Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

GUÍA PARA EL DOCENTE
Qué debo saber para prevenir el Bullying y/o Ciberbullying en mi aula

Sabías que, Colombia ocupa el puesto 10 con más casos de acoso escolar a nivel mundial, **con un total de 8.981 casos reportados**, esto según la ONG Internacional Bullying Sin Fronteras entre el 2020 y 2021.

Pero ¿qué es y cómo detectarlo?

Acoso escolar (bullying). De acuerdo con el artículo 2 de la Ley 1620 de 2013, es toda conducta negativa, intencional metódica y sistemática de agresión, intimidación, humillación, ridiculización, difamación, coacción, aislamiento deliberado, amenaza o incitación a la violencia o cualquier forma de maltrato psicológico, verbal, físico o por medios electrónicos contra un niño, niña o adolescente, por parte de un estudiante o varios de sus pares con quienes mantiene una relación de poder asimétrica, que se presenta de forma reiterada o a lo largo de un tiempo determinado. También puede ocurrir por parte de docentes contra estudiantes, o por parte de estudiantes contra docentes, ante la indiferencia o complicidad de su entorno.

Recuerda, para hablar de Bullying se debe cumplir siempre con esta regla:

ACCIONES INTENCIONALES:
el estudiante que agrede es consciente que su conducta produce sufrimiento a la víctima.

NO ES UN ACTO ESPORAICO, ES REPETIDO EN EL TIEMPO:
el comportamiento agresivo es reiterado en el tiempo.

BUSCA EL DESEQUILIBRIO EMOCIONAL O DOLOR:
el estudiante que acosa busca dar la imagen, autoestima y estabilidad emocional de su víctima.

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

Ciberacoso escolar (ciberbullying). De acuerdo con el artículo 2 de la Ley 1620 de 2013, es toda forma de intimidación con uso deliberado de tecnologías de información (Internet, redes sociales virtuales, telefonía móvil y video juegos online) para ejercer maltrato psicológico y continuado.

En el ciberbullying funciona la misma formula, la diferencia es que en las redes solo requieres de hacer una acción para que se considera un acto reiterativo ya que en las redes una vez que sale el mensaje se pierde el control.

¡Si el estudiante esta presentado alguno de estos signos, ¡estas a tiempo!

CAMBIOS A NIVEL ACADEMICO:

- Calificaciones bajas.
- Pérdida de interés en las tareas escolares.
- El (la) niño(a) se niega a ir a la escuela.
- Deseo de invisibilizarse.
- Deseos de no ser tomados en cuenta para situaciones de grupo.
- Deseo de no participar en eventos de grupo o sociales.
- Pérdida repentina de amigos.
- Perdida de seguridad en sus participaciones verbales.

SINTOMAS FISICOS:

- Dolores de cabeza o estómago frecuentes.
- Sensación de malestar o simulación de enfermedad.
- Cambios en los hábitos alimentarios, inapetencia, o ataques de ansiedad por comer demasiado.
- Dificultad para conciliar el sueño o pesadillas frecuentes.
- Lesiones inexplicables.
- Perder prendas del uniforme o de vestir.
- Ropa en mal estado rota o sucia.
- Perder sus útiles escolares o libros, dispositivos electrónicos o joyas.

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

CAMBIOS EMOCIONALES:

- Depresión- Tristeza constante.
- Ansiedad- Intranquilidad o sensación de disconfort o incomodidad.
- Dificultades para el aprendizaje.
- Problemas de sueño.
- Rechazo social- Negación a socializar.
- Baja autoestima.
- Autopercepción de baja capacidad física y social- menosprecio de si.

*Tomado de: "Neuro Class" https://neuro-class.com/acoso-escolar-consecuencias-cognitivas-y-emocionales/

IE- Docente

Si tu colegio cuenta con el programa Hermes ¿Sabes porque las mesas de mediación funcionan como una herramienta de atención temprana?

Las mesas de Mediación Escolar se constituyen como una herramienta estratégica para la convivencia pacífica y la construcción de paz, toda vez que la atención temprana del conflicto, es decir cuando se encuentra en sus inicios, evita el escalamiento de este y la generación de consecuencias más graves.

La generación de opciones que construyen las partes que asisten a una mesa de mediación crea una gama de posibilidades de acción orientadas a la solución pacífica de la situación, dónde se propende por el ganar- ganar para cada una de las partes.

De esta manera en el encuentro de mediación los jóvenes en conflicto son escuchados y comprendidos por un par, que genera un orden y propone el respeto clave, que garantiza la libre expresión de los pensamientos y emociones de cada uno, en torno a la situación; garantizando un espacio de dialogo y comprensión del otro.

Como funcionario público ¿Qué hacer y que no frente al Bullying y Ciberbullying?

A continuación, encontrara un documento corto que ha sido extractado de la ley 1620 del 2013 y su decreto reglamentario 1965 del 2013, así como del decreto 1075 de 2015

Es importante poderlo revisar completo para poder generar un marco o contexto.

Pica **aquí** para acceder al documento.

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

LEY 1620/13

Artículo 13. Funciones del comité escolar de convivencia. Son funciones del comité:

5. Activar la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar definida en el artículo 29 de esta ley, frente a situaciones específicas de conflicto, de acoso escolar, frente a las conductas de alto riesgo de violencia escolar o de vulneración de derechos sexuales y reproductivos que no pueden ser resueltos por este comité de acuerdo con lo establecido en el manual de convivencia, porque trascienden del ámbito escolar, y revistan las características de la comisión de una conducta punible, razón por la cual deben ser atendidos por otras instancias o autoridades que hacen parte de la estructura del Sistema y de la Ruta.

Artículo 15. Responsabilidades del Ministerio de Educación Nacional

3. Producir y distribuir materiales educativos para identificar y utilizar pedagógicamente las situaciones de acoso escolar y violencia escolar

4. Incorporar en los procesos de autoevaluación o en los procesos de certificación de calidad de los establecimientos educativos, las variables asociadas a clima escolar, y a la implementación de proyectos pedagógicos para la mitigación de la violencia y acoso escolar

6. Asistir técnicamente a las secretarías de educación certificadas, para que adelanten procesos de actualización y de formación docente sobre temáticas relacionadas con … prevención y mitigación del acoso y la violencia escolar.

Artículo 16. Responsabilidades de las secretarías de educación de las entidades territoriales certificadas. Promover el desarrollo de las competencias ciudadanas, el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos, el fomento de estilos de vida saludable y la prevención del acoso escolar y el Ciberbullying en las jornadas escolares complementarias.

7. Hacer seguimiento y apoyar el reporte de aquellos casos de acoso escolar, violencia escolar y vulneración de derechos sexuales y reproductivos de los niños, niñas y adolescentes denunciados por los establecimientos educativos y hacer análisis de casos y de cifras que les permitan tomar decisiones con base en el desarrollo de la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar, en lo que es de su competencia, con el fin de prevenir y mitigar dichos casos.

Artículo 17. Responsabilidades de los establecimientos educativos en el Sistema Nacional de Convivencia Escolar

3. Desarrollar los componentes de prevención, promoción y protección a través del manual de convivencia, y la aplicación de la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar, con el fin de proteger a los estudiantes contra toda forma de acoso, violencia escolar y vulneración…

7. Desarrollar estrategias e instrumentos destinados a promover la convivencia escolar a partir de evaluaciones y seguimiento de las formas de acoso y violencia escolar más frecuentes.

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

Artículo 18. Responsabilidades del director o rector.

4. Reportar aquellos casos de acoso y violencia escolar y vulneración de derechos sexuales y reproductivos de los niños, niñas y adolescentes del establecimiento educativo, en su calidad de presidente del comité escolar de convivencia, acorde con la normatividad vigente y los protocolos definidos en la Ruta de Atención Integral y hacer seguimiento a dichos casos.

Artículo 19. Responsabilidades de los docentes.

1. Identificar, reportar y realizar el seguimiento a los casos de acoso escolar, violencia escolar y vulneración de derechos sexuales y reproductivos que afecten a estudiantes del establecimiento educativo, acorde con los artículos 11 y 12 de la Ley 1146 de 2007 (Violencia sexual) y demás normatividad vigente, con el manual de convivencia y con los protocolos definidos en la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar.

Si la situación de intimidación de la que tienen conocimiento se hace a través de medios electrónicos, igualmente deberá reportar al comité de convivencia para activar el protocolo respectivo.

DECRETO 1075 DE 2015

GÉNERO COMO FORMA INDIRECTA DE ACOSO

2.3.3.4.3.5. Competencias de las instituciones educativas de preescolar, básica y media. Corresponde a las instituciones educativas de preescolar, básica y media, como instituciones prestadoras del servicio educativo:

2. Revisar el manual de convivencia, a la luz de lo definido en el artículo 2.3.3.4.3.1. del presente Decreto; para promover la equidad de género, crear ambientes escolares protectores de situaciones de violencia y eliminación de las violencias contra las niñas, las adolescentes y las jóvenes.

3. Desarrollar procesos de formación docente que les permita a las y los educadores generar reflexiones sobre la escuela como escenario de reproducción de estereotipos y prejuicios basados en género, para transformarlos en sus prácticas educativas.

5. Orientar a la comunidad educativa sobre el contenido de la Ley 1257 de 2008 y su reglamentación; y la ruta para la atención y protección de los casos de violencias basadas en género, específicamente violencias contra las mujeres.

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

6. **Reportar**, a través del rector o director de la institución educativa, al ICBF, a la Comisaría de Familia, a la Fiscalía General, a la secretaría de educación o a la autoridad que corresponda, los casos de violencias de género identificados de conformidad con los artículos 44.9 de la Ley 1098 de 2006 y 11 y 12 de la Ley 1146 de 2007.

7. Identificar y reportar a la secretaría de educación, a través del rector o director de la institución educativa, los casos de deserción escolar relacionados con cualquier forma de violencia contra las mujeres y hacer seguimiento a través de los sistemas de información que disponga el Ministerio.

Artículo 2.3.3.4.5.4. Estructura y Contenido. Los establecimientos educativos de preescolar, básica y media determinarán los contenidos de la Cátedra de la Paz, los cuales deberán estar orientados al logro de los objetivos consagrados en el parágrafo 2° del artículo 1 de la Ley 1732 de 2014 y en el artículo 2.3.3.4.5.2. del presente Decreto y deberán desarrollar al menos dos (2) de las siguientes temáticas:

d) Resolución pacífica de conflictos.
e) Prevención del acoso escolar.
f) Diversidad y pluralidad

Artículo 2.3.5.4.2.5. Definiciones. Para efectos del presente Título se entiende por:

4. Acoso escolar (bullying). De acuerdo con el artículo 2° de la Ley 1620 de 2013, es toda conducta negativa, intencional metódica y sistemática de agresión, intimidación, humillación, ridiculización, difamación, coacción, aislamiento deliberado, amenaza o incitación a la violencia o cualquier forma de maltrato psicológico, verbal, físico o por medios electrónicos contra un niño, niña o adolescente, por parte de un estudiante o varios de sus pares con quienes mantiene una relación de poder asimétrica, que se presenta de forma reiterada o a lo largo de un tiempo determinado. También puede ocurrir por parte de docentes contra estudiantes, o por parte de estudiantes contra docentes, ante la indiferencia o complicidad de su entorno.

5. Ciberacoso escolar (ciberbullying). De acuerdo con el artículo 2° de la Ley 1620 de 2013, es toda forma de intimidación con uso deliberado de tecnologías de información (Internet, redes sociales virtuales, telefonía móvil y videojuegos online) para ejercer maltrato psicológico y continuado.

Artículo 2.3.5.4.2.6. Clasificación de las situaciones. Las situaciones que afectan la convivencia escolar y el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos, se clasifican en tres tipos:

2. Situaciones Tipo II. Corresponden a este tipo las situaciones de agresión escolar, acoso escolar (bullying) y ciberacoso (Ciberbullying), que no revistan las características de la comisión de un delito y que cumplan con cualquiera de las siguientes características:

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

a) Que se presenten de manera repetida o sistemática;
b) Que causen daños al cuerpo o a la salud sin generar incapacidad alguna para cualquiera de los involucrados.

Artículo 2.3.5.4.2.9. De los protocolos para la atención de situaciones tipo II.
Los protocolos de los establecimientos educativos para la atención de las situaciones tipo II, a que se refiere el numeral 2 del artículo 2.3.5.4.2.6 del presente Decreto, deberán desarrollar como mínimo el siguiente procedimiento:

7. El presidente del Comité Escolar de Convivencia informará a los demás integrantes de este comité, sobre la situación ocurrida y las medidas adoptadas. El comité realizará el análisis y seguimiento, a fin de verificar si la solución fue efectiva o si se requiere acudir al protocolo consagrado en el artículo 2.3.5.4.2.10 del presente Decreto.

9. El presidente del Comité Escolar de Convivencia reportará la información del caso al aplicativo que para el efecto se haya implementado en el Sistema de Información Unificado de Convivencia Escolar

Artículo 2.3.5.4.2.14. Acciones del componente de seguimiento. El componente de seguimiento se centrará en el registro y seguimiento de las situaciones de tipo II y III de que trata el artículo 2.3.5.4.2.6. del presente Decreto a través del Sistema de Información Unificado de Convivencia Escolar.

AQUÍ LE CONTAMOS COMO EL COMITÉ DE CONVIVENCIA DE SU INSTITUCIÓN PUEDE APOYARLO FRENTE A SITUACIONES DE ACOSO Y CIBERACOSO

Es importante que sepa que el Comité de Convivencia debe desarrollar los componentes de prevención, promoción y atención atreves del manual de convivencia, y promover actividades encaminadas a reforzar la convivencia en las instituciones educativas.

Artículo 26. Acciones o decisiones. El Comité Escolar de Convivencia, en el ámbito de sus competencias, desarrollará acciones para la promoción y fortalecimiento de la formación para la ciudadanía y el ejercicio de los Derechos Humanos, sexuales y reproductivos; para la prevención y mitigación de la violencia escolar y el embarazo en la adolescencia; y para la atención de las situaciones que afectan la convivencia escolar y el ejercicio de los Derechos Humanos, sexuales y reproductivos a partir de la implementación, desarrollo y aplicación de las

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

estrategias y programas trazados por el Comité Nacional de Convivencia Escolar y por el respectivo Comité municipal, distrital o departamental de Convivencia Escolar, dentro del respeto absoluto de la Constitución y la ley (Ley 1620/2013). Haz click en este enlace

SABE QUÉ ES EL REGISTRO DE CASOS Y CÓMO DEBE SER DILIGENCIADO?

Desde la ley 1620 del 2013 se realiza un llamado importante para que una vez los casos de acoso escolar y ciberacoso sean identificados se lleve a cabo el registro que solventa parte del debido proceso. El instrumento denominado “Registro de caso” es un documento que debe contener los numerales del 1 al 7 que a continuación describe el Articulo 34. (el documento no tiene un formato especifico, solo se solicita que la información si se encuentre consignada de manera completa y detallada). Encuentra aquí el articulo 34 con los numerales del 1 al 7.

“Artículo 34. Información para el reporte al Sistema de Información Unificado de Convivencia Escolar. Para garantizar la identificación, registro y seguimiento, de las situaciones de tipo II y III de las que trata el artículo 40 del presente Decreto, el Sistema de Información deberá, sin perjuicio de la información adicional que sea identificada como necesaria en su proceso de diseño, contener como mínimo los siguientes datos: 1. Lugar, fecha y forma en que fue reportado el caso a las entidades que conforman el Sistema Nacional de Convivencia Escolar, (verbal o escrita). 2. Entidad del Sistema Nacional de Convivencia Escolar que asumió el conocimiento del caso. 3. Identificación y datos generales de las partes involucradas. 4. Descripción de los hechos que incluya condiciones de tiempo, modo y lugar. 5. Acciones y medidas de atención adoptadas por las entidades del Sistema Nacional de Convivencia Escolar frente a las situaciones reportadas. 6. Seguimientos programados y realizados, al caso concreto, por parte de las entidades que integran el Sistema Nacional de Convivencia Escolar” Ley 1620/13.

AQUÍ ENCONTRARÁ UNA SERIE DE OPCIONES DE SENSIBILIZACIÓN PARA PREVENIR LA APARICIÓN DEL BULLYING Y CIBERBULLYING

Para las IE educativas que cuentan con el Programa Hermes, algunas de estas opciones pueden ser desarrolladas por jóvenes mediadores en eventos masivos o direcciones de grupo

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

1. Sensibilizar, concienciar y dotar de herramientas a la institución escolar y al cuerpo docente

Es necesario sensibilizar a las propias instituciones educativas y a los docentes, que en muchos casos carecen de suficientes conocimientos sobre el acoso escolar para poder detectarlo. Además aunque afortunadamente cada vez ocurre menos, en algunos casos se ignoran activamente las situaciones de acoso permitiendo su ocurrencia sin que tenga repercusiones (con frases como “son cosas de niños”).

Hacer reuniones formativas para los profesionales de la IE, enseñarles a detectar casos e indicios de abuso y la importancia de actuar contra ello y elaborar o seguir protocolos al respecto es fundamental.

2. Involucrar al grupo de compañeros de clase

Los momentos de clase son el contexto donde habitualmente ocurren los actos de agresión, existiendo gran número de testigos del acto que presencian o incluso participan en la agresión. De hecho, a menudo el agresor repite el acoso ya que ello le proporciona aceptación o atención por parte del resto de sus iguales. Es por ello que es extremadamente importante trabajar con el conjunto del grupo clase para prevenir el bullying (acoso), haciendo que la reacción hacia el acoso sea negativa y no prosperen actitudes violentas e intolerantes.

3. No hacer del bullying (acoso) un tabú

Es frecuente que se tenga al Bullying (acoso) y ciberbullying (ciberacoso) como un fenómeno desagradable del que no se suele hablar abiertamente y que se tiende a ocultar, pudiendo esto hacer que los propios alumnos no sepan reconocerlo. Para combatir este silencio es necesario hablar abiertamente de lo que supone el bullying organizando clases donde se hable respecto a éste, sus consecuencias tanto a corto como largo plazo y se planteen posibles medidas para evitarlo.

4. Educación emocional y educación en valores

Una de las formas más directas de prevenir actos de acoso escolar es mediante la aplicación de planes de acción tutorial en que tengan cabida elementos centrados en la educación emocional y en valores de los alumnos. Trabajar valores como la tolerancia o el respeto es fundamental, así como enseñar a gestionar y expresar las propias emociones (cosa que a su

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

vez facilita la adquisición de la empatía). Un ejemplo de actividad que puede favorecerlo es mediante la representación teatral de diferentes situaciones, la visualización de películas que traten el tema en toda su crudeza o la discusión en torno a momentos o temas importantes para cada niño, niña o adolescente.

5. Realización de actividades cooperativas

Para despertar la empatía del grupo y favorecer que no florezca el acoso es de gran utilidad llevar a cabo actividades grupales en las que el conjunto de la clase tenga que trabajar junto, estableciendo relaciones entre ellos para lograr un objetivo común. La realización de juegos grupales o de proyectos en que se tengan que coordinar todos los componentes del grupo es un buen ejemplo de ello.

6. Evitar hacer mediación entre acosado y acosador

La idea de la mediación es una práctica de gran utilidad y muy positiva para hacer frente a conflictos mantenidos entre dos partes consideradas iguales entre sí. Sin embargo está contraindicada en casos de acoso escolar comprobado, ya que en esta situación existe una relación desigual entre agredido y agresor que no permitirá un correcto funcionamiento de la práctica. De esta manera desde el programa Hermes creemos firmemente que la mediación escolar ayuda a la prevención de escalamiento del conflicto como una acción pedagógica con saldo positivo para las partes.

7. Trabajo con la parte agredida

El sujeto agredido debe ser atendido de tal forma que no se sienta abandonado sino apoyado y acompañado, haciéndole ver que se están haciendo cosas para solucionar su situación. Es imprescindible que exprese sus emociones, sentimientos, pensamientos y dudas sin ponerlos en tela de juicio, mediante métodos como por ejemplo la “Silla Vacia”, *“La Silla Vacía es una técnica que proviene de la utilización de una silla real (vacía), en la cual el niño, niña o adolescente “sentará” imaginariamente a la persona o situación con la cual siente que posiblemente existe bullying o Ciberbullying, para posteriormente establecer un diálogo honesto, que implique la expresión de emociones y pensamientos que favorezcan la descarga de los mismos dentro de la situación. Es conveniente que la técnica sea desarrollada por un profesional con experiencia en su aplicación”.* O juegos de role-playing.

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

8. Las familias: comunicación y participación

Las familias de los alumnos tienen también un importante papel a la hora de contribuir a detectar y tratar casos de acoso. Es imprescindible la existencia de una comunicación fluida entre la institución educativa y la familia, de tal modo que ambos núcleos tengan información respecto a la situación del menor. Así mismo, es de gran importancia, asesorar a las familias y enseñarles diferentes pautas educativas que permitan mejorar la situación del menor (sea del agredido o del agresor). De igual manera puede ser necesario también recurrir a la vía penal para resolver el caso.

9. Tener en cuenta a la parte agresora

Uno de los errores más comunes que se llevan a cabo durante las intervenciones en caso de acoso escolar es el hecho de centrarse únicamente en la parte agredida. Si bien se trata del elemento que mayor atención ha de recibir una vez establecido el acoso, también es necesario el trabajo con el agresor si queremos solucionar el caso de bullying (acoso) y que cesen las agresiones. Es necesario hacerle ver las posibles consecuencias de sus actos (por ejemplo, haciéndole entender cómo debe sentirse la víctima) e intentar despertar en él empatía y compromiso.

10. Creación de métodos de denuncia anónima

A menudo muchos menores no se atreven o no quieren denunciar casos que han visto o vivido por miedo a posibles represalias o porque no quieren que se sepa que han sido ellos quienes han informado. Es necesario dejar claro a los menores que aquellos que denuncian el acoso escolar no son delatores, sino que están colaborando para que una o varias personas dejen de sufrir sus efectos. En cualquier caso, resulta de gran utilidad crear métodos de denuncia anónima de tal manera que cualquiera pueda informar de un caso sin que se le pueda identificar. Un ejemplo es un buzón virtual de denuncia anónima.

11. Fijar protocolos y procedimientos de evaluación e intervención e incluirlos en el plan docente

Si bien hoy en día la mayoría de instituciones educativas ya lo hace, es imprescindible que se dispongan de protocolos claros y concisos que expliquen qué procedimientos hay que llevar cabo en casos de acoso. También se recomienda el uso de test y encuestas de valoración.

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

12. Terapia psicológica

El uso de la terapia psicológica puede resultar fundamental para superar las consecuencias del Bullying (acoso) o ciberbullying (ciberacoso), especialmente en lo que se refiere al sujeto agredido. Por este medio se pueden realizar diversas técnicas que contribuirán a aumentar la autoestima del afectado, enseñarle habilidades sociales y mecanismos para hacer frente a conflictos, ayudarle a expresarse y contribuir a que desaparezcan o disminuyan la apatía, ansiedad, sensaciones de indefensión y desesperanza o posibles trastornos depresivos o de personalidad derivados del bullying.

13. Hacer seguimiento

Aún si un caso parece resuelto, es necesario realizar un seguimiento continuado a lo largo del tiempo con el fin de comprobar que el acoso ha cesado por completo y no vuelve a repetirse, así como posibles consecuencias del acoso a medio y largo plazo. Establecer reuniones periódicas con el agredido y el agresor (por separado) al menos durante los tres meses posteriores al cese del acoso y mantener la comunicación con las familias es esencial.

*Tomado de: https://psicologiaymente.com/social/soluciones-al-bullying

DESCUBRA AQUÍ CUAL ES EL ROL DE LOS ESTUDIANTES MEDIADORES DEL PROGRAMA HERMES, QUIENES ACOMPAÑAN EL PROCESO DE PREVECIÓN DEL BULLYING (ACOSO),CIBERBULLYING (CIBERACOSO), EN LAS I.E

Que es la mediación desde el programa Hermes:

Escucha de la voz de estudiantes mediadores formados en el programa Hermes, los beneficios del ejercicio pedagógico y los alcances de este; en el siguiente link

NOTA: Si en su IE aun no cuenta con el Programa Hermes, de la Cámara de Comercio de Bogotá, y quisiera información de los pasos a seguir para solicitarlo, lo(a) invitamos a picar el siguiente link que lo(a) orientara de forma muy sencilla.zar con el proceso de solicitud.

Línea de Atención al Cliente: (601) 383 0330
Desde celulares: #383 / infocac@ccb.org.co
www.centroarbitrajeconciliacion.com
Bogotá, Colombia

Una vez se encuentre en el sitio, haga click, en el numeral “1. Formación y certificación en mediación estudiantil”, para comenzar con el proceso de solicitud.

El presente documento, las metodologías expuestas en él, los procedimientos, el “know-how”, y las técnicas e información que se presentan, son de propiedad de la CCB y está protegidos por las leyes nacionales e internacionales en materia de propiedad intelectual e industrial por lo que cualquier reproducción o alteración no autorizada del mismo acarreará las sanciones establecidas en la ley.