

# ROMPIENDO EL SILENCIO

## Violencia

### BULLYING

#### ¿QUÉ ES?

- Es la repetición de actos ejecutados dentro de una relación desigual de poder que causa intimidación, miedo y daños morales.

#### ¿CÓMO SUCEDE?

- Cuando bajo la forma de broma se ridiculiza con empujones, chismes, risitas, acusaciones injustas y con sobrenombres que avergüenzan.
- Cuando se ofende, aprovecha, humilla, intimida, agrede, roba o se rompen las pertenencias; esto también es *bullying*.



¡ACABEMOS  
CON ESO  
AHORA

## ¿A QUIÉN LE SUCEDE?

- A aquel que es diferente, indefenso, tímido, débil.
- A quien se destaca por tener buenas calificaciones, ser amigable o recibir la aprobación de los adultos.
- A quien tiene características físicas o emocionales que llaman la atención, tales como: ser gordo, flaco, alto, bajo, sensible, etc.

## ¿DÓNDE SUCEDE COMUNMENTE?

- En el ambiente escolar (70%), en la familia (20%), en el vecindario (10%).
- En el ambiente virtual a través de redes sociales, celulares, etc.

## CONSECUENCIAS

- Afecta la salud psicológica y emocional, y deteriora la autoestima. Puede llevar a la depresión, incluso al suicidio.
- Área Cognitiva: desinterés escolar, déficit de concentración y aprendizaje, baja en el rendimiento, inasistencias y deserción escolar.
- Área física: sistema inmunológico débil, estrés, síntomas psicósomáticos y enfermedades fingidas.
- Área Social: dificultad para integrarse, tendencia al aislamiento, evasión de lugares o situaciones donde se puede sentir expuesto.

## SOLUCIONES

- La salida es “abrirse”, o sea, buscar ayuda, comenzando con los padres.
- El padre que tiene un hijo que está atravesando este problema necesita mostrarse disponible y dispuesto a escuchar. No se debe aconsejar a la víctima vengarse de la agresión. Si el problema es en el colegio, es fundamental entrar en contacto con la administración del establecimiento.

# ROMPIENDO EL SILENCIO

