

El bullying, lo paramos entre tod@s. ¡Actúa ya!

Nadie es mejor que yo... y yo no soy mejor que nadie.

Trata a tu compañer@ como quieres que te traten a ti.

Quien trata mal a sus compañer@s es un@ villan@: el resto no le respeta, le tiene miedo.

No eres rar@: eres especial y valios@.

Quiérete tal como eres. Mereces respeto, no desprecio.

Si crees que tú o un compañer@ sufrís acoso, no te calles. Díselo ya a alguien de tu confianza (familia, profesor@s, amig@s, entrenador@...)

Si ves un maltrato y no actúas... tú también eres un@ villan@. No eres un@ chivat@; eres un héroe o heroína.

Si te metes con un@, te metes con tod@s.

Hacer sufrir a alguien no tiene gracia. Es de cobardes y causa mucho daño.

Ningun@ de nosotr@s es tan fuerte como tod@s nosotr@s junt@s.

No te desesperes, el acoso tiene solución.

El bullying, lo paramos entre tod@s. ¡Actúa ya!

¿CÓMO TRABAJAR EL DECÁLOGO CON TU ALUMNADO?

Esta pieza pretende tratar con el alumnado el acoso desde tres perspectivas:

- 1** Desde el prisma de las víctimas: empoderándol@s para **reforzar** su **autoestima**.
- 2** Desde el prisma del acosador/a: trabajando la **empatía**.
- 3** Dotando **herramientas** para que el alumnado sepa detectar las situaciones de acoso y actuar en consonancia.

¡EXPLICA CADA REGLA DESDE SU OBJETIVO!

Objetivo de las reglas que forman el decálogo:

- 1 Empoderar a las posibles víctimas:**
 - Nadie es mejor que yo... y yo no soy mejor que nadie.
 - No eres rar@: eres especial y valios@.
 - Quiérete tal como eres. Mereces respeto, no desprecio.
- 2 Fomento de la empatía en los posibles agresores:**
 - Trata a tu compañer@ como quieres que te traten a ti.
 - Quien trata mal a sus compañer@s es un villan@: el resto no le respeta, le tiene miedo.
 - Hacer sufrir a alguien no tiene gracia. Es de cobardes y causa mucho daño.
- 3 Movilización contra el acoso:**
 - Si ves un maltrato y no actúas... tú también eres un villan@.
 - Si crees que tú o un compañer@ sufrís acoso, no te calles. Díselo ya a alguien de tu confianza (familia, profesor@s, amig@s, entrenador@...)
 - Ningun@ de nosotr@s es tan fuerte como tod@s nosotr@s junt@s.
 - Si te metes con un@, te metes con tod@s.

No te desespere, el acoso tiene solución.