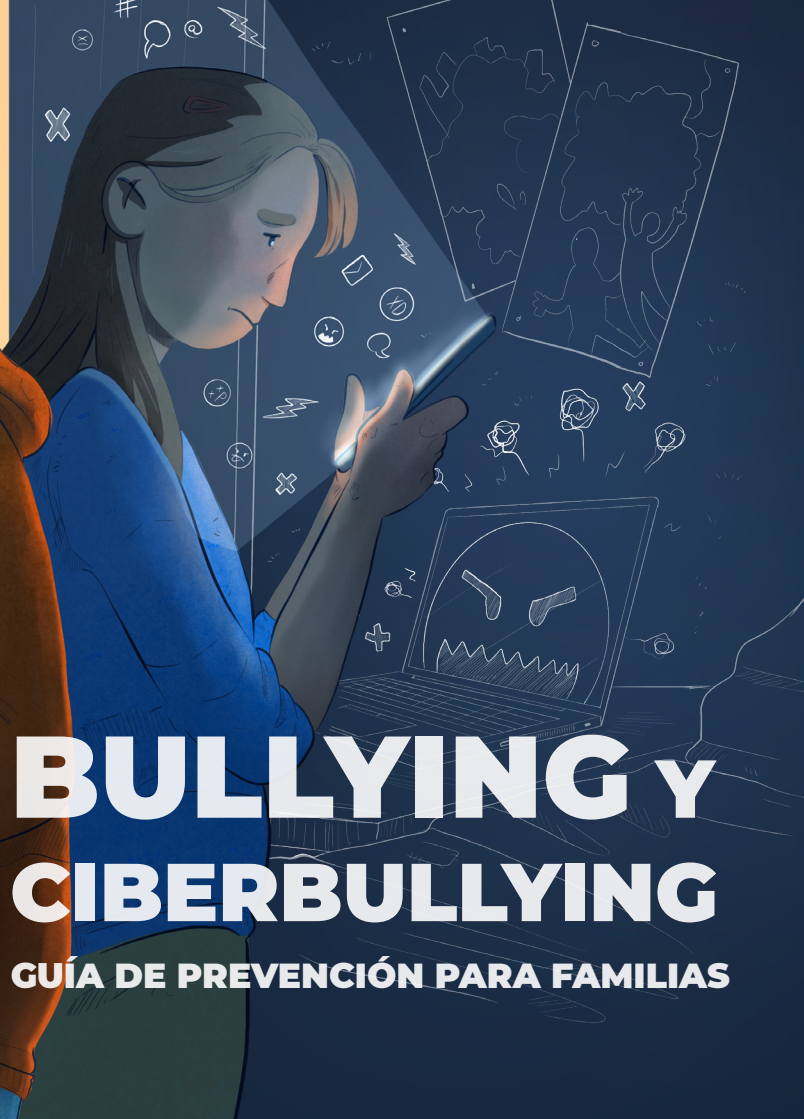




AYUNTAMIENTO de
RIBA-ROJA DE TÚRIA

Acción social y
políticas inclusivas

SOM
RIU



BULLYING Y CIBERBULLYING

GUÍA DE PREVENCIÓN PARA FAMILIAS

ÍNDICE

1. Introducción.....	2	4. Cómo evitar el acoso desde la familia.....	17
2. ¿Qué es el bullying? ¿Y el ciberbullying?	4	4.1. Estrategias para iniciar conversaciones en familia.....	17
2.1. Bullying y Ciberbullying.....	4	4.2. Cómo promover un uso responsable de las tecnologías para evitar el ciberbullying	20
2.2. Características del bullying.....	5	5. Actuación. Qué debemos hacer	22
2.3. Características del ciberbullying.....	6	5.1. Cómo actuar si mi hijo/a es la víctima	22
2.4. Formas de acoso en línea.....	7	5.2. Cómo actuar si mi hijo/a es la persona agresora.....	25
2.5. ¿Cómo sé si lo que sufro es bullying?.....	8	5.3. Cómo actuar si mi hijo/a es la persona espectadora.....	27
2.6. Consecuencias.....	9	6. Recursos de apoyo.....	28
3. Víctimas, personas agresoras y personas espectadoras.....	10	6.1. Recursos nacionales.....	28
3.1. Las víctimas de bullying.....	10	6.2. Recursos autonómicos.....	29
3.2. Las personas agresoras.....	12	6.3. Recursos municipales.....	30
3.3. Otros roles en el bullying.....	14		

1. INTRODUCCIÓN

Como padres y madres, en **nuestra labor criar y proteger a nuestros hijos e hijas** y nos encontramos con desafíos modernos que demandan nuestra atención. Uno de ellos, tristemente, es el **acoso escolar**, una problemática que ha tomado mayor relevancia en el entorno educativo en los últimos tiempos.

El aumento de este fenómeno ha sido agravado por la **rápida evolución de la tecnología y las formas de comunicación**. Nuevas apps, redes sociales, herramientas y formas de relacionarse entre la juventud han propiciado una variante aún más insidiosa del acoso escolar: el **ciberbullying**, que ocurre en el vasto mundo digital del que niños, niñas y adolescentes forman parte.

Esta guía tiene como objetivo proporcionar herramientas accesibles y prácticas para detectar, prevenir y brindar apoyo frente a situaciones de bullying y ciberbullying. Exploraremos cómo reconocer las señales, cómo comunicarnos con nuestros hijos e hijas de manera abierta y comprensiva, y cómo colaborar con las autoridades escolares para abordar este desafío.

Si todas las partes nos implicamos, podemos contribuir a un entorno escolar más seguro y armonioso para menores y jóvenes.

EL ACOSO ESCOLAR EN CIFRAS. ¿ABÍAS QUÉ...?

España ocupa la **tercera posición** en **casos de bullying en el mundo**.

Durante el año **2020-2021** los casos reportados de acoso escolar fueron **11.229**. En el periodo **2022-2023**, este número aumentó a **69.554 casos**.

Datos extraídos del Estudio Oficial realizado por la ONG Internacional Bullying Sin Fronteras.

En **2021** se suicidaron **22 menores de 14 años**.

En el año **2022**, esta cifra se **duplicó**, ampliando las **edades entre 6 y 18 años**.

En el año **2022**, esta cifra se **duplicó**, ampliando las **edades entre 6 y 18 años**.

Datos revelados por el Instituto Nacional de Estadística (INE)

El **9,53%** del alumnado de primaria de los centros educativos españoles **reconoce haber sufrido bullying**.

El **9,2%**, reconoce haber sido **víctima de ciberbullying**.

Sólo el **7,7% de las familias** cree que su hijo o hija ha sufrido acoso.

Datos extraídos del primer Estudio Estatal de la Convivencia Escolar en Educación Primaria, del Ministerio de Educación y Formación Profesional.

2. ¿QUÉ ES EL BULLYING? ¿Y EL CIBERBULLYING?

2.1. BULLYING Y CIBERBULLYING

El **bullying**, también conocido como acoso escolar, es un comportamiento repetitivo y negativo dirigido intencionalmente hacia una persona o grupo, en un contexto escolar. Este comportamiento puede ser físico, verbal o relacional.



El **ciberbullying** es una forma de acoso que ocurre en el entorno digital, donde se utilizan medios electrónicos, como redes sociales, mensajes de texto, correos electrónicos u otras plataformas en línea, para intimidar, humillar, amenazar o acosar a otra persona.



2.2. CARACTERÍSTICAS DEL BULLYING

Comportamiento repetitivo

Ocurre de forma persistente y recurrente durante un período de tiempo.

Intencionalidad

Es realizado de manera intencional para causar daño o malestar.

Cercanía de la persona agresora

Las víctimas suelen conocer a las personas que las agreden.

Desbalance de poder

Implica una desigualdad de poder entre la persona agresora y la víctima.

Diversas formas

Puede manifestarse física, verbal o socialmente.

Aislamiento social

Lleva a la exclusión y la soledad de la víctima.

Temporalidad

Se produce durante las horas de clase, por lo que el acoso "descansa".

2.3. CARACTERÍSTICAS DEL CIBERBULLYING

Uso de medios electrónicos

Se realiza a través de dispositivos y plataformas en línea.

Anonimato

La persona agresora puede ocultar su identidad, dificultando la identificación.

Personas agresoras de todo tipo

La víctima puede conocer o no a las personas agresoras.

Alcance extendido

Puede llegar a un gran número de personas en poco tiempo o incluso hacerse viral.

Perdurabilidad

El contenido cyberbullying puede permanecer en línea indefinidamente.

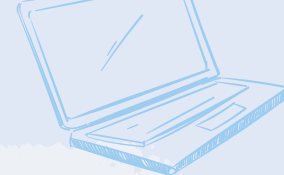
Despersonalización

La falta de contacto cara a cara desensibiliza a las personas agresoras, por lo que son más crueles.

Temporalidad

Puede producirse a cualquier hora del día o en vacaciones de verano, por lo que no termina nunca.

2.4. FORMAS DE ACOSO EN LÍNEA



Acoso verbal o insultos en línea. Consiste en enviar mensajes o comentarios abusivos, ofensivos o insultantes hacia la víctima a través de Whatsapp, Telegram, comentarios en redes sociales, etc.

Acoso sexual y sexting no consentido. Las personas agresoras se hacen con contenido sexual o de naturaleza íntima de la víctima (imágenes, mensajes, etc.) y lo difunden sin su consentimiento, con el fin de avergonzarla, chantajearla o humillarla.

Suplantación de identidad. Las personas agresoras crean perfiles falsos o utilizan cuentas hackeadas para difamar, humillar o dañar la reputación de la víctima. Se hacen pasar por ella y publican contenido perjudicial en su nombre.

Difusión de rumores. Se comparte información falsa o distorsionada sobre la víctima, con el propósito de dañar su imagen y generar conflictos personales o sociales.

Acoso exclusivo o exclusión social. Consiste en dejar fuera a la víctima de grupos de Whatsapp, chats o eventos virtuales, ignorándola o excluyéndola deliberadamente.

Acoso psicológico y amenazas. Las personas agresoras envían mensajes intimidatorios y amenazas, llegando incluso a incitar al suicidio de la víctima a través de plataformas digitales.

2.5. ¿CÓMO SÉ SI LO QUE SUFRO ES BULLYING?

En estas páginas hemos hecho referencia a varias características del bullying y el ciberbullying. ¿Significa eso que, **para que sea acoso escolar, deben producirse todas esas circunstancias?**



La respuesta rápida es **NO**. Lo principal que debemos tener en cuenta para saber si se sufre bullying o ciberbullying es lo siguiente:



Que no sea algo aislado. Si se ha producido más de una vez o es repetitivo en el tiempo, es probable que sea acoso escolar.

Puede ser de muchos tipos. Aunque sólo sean insultos o vejaciones, sin agresiones físicas, es acoso.

Las demás características pueden producirse, pero no son obligatorias ni excluyentes.

2.6. CONSECUENCIAS

El bullying y el ciberbullying pueden tener **graves repercusiones en la salud y el bienestar de las víctimas**. Podemos clasificarlas en **consecuencias físicas** y **consecuencias psicológicas**:

PROBLEMAS DE SUEÑO

Las víctimas de bullying a menudo experimentan dificultades para conciliar el sueño o mantener un patrón de sueño regular debido al estrés y la ansiedad.

TRASTORNOS ALIMENTICIOS

El acoso puede desencadenar cambios en los hábitos alimenticios, llevando a la pérdida o ganancia de peso no saludable, o trastornos como anorexia y bulimia.

DOLORES RECURRENTE

La ansiedad y el estrés relacionados con el bullying pueden manifestarse en forma de dolores de cabeza y problemas estomacales persistentes.

BAJA AUTOESTIMA

El constante maltrato puede erosionar la confianza en uno mismo/a.

ANSIEDAD Y DEPRESIÓN

El bullying puede desencadenar problemas de salud mental, como la ansiedad y la depresión, que requieren atención profesional.

SUICIDIO

En situaciones extremas, el bullying puede llevar a pensamientos suicidas y, lamentablemente, a intentos de suicidio.

IMPOTENCIA, DESESPERACIÓN Y SOLEDAD

Las víctimas pueden sentirse indefensas, desesperadas y a menudo experimentar una profunda sensación de soledad.

DESAJUSTE DEL ESTADO DE ÁNIMO

La víctima puede experimentar cambios abruptos en el estado de ánimo, manifestando tristeza, enfado o nerviosismo de manera explosiva.

3. VÍCTIMAS, PERSONAS AGRESORAS Y PERSONAS ESPECTADORAS



3.1. LAS VÍCTIMAS DE BULLYING

Hay muchos factores que pueden influir en que una persona sea más susceptible de sufrir bullying o ciberbullying. Por ejemplo:

- **Diferencias perceptibles** respecto a compañeras y compañeros, como origen étnico, apariencia, orientación sexual, etc.
- **Ser una persona tímida**, introvertida, tener baja autoestima o dificultades para relacionarse.
- **Tener una presencia activa en redes sociales**, especialmente si la privacidad y la seguridad en línea no están bien gestionadas.
- **Problemas en el hogar**, divorcios, dificultades económicas o cualquier conflicto personal.
- **La ausencia de una red de apoyo** sólida de amistades o familiares que puedan ayudar a superar el acoso.

Sin embargo, **cualquier niño, niña o adolescente puede ser víctima de acoso**, aunque no cumpla estas características.

¿CÓMO PUEDO DETECTAR SI MI HIJO/A SUFRE BULLYING?

Hay varias **señales de alarma** que pueden indicar que tu hijo o hija es víctima de acoso. Recomendamos que prestes atención a los posibles cambios que puede experimentar si vive esa situación:

- **Cambios en sus hábitos**, como dificultad para establecer rutinas, cambios en sus horarios, disminución en la organización de sus tareas cotidianas, etc.
- **Cambios en el estado de ánimo**, con un aumento de los momentos de tristeza e indiferencia, cambios bruscos de humor e incluso reacciones agresivas inusuales.
- **Cambios en su red social**, con ausencia de amistades y relaciones sociales físicas. Puede mostrar miedo o rechazo a salir de casa y una falta de defensa ante bromas públicas u observaciones en entornos sociales.
- **Cambios físicos o en sus pertenencias**, como pérdida o deterioro de sus cosas, o moratones, arañazos y golpes frecuentes sin explicación razonable. Aumento o pérdida de peso rápido, mareos frecuentes y dolores de cabeza o estómago persistentes.
- **Otros cambios**: pueden mostrar comportamientos diversos, como el uso extraño de las redes sociales, explosiones agresivas momentáneas, dolores frecuentes, y una mayor tendencia a ocultarse al comunicarse por Internet o móvil.

3.2. LAS PERSONAS AGRESORAS

Hay muchos factores que pueden influir en que una persona realice acoso escolar. Por ejemplo:

- **Falta de empatía y habilidades sociales**, lo que provoca dificultades para establecer relaciones saludables con el entorno.
- **Falta de autoestima**, lo que provoca que se recurra al bullying para mejorar su autoimagen o sentirse superior a las demás personas.
- **Tener un entorno familiar que no promueva la empatía**, el respeto o la comunicación asertiva, y en la que no haya muestras de cariño.
- **Haber sido víctima de abuso o acoso** en el pasado, ya sea escolar o intrafamiliar.
- **El deseo de aceptación** por parte del entorno o de ganar popularidad, incluso si es a costa de otras personas.



¿CÓMO PUEDO DETECTAR SI MI HIJO/A HACE BULLYING?

- **Cambios en el comportamiento.** Si tu hijo/a muestra un cambio repentino en su comportamiento, como actuar de forma más agresiva, dominante o controladora, o miente más.
- **Actitud reservada.** Si es muy difícil mantener un trato personal con tu hijo/a, recomendamos investigar por qué puede ser.
- **Actitudes de superioridad o burla hacia otras personas.** Si tu hijo/a desprecia, se burla o se mofa de sus compañeros y compañeras de manera constante.
- **Problemas de disciplina.** Si tu hijo/a tiene un historial de mal comportamiento en el centro educativo, o no controla bien sus impulsos y reacciones, en especial la ira.
- **Tener amistades que han ejercido acoso.** Si tu hijo/a se relaciona con personas o grupos que previamente han ejercido acoso, puede que acabe realizándolo.
- **Falta de empatía.** Si no muestra culpa aparente al hacer daño a otras personas o animales, o al romper objetos de otras personas.

3.3. OTROS ROLES EN EL BULLYING

Las personas que observan el acoso, también conocidas como **personas espectadoras**, aunque no participen activamente en las agresiones, pueden amplificar el problema.

La inacción puede ser percibida por las personas agresoras como una forma de aprobación o aceptación implícita, alentando así que continúen el acoso.

Además, la presión del grupo y el temor a convertirse en el próximo objetivo de los bullies a menudo llevan a las personas espectadoras a mantenerse apartadas y no intervenir.



Persona seguidora

No inician el acoso, pero se suman una vez ha arrancado.



Persona agresora



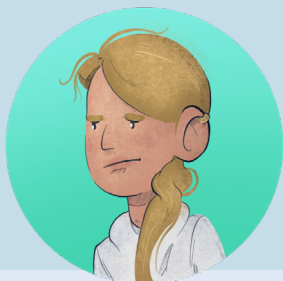
Persona partidaria

No actúan de forma activa en el acoso, pero muestran su apoyo libremente.



Persona defensora

Son aquellas que ayudan o tratan de ayudar a la víctima, poniéndose de su parte.



Posible defensor/a

Piensan que la situación es dañina y les gustaría intervenir para defender a la víctima, pero no se atreven por miedo o por presión social.



Víctima

Os mostramos algunos datos extraídos del Estudio Estatal de la Convivencia Escolar en Educación Primaria, del Ministerio de Educación y Formación Profesional, centrados en las personas espectadoras de casos de bullying:

- Sólo el **17,65%** del alumnado entrevistado **dice sentirse mal al ver estas situaciones.**
- Sólo el **9,83%** dice haberse **enfrentado a la persona agresora.**
- Sólo el **30,9%** comunica la situación a una **figura docente.**
- Sólo el **20,17%** comunica la situación a su **familia.**

VIOLENTÓMETRO DEL ACOSO ESCOLAR

Puedes utilizar el siguiente violentómetro para detectar la gravedad del acoso escolar que puede estar sufriendo tu hija o hijo. En cualquier caso, sin importar en qué franja se encuentre la situación, recomendamos actuar y contactar con el centro educativo.

<p>Bromas crueles o palabras hirientes de forma ocasional.</p> <p>Ridiculización.</p> <p>Exclusión social puntual por parte del grupo.</p> <p>Rechazo.</p>	<p>Burlas constantes.</p> <p>Insultos y gritos.</p> <p>Rumores y difamación.</p> <p>Destrucción de objetos personales.</p> <p>Exclusión repetida.</p>	<p>Agresiones físicas leves (golpes, tropezones, empujones, etc.)</p> <p>Amenazas verbales.</p> <p>Intimidación física.</p> <p>Acoso en redes.</p> <p>Suplantación de identidad en redes.</p>	<p>Violencia física grave (lesiones).</p> <p>Abuso sexual y violación.</p> <p>Violencia de género.</p> <p>Amenazas serias contra la integridad.</p> <p>Incitación al suicidio.</p>
ALERTA	PREOCUPANTE	GRAVE	CRÍTICO

4. CÓMO PODEMOS EVITAR EL ACOSO DESDE LA FAMILIA

4.1. ESTRATEGIAS PARA INICIAR CONVERSACIONES EN FAMILIA

Hablar sobre el bullying y el acoso con nuestros hijos e hijas es esencial para que construyan un entorno escolar y social más seguro y empático. Para ello, recomendamos:

Crea un ambiente acogedor y seguro

donde puedan hablar libremente y expresar sus preocupaciones sin sentir que se les juzga.

Ayuda a tus hijos/as a comprender cómo se sienten las personas acosadas. Pregúntales “¿Cómo crees que te sentirías si eso te pasara a ti?”.

Explica claramente las consecuencias negativas del bullying, tanto para la víctima como para la persona agresora, y que puede tener un impacto duradero en la vida de las personas involucradas.

Inicia la conversación con preguntas abiertas, como “¿Has visto alguna vez que se metan con alguien en el cole?”.

Aprovecha situaciones cotidianas para iniciar estas conversaciones. Por ejemplo, cuando salga una noticia en la televisión. Pregúntales qué piensan al respecto y cómo se sentirían si estuvieran en esa situación.

Sé un buen ejemplo en tus interacciones diarias. Los hechos hablan más que las palabras y pueden influir en la actitud de tus hijos e hijas. Por ejemplo, **no te burles de gente de tu entorno o de la televisión, respeta otras opiniones, etc.**

Anima a tus hijos e hijas a compartir cualquier experiencia que hayan tenido relacionada con el bullying

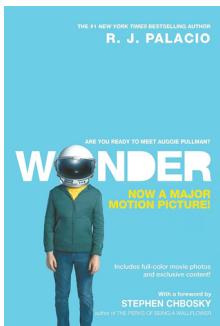
y a que no duden en hablar contigo en cualquier momento. Mantén las líneas de comunicación abiertas y sé su confidente.

Enseña a tus hijos e hijas sobre cómo mantener la seguridad en línea y cómo denunciar el ciberbullying.

Enséñales a utilizar la tecnología de manera responsable y ética.



RECOMENDACIONES DE SERIES Y PELÍCULAS SOBRE BULLYING, ACOSO Y DISCRIMINACIÓN PARA VER EN FAMILIA



“Wonder” (2017)

Esta película cuenta la historia de Auggie, un niño con deformidades faciales que enfrenta el desafío de encajar en la escuela. Aborda temas de aceptación, amistad y empatía.



“Las ventajas de ser invisible” (2013)

Charlie es un chico algo torpe y retraído, que ha sufrido el suicidio de su mejor amigo. Cuando conoce a Sam y Patrick, comenzará a superar la pérdida y descubrir también el lado positivo de la vida.



“Hit” (2020)

Esta serie española sigue a profesor en un instituto, que selecciona a un grupo de alumnado problemático y trabaja con temas como la soledad de los más jóvenes, el acoso, el sexo y las adicciones.



“Joe Bell ” (2020)

Joe es padre de un adolescente que sufre bullying y que termina suicidándose. El daño provocado en la familia después de su muerte impulsa a Joe a recorrer Estados Unidos dando charlas en los centros educativos para hablar de los peligros del bullying.

4.2. CÓMO PROMOVER UN USO MÁS RESPONSABLE DE LAS TECNOLOGÍAS PARA EVITAR EL CIBERBULLYING

Para evitar casos de ciberbullying, mantener conversaciones puede no ser suficiente. Es importante promover un buen uso seguro de las redes sociales y dispositivos. Para ello, recomendamos:

Define reglas claras sobre el uso de dispositivos electrónicos, redes sociales y aplicaciones.

Anímalos a que hablen sobre cualquier situación incómoda o perturbadora que puedan encontrar en Internet.

Informa a tus hijos/as sobre lo que es el ciberbullying, sus consecuencias y cómo reconocerlo.

Sé un modelo a seguir, utilizando la tecnología de forma **responsable y ética**.

Si tus hijos e hijas tienen poca edad o han experimentado problemas previos con las redes, **emplea aplicaciones de control parental que te permitan monitorear y establecer restricciones de acceso** a ciertos contenidos o aplicaciones inapropiadas. Algunas de estas apps son **FamiGuard**, **Eyezy**, o **mSpy**, aunque hay muchas más opciones.

Enséñales a respetar los sentimientos y la privacidad de las demás personas en línea.

Fomenta la empatía al explicarles que, aunque no conozcan a físicamente a otras personas, sus comentarios y actitudes pueden dañarlas, y viceversa.

Enséñales a crear contraseñas seguras y a no compartirlas con nadie,

incluso con sus mejores amistades. Explícales la importancia de mantener su información protegida y privada en línea.

Explícales que es fundamental obtener el consentimiento antes de compartir fotos, videos o información

sobre otras personas en línea.



Establece períodos regulares de desconexión digital,

durante los cuales toda la familia pueda participar en actividades fuera de la pantalla. Estos momentos fortalecen los lazos familiares y fomentan la comunicación cara a cara.

5. ACTUACIÓN. QUÉ DEBEMOS HACER

5.1. CÓMO ACTUAR SI MI HIJO/A ES LA VÍCTIMA

Si tienes la sospecha de que tu hijo/a está siendo víctima de acoso, es fundamental abordar la situación de manera comprensiva y empática. **Recuerda: el acoso escolar no es sólo violencia física. Insultos y vejaciones también son causa de denuncia.**

Pide ayuda a profesionales.

Denuncia.

Dale ánimos para que hable sobre lo que está experimentando y hazle saber que estás ahí para él o ella, para ayudar en todo lo que necesite. Mantén la calma durante esta conversación y, sobre todo, no le culpes o reproches que no te lo haya contado antes.

Dale tu apoyo incondicional y dedica el tiempo necesario para escuchar y comprender su experiencia. Ayudándole a mantener la calma y a expresar sus emociones, reforzarás su autoestima. Dile que, antes de tomar ninguna medida, lo hablarás con él o ella, para que sienta seguridad.

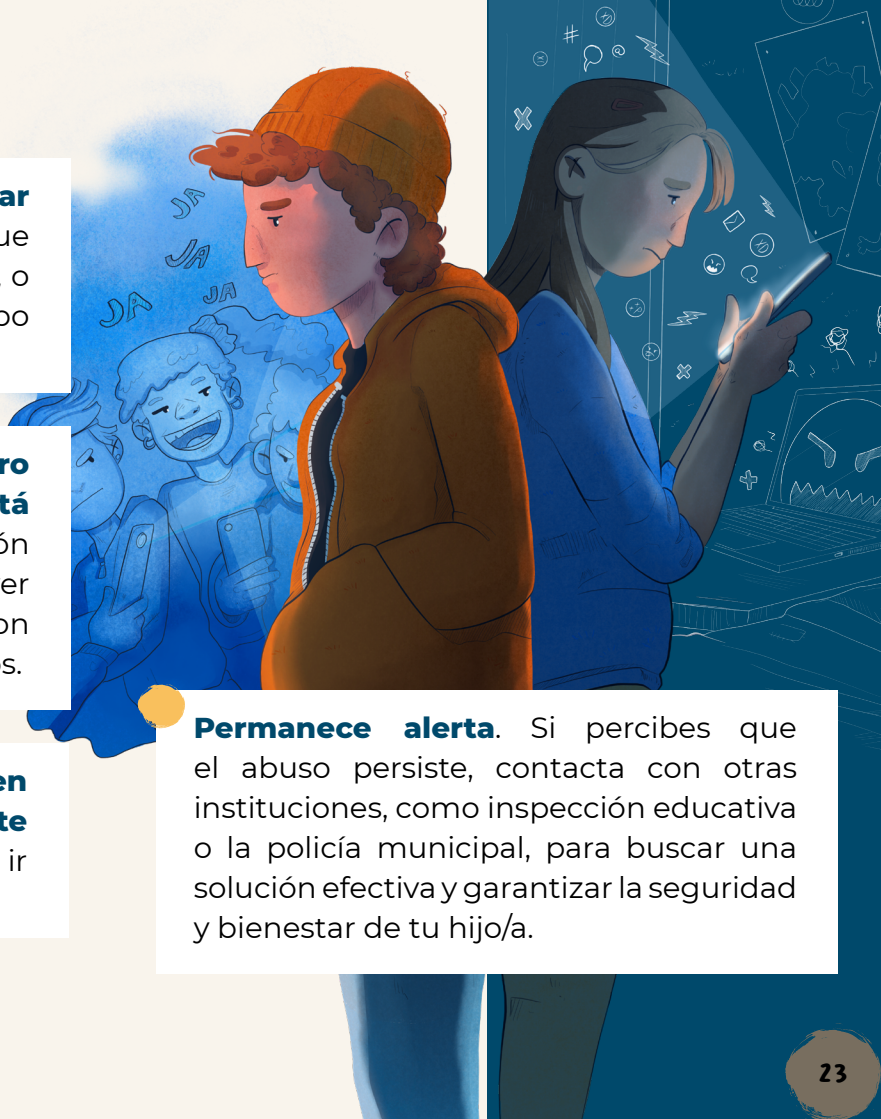
Pídele que te de toda la información que pueda, incluyendo fechas, lugares, personas involucradas y personas espectadoras. Si es acoso es línea, guarda los Whatsapp, mensajes y comentarios. **Esta información puede ser valiosa para abordar la situación en el futuro.**

Ofrécele otras formas de entablar amistades. Por ejemplo, proponle que se apunte a una actividad extraescolar, o que vaya a centros juveniles en su tiempo libre.

Escribe un documento al centro educativo explicando lo que está sucediendo y solicitando la intervención de las autoridades escolares para resolver la situación. Muchos centros cuentan con planes de contingencia para estos casos.

Propónle que hable de la situación en el centro educativo con algún docente o responsable. Si no quiere, ofrécete a ir con él o ella.

Permanece alerta. Si percibes que el abuso persiste, contacta con otras instituciones, como inspección educativa o la policía municipal, para buscar una solución efectiva y garantizar la seguridad y bienestar de tu hijo/a.



LA NECESIDAD DE LA AYUDA PSICOLÓGICA

Afrontar el bullying puede ser complicado, pero es crucial entender que buscar ayuda psicológica no solo es valioso, sino esencial para la curación y el bienestar emocional a largo plazo.

Cuando alguien sufre bullying, las heridas pueden ser más que físicas. Las consecuencias psicológicas pueden afectar la autoestima, la confianza y la forma en que vemos el mundo. Ignorar estas heridas emocionales es como dejar que las sombras del pasado oscurezcan el presente y el futuro.

No hay debilidad en pedir ayuda; al contrario, es un acto de valentía y autocompasión. La intervención de profesionales de la salud mental puede ser una luz en los momentos más oscuros, brindando herramientas para entender, procesar y superar las experiencias traumáticas. La salud mental merece la misma atención que la salud física, y aceptar apoyo psicológico es un paso crucial hacia la curación completa.

Es vital comprender que las consecuencias del bullying pueden persistir en la vida adulta si no se abordan adecuadamente. **Buscar ayuda psicológica no solo es permitirse sanar, sino también construir un futuro más sólido y resiliente.**

5.2. CÓMO ACTUAR SI MI HIJO/A ES LA PERSONA AGRESORA

Si descubres que tu hijo/a participa en conductas de acoso, debes actuar de manera rápida y firme, pero sin dejar de mostrar un lado comprensivo.

Mantén la calma y evita reacciones violentas, ya que esto no respaldará tu discurso contra la violencia. Inicia una conversación tranquila y reflexiva.

Pregúntale por qué actúa de esa manera y qué busca lograr con ello. De esta forma, puedes hacerte una idea de las causas que lo provocan.

Pregúntale qué cosas le preocupan o si tiene algún problema del que no tengas conocimiento. Buscad soluciones en conjunto.

Explícale que la violencia no es una opción aceptable y que es fundamental respetar a las demás personas. Intenta fomentar su empatía, haciéndole comprender cómo se siente la víctima y pidiéndole que se ponga en su lugar. **Hazle consciente de la responsabilidad que tiene en el sufrimiento de otras personas y en la importancia de considerar el impacto de sus acciones.**

Hazle ver que no está solo/a y que vas a ayudarlo. Dile que vais a trabajar a la par para detener su conducta agresiva, recordándole en todo momento tu amor y deseo que cambie su comportamiento.

Cuando realice un comportamiento adecuado, empiece a mostrar empatía, etc., **refuerza positivamente**. No dejes de mostrarle tu confianza, disponibilidad y apoyo.

Busca información adicional a través de otros medios, como el centro educativo, la familia o especialistas, para comprender completamente la situación.

Ponte en contacto con el centro educativo para coordinaros y actuar de forma conjunta. Si abordáis juntos las conductas violentas, será más fácil poner fin a este comportamiento perjudicial.

¿Qué consecuencias legales puede sufrir mi hijo/a?

Las consecuencias legales **varían según la gravedad y la jurisdicción**. En entornos escolares, pueden incluir suspensiones o expulsiones. Legalmente, las sanciones van desde órdenes de restricción y servicios comunitarios hasta multas, y en casos graves, prisión. La edad de las personas agresoras influye en las consecuencias legales.

5.3. CÓMO ACTUAR SI MI HIJO/A ES LA PERSONA ESPECTADORA

Si tu hijo/a está presenciando situaciones de acoso escolar, aunque no se involucre, es fundamental abordar la situación de la siguiente manera

Explícale que la violencia no es una opción y que los conflictos deben resolverse a través del diálogo y la comunicación. Hazle entender que **no debe reírse ni apoyar las acciones de las personas agresoras**.

Enseña a tu hijo/a la importancia de romper el silencio para evitar la injusticia en el mundo y cómo este acto de valentía contribuye a un futuro más justo y seguro.

Dale todo tu apoyo y **aclárale que, si informa a una figura docente sobre el abuso, no es un “chivato/a”**. Hazle entender que, en realidad, es un acto valiente y justo, y que ayudar a sus compañeros/as de clase es una responsabilidad que todas las personas deberían asumir.

Haz hincapié en que debe **defender aquello en lo que cree y promover el respeto mutuo** como base para convivir en una sociedad armoniosa.

6. RECURSOS DE APOYO

6.1. RECURSOS A NIVEL NACIONAL

[Save the Children España](#) tiene programas y recursos para la prevención y abordaje del acoso escolar y ciberbullying.

[Fundación ANAR \(Ayuda a Niños y Adolescentes en Riesgo\)](#).

La Fundación ANAR ofrece ayuda a niños y adolescentes en situación de riesgo, incluyendo casos de acoso escolar. Tienen una línea de ayuda telefónica disponible las 24 horas: **900 20 20 10**.

[Asociación Española para la Prevención del Acoso Escolar \(AEPAE\)](#) trabaja en la prevención y sensibilización del acoso escolar.

[Cruz Roja](#) en España trabaja en la prevención del acoso escolar y la promoción de un entorno seguro en las escuelas.

[PantallasAmigas](#) ofrece recursos y consejos sobre el uso seguro y responsable de internet, incluyendo prevención y consejos sobre ciberbullying.

El **Instituto Nacional de Ciberseguridad (INCIBE)** proporciona consejos y recursos para promover un uso seguro de internet para niños y jóvenes: [Internet Segura for Kids](#).

6.2. RECURSOS A NIVEL AUTONÓMICO

Defensor del Menor de la Comunidad Valenciana. Vela por la protección de los derechos de los niños y adolescentes. Pueden ofrecer orientación y apoyo en casos de acoso escolar.

116111 es un teléfono gratuito atendido por profesionales especializados, que funciona ininterrumpidamente las 24 horas de día.

Generalitat Valenciana - Prevención del Acoso Escolar. Tiene información y recursos sobre la prevención del acoso escolar y protocolos de actuación específicos, por ejemplo, para casos de acoso por diversidad funcional.

UNICEF Comunidad Valenciana. Trabaja en la promoción de los derechos de los niños y puede ofrecer recursos y orientación sobre el acoso escolar en la Comunidad Valenciana.

- 963 52 79 66
- com.valenciana@unicef.es

6.3. RECURSOS A NIVEL MUNICIPAL

Servicios Sociales

Servicio de Prevención e intervención con las Familias

Centro Social La Botaia, Calle Santander, nº1

Teléfono: **96 165 31 47**

Correo electrónico: **ssociales@ribarroja.es**

UPCCA (Prevención Conductas Adictivas)

Servicios Sociales

Centro Social La Botaia, Calle Santander, nº1

Teléfono: **96 165 31 47**

Correo electrónico: **ssociales@ribarroja.es**

Guardia Civil

Avda Pacadar 18

Teléfono: **96 277 00 56**

Policía Local

Crta. Villamarxante 117

Teléfono: **96 277 01 51**



AYUNTAMIENTO de
RIBA-ROJA DE TÚRIA

Acción social y
políticas inclusivas



Produce: Ayuntamiento de Ribarroja de Túria | Acción social y políticas inclusivas

Edita: Imagina Bienestar S.L.

Ilustraciones: Álvaro Alonso Bermejo



AYUNTAMIENTO *de*
RIBA-ROJA DE TÚRIA

Acción social y
políticas inclusivas

**SOM
RIU**

