



I.E.P. "STEVE JOBS COLLEGE"

BOLETÍN INFORMATIVO DE SANA CONVIVENCIA Y DISCIPLINA ESCOLAR



"LA CONVIVENCIA SE APRENDE EN CADA ESPACIO, EN FAMILIA, COLEGIO Y EN LA COMUNIDAD".

**LEY 29719 QUE PROMUEVE LA CONVIVENCIA
SIN VIOLENCIA EN LAS INSTITUCIONES
EDUCATIVAS**

“PARA LOGRAR UNA SANA CONVIVENCIA SE NECESITA GESTIÓN DE EMOCIONES, EMPATÍA, TOLERANCIA Y UNA COMUNICACIÓN ASERTIVA”.

Todas las personas tenemos el DEBER de aprender a convivir pacíficamente y lograr un ambiente de confianza, seguro y libre de violencia, en el que se pueda desarrollar plenamente su personalidad y ejercer sus derechos y deberes con libertad y responsabilidad.



El presente boletín tiene como objetivo erradicar y prevenir todo tipo de violencia física, psicológica, sexual o cualquier forma de hostigamiento y acoso entre estudiantes, así mismo te ayudará a reflexionar de lo importante construir una sana convivencia entre compañeros.

Durante tu formación debes enfocar a desarrollarte respetando los siguientes estatutos, establecidos basados en los valores:

- Practicar el respeto recíproco, valorando la dignidad, los derechos, la integridad y en asumir con responsabilidad y conciencia su comportamiento y las consecuencias de sus actitudes negativas.
- Contribuir y practicar la justicia e igualdad de derechos y deberes entendiendo que todos los alumnos deben sentirse valorados.
- Aprender a ser tolerantes, aceptando a los demás, entendiendo que cada ser humano es diferente en sus cualidades, pensamientos, habilidades, sentimientos y que nadie debe ser excluido del grupo.
- Aprender a conocer y a gestionar sus propias emociones.
- Practicar en el trato diario, aprender a conocer sus propias emociones, el sentir por los demás, lograr que la empatía sea una característica del estudiante.

¿Qué sucede si no cumplo con los deberes del buen trato y respeto?

A estas actitudes se le aplicarán medidas correctivas con un sentido formativo para aprender comportamientos pacíficos de relaciones interpersonales, de tal forma mejorar la convivencia.

¿Sabes que es el Bullying?

El bullying o acoso escolar se refiere a un tipo de comportamiento violento e intimidatorio que se ejerce de manera verbal, física o psicológica entre niños y adolescentes durante la etapa escolar. Se trata de una serie de maltratos continuos que son llevados a cabo de manera intencional por uno o varios agresores, con el propósito de agredir, generar inseguridad o entorpecer su desenvolvimiento escolar de la víctima.

¿Sabías que existen tipos de bullying?

- 1. Físico:** Consiste en la agresión directa a base de patadas, empujones, golpes con objetos. También puede ser indirecto cuando se producen daños materiales en los objetos personales de la víctima o robos.
- 2. Verbal:** Es el más habitual, suele ser mediante humillaciones, insultos, menosprecios en público, propagación de rumores falsos, mensajes o llamadas telefónicas ofensivos, lenguaje sexual indecente...entre otros.
- 3. Psicológico:** Se realiza mediante amenazas para provocar miedo, para lograr algún objeto o dinero, o simplemente para obligar a la víctima a hacer cosas que no quiere ni debe hacer.
- 4. Social:** Consiste en la exclusión y en el aislamiento progresivo de la víctima.

Consecuencias en una víctima de bullying

- 1. Salud física:** El estudiante puede comenzar a experimentar dolores de cabeza, problemas digestivos, alteraciones del sueño, todo esto producto de la somatización (manifestar dificultades emocionales a través de malestar orgánico) que podría estar presentando el estudiante.
- 2. Salud mental:** El estudiante podría presentar miedo, soledad, inseguridad, entre otras emociones consecuentes de la violencia recibida, por otro lado, en un nivel mayor de

gravedad, podría presentar un trastorno de estrés post-traumático, ataques de pánico, síndrome ansioso, etc.

3. Autoestima: En la mayoría de las ocasiones la víctima de violencia suele evidencia dificultades en su autoestima, ya que se percibe a sí mismo como inofensivo e incapaz de protegerse a sí mismo, en algunas ocasiones debido a la baja autoestima la víctima llega a percibir que la culpa del acoso es de el/ella mismo (a).

4. Desmotivación: Debido a que el acoso se desarrolla en un ambiente escolar, la víctima podría desarrollar una tendencia a la evitación de asistir al colegio ya que vendría a ser regresar o exponerse al ambiente en el cual fue agredido/violentado de manera física, verbal y/o psicológica.

¿Qué debo hacer si soy víctima de bullying?

1. Habla con tus padres y/o profesores, no te quedes callado(a). Recuerda que no estás solo(a).
2. No respondas a provocaciones, esto empeorará la situación.
3. No sientas vergüenza de lo que te está pasando.
4. Pide ayuda, no tengas miedo, debemos actuar con inteligencia.

¿Qué debo hacer frente al acoso virtual o cyberbullying?

1. No respondas ante mensajes del chat, WhatsApp, Messenger etc. que tengan la intención de lastimarte.
2. Bloquea inmediatamente al remitente, no tienes por qué soportarlo(a).
3. Conversa con tus padres, tutor(a), profesores, psicóloga o persona con quien tengas más confianza sobre lo sucedido.
4. Reporta al usuario que envió esos mensajes, para prevenir reincidencias.

¿Eres un espectador?

Suele ser el grupo mayoritario del aula. Son los compañeros y compañeras de la víctima que conocen la existencia del acoso, pero no participan de ninguna manera, ni para apoyar a la parte acosadora ni para apoyar a la víctima. Ser espectador también te atribuye parte de la culpa de la agresión.

**SI CONOCES ALGÚN COMPAÑERO (A) QUE ACOSA O MOLESTA CONSTANTEMENTE A OTRO(A) ¡DENÚNCIALO! NO SEAS
CÓMPLICE**



¡NO CONFUNDAS!

LA VIOLENCIA NO ES UN JUEGO



DENUNCIAR O QUEJARSE NO ES DE COBARDES, ES DEFENDER TU DERECHO FUNDAMENTAL Y CORREGIR LA SITUACIÓN.

FAMILIA: ¿Cómo puedo prevenir que mi hijo(a) sufra bullying?

1. Mantenga comunicación y una escucha activa con su hijo(a).
2. Trabaje la confianza, promueva y practique la empatía.
3. Anime a su hijo(a) a que practique otra actividad después de la escuela.
4. Interésese por conocer las amistades y compañeros de su hijo(a).
5. Demuestre a su hijo(a) que puede contar con Ud. en todo sentido.
6. Participe en las actividades del colegio.
7. Mantenga comunicación con el tutor de su hijo(a)

