

Debemos de ter en conta que é moi importante detectar o antes posible o problema de Acoso Escolar. O Acoso Escolar mina pouco a pouco a resistencia psicolóxica das vítimas. Co tempo pode dar lugar a síntomas depresivos, trastorno de estrés postraumático, molestias somáticas, diminución da autoestima e outros problemas. O dano psicolóxico pode afectar de xeito significativo sobre o nivel de rendemento escolar. En ocasións os problemas académicos son reflexo de situacións de victimización no colexio.

A prevención e erradicación do Acoso Escolar consiste no compromiso de crear un ambiente seguro, no que os nenos poidan progresar social e academicamente sen sentir temor.

# PREVENCIÓN = SAÚDE



Boletín para nais e pais

## A prevención na casa a mellor axuda

Boletín da Unidade Asistencial de Drogodependencias de Monforte  
Equipo de Prevención



No noso próximo boletín daremos algunhas recomendacións, tanto aos pais coma aos mestres e alumnos, de como debemos de actuar se detectamos indicios de Acoso Escolar.

SUXERENCIAS E COMENTARIOS: [uad@concellodemonforte.com](mailto:uad@concellodemonforte.com)

Si queredes poñervos en contacto con nós, estamos en:

UNIDADE ASISTENCIAL DE DROGODEPENDENCIAS

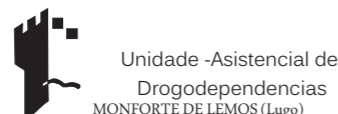
EQUIPO DE PREVENCIÓN

C/Otero Pedrayo s/n

Monforte de Lemos (Lugo)



982 400 495



# ACOSO ESCOLAR

(Bullying ou intimidación)

O Acoso Escolar consiste nun continuado e deliberado maltrato verbal ou modal que recibe un neno/a por parte doutro/a ou outros/as, que se comportan con el/ela cruelmente co obxecto de sometelos, asustalos, intimidalos, ameazalos ou obter algo mediante chantaxe e que atenta contra a dignidade do neno/a e os seus dereitos fundamentais.

Os nenos poden intimidar a outros usando medios máis físicos, nas nenas o acoso maniféstase máis mediante a exclusión social.

A tecnoloxía e os medios de contacto social convertéronse nun novo vehículo deste mal que ampliou o seu alcance. Exemplo diso é o "Acoso Cibernético" (cyberbullying) que se leva a cabo en Internet e con teléfonos móbiles.

## Como detectar se o meu fill@ sofre acoso?

Os síntomas principais aos que todo pai debe poñer atención para detectar Acoso Escolar son:

- . Medo do neno a ir ao colexio.
- . Reticencia do neno a ir ao colexio.
- . Evitación de actividades cos seus compañeiros.
- . Queixas e malestar físico antes de ir ao colexio.
- . Perdas de material escolar ou xogos no colexio.
  - . Non querer ir a clase de ximnasia.
- . Cambios do estado de ánimo: tristura e apatía.
  - . Cambios de personalidade: retraemento.
  - . Comezo do neno de morderse as uñas.

Se vostede notou no seu fillo parte dos síntomas anteriores poden ser indicio de que estea a sufrir unha situación de Acoso Escolar.

## Comenta co teu fill@:

### Queres saber se sofres Acoso Escolar?

Pensa por uns instantes en como é a túa vida escolar. A continuación le a seguinte lista de condutas de Acoso e Violencia Escolar e identifica cuales acontecéronche.


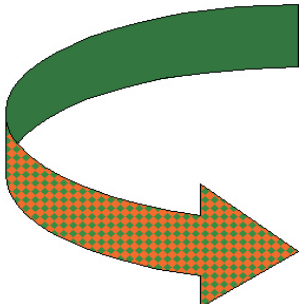
- . Bérranme ou chillan.
- . Fan xestos de burla ou desprezo cara a min.
- . Métense comigo pola miña forma de ser.
- . Búrlanse da miña aparencia física.
- . Acúsanme de cousas que non dixen ou fixen.
- . Contan mentiras acerca de min.
- . Insúltanme.
- . Rinse de min cando me equivoco.
- . Non me falan.
- . Non me deixan falar.
- . Chámanme por alcumes que non me gustan.
- . Non me deixan xogar con eles.
- . Ameázanme con pegarme.
- . Empúrranme.



Se che acontecen con frecuencia as situacións anteriormente mencionadas ou outras situacións similares é moi probable que sexas vítima dunha situación de Acoso e Violencia Escolar.

### Se es unha vítima de Acoso Escolar debes ter moi claro o seguinte:

- . **O Acoso Escolar sempre é inxusto.**
- . Tes toda a razón do mundo cando pensas que o que che fan está mal.
- . Tes todo o dereito do mundo a esixir que os profesores te protexan.
- . Tes todo o dereito do mundo a esixir que os alumnos deixen de maltratarte.
- . Tes todo o dereito do mundo a defenderte. (Pero intenta evitar poñerte ao nivel dos teus acosadores. Non permitas que te fagan violento).
- . Os profesores deberían castigar e amoestar os nenos que acosan, e se non o fan, entón están a actuar mal.
- . Tes dereito a contarllelo aos teus pais, aos teus profesores ou a outros rapaces. Os que deberían avergonzarse son os nenos que acosan.



Fale con el e interésese polos seus medos e preocupacións. No caso de que existan condutas de acoso non trivialice ou reste importancia ás apreciacións e vivencias de sufrimento do seu fillo.

O Acoso Escolar é unha situación grave que pode ter repercusións fatais se é desatendido.

O seu fillo necesita poder contar con vostede e co seu apoio.

