

## ESTUDIANTE:

### ¿Qué hago si soy víctima de Bullying?

- Pide ayuda. Reporta el incidente a tu tutor(a) o persona que más confianza tengas.
- Habla con tus padres y/o profesores.
- No te calles, no estás solo (a).
- No respondas a las provocaciones. Eso empeora la situación.
- Evita lugares aislados. No sientas vergüenza. Lo que te está pasando no está bien ni es normal.

### ¿Qué debo hacer frente al acoso virtual o cyberbullying?

- No respondas a mensajes que tratan de hacerte sentir mal.
- Conversa con tu profesor, tutor(a) o persona con quien tengas más confianza.
- Bloquea el remitente. No tienes por qué soportarlo(a).

## FAMILIA:

### ¿Cómo puedo prevenir que mi hijo(a) sufra de violencia escolar?

- Converse con él/ella.
- Anímalo(a) a que haga deportes u otras actividades sanas/sociales después de clase.
- Conoce a sus amigos(as).
- Demuéstrale que puede contar contigo.
- Participa de las actividades de la escuela de tu hijo(a).
- Pregunta en su colegio como trabaja el comité de tutoría y convivencia.



En nuestra I.E.P “JUAN MEJÍA BACA” hemos elaborado de manera consensuada las normas de convivencia, que se encuentran incorporadas en nuestro reglamento interno, que nos brindan una serie de recomendaciones y recursos con la finalidad de propiciar y garantizar un ambiente de sana convivencia escolar.

A continuación, citamos algunos puntos importantes.

Mostrar respeto a todo el personal de la institución educativa.

No agredir (física y verbalmente) a sus compañeros(a).

No poner apodos ni sobre nombres a sus compañeros(a).

Asistir puntual y correctamente uniformado(a), observando presentación personal de acuerdo a lo estipulado en el reglamento interno.

Conservar el mobiliario y materiales en general de la institución educativa, responsabilizándose de la reparación del daño que ocasione.

Mantener las aulas, patios, servicios higiénicos y demás ambientes permanentemente limpios, utilizando para ello las papeleras y/o basureros instalados en el local.

No apropiarse de prendas y/o útiles de los(a) demás estudiantes de la institución.



Juan Mejía Baca  
COLEGIO PRIVADO

## BOLETÍN INFORMATIVO SOBRE NORMAS Y PRINCIPIOS DE LA SANA CONVIVENCIA Y DISCIPLINA ESCOLAR



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

Si conoces algún caso de acoso escolar, visítame y juntos FRENAREMOS el Bullying.

OFICINA: TOE Y PSICOLOGÍA

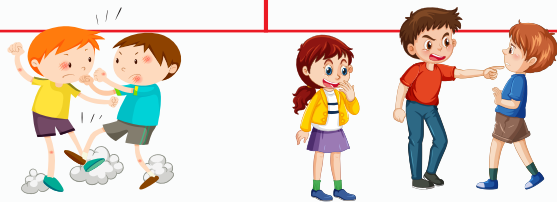




En cumplimiento con la ley N° 29719 y su reglamento, la I.E.P JUAN MEJÍA BACA cumple con hacerles llegar a ustedes el presente boletín informativo con el objetivo de difundir normas y principios de una sana convivencia escolar que contribuya a eliminar todo tipo de violencia física, psicológica, sexual o toda forma de hostigamiento y acoso (Bullying) entre estudiantes.

### Diferencia entre violencia escolar y bullying

BULLYING	VIOLENCIA ESCOLAR
Dirigido a una sola persona.	Dirigido a más personas.
Agresiones por un tiempo prolongado.	Las agresiones duran poco tiempo.
Existe un desequilibrio de poder físico, social o psicológico entre el acosador y su víctima.	Puede ser maltrato físico, emocional o económico.
Se maneja siguiendo los pasos de resolución de conflictos.	Se necesitan estrategias específicas.



### ¿De qué tipo de agresiones estamos hablando?

- ✓ **Físicas:** Ejemplo, patadas, empujones, puñetes.
- ✓ **Psicológicas:** Ejemplo, amenazas, burlas, chismes.
- ✓ **Sexuales:** Ejemplo, insinuaciones y tocamientos.
- ✓ **Verbales:** Ejemplo decir cosas desagradables de la otra persona.
- ✓ **Virtuales:** Ejemplo decir cosas desagradables de la otra persona vía WhatsApp, Facebook, mensajes de texto, entre otros.
- ✓ **Con armas:** Ejemplo, uso de cuchillos y armas de fuego.
- ✓ **Robos:** Ejemplo, que te quiten dinero, comida.

### ¿Quiénes están involucrados en la violencia escolar?

- ✓ La persona agredida, quien sufre el maltrato.
- ✓ El o los agresores, responsable del maltrato.
- ✓ Los (as) observadores (as), testigos de la agresión (cara a cara o a través de internet y/o celulares).

### Causas

No hay una única causa que explique la violencia escolar. Los expertos internacionales dicen que las siguientes características incrementan el riesgo de una persona de ser afectada por este tipo de violencia.

**Individual:** Por ejemplo, baja autoestima, impulsividad, fracaso escolar, pocas habilidades sociales y egocentrismo.

**Familiar:** Por ejemplo, prácticas de tiempo escaso compartido con la familia y escasa comunicación.

**Escolar:** Por ejemplo, normas de convivencia confusas, falta de liderazgo institucional, ausencia de educación en ciudadanía y falta de respeto y autoridad del profesorado.

**Comunidad:** Por ejemplo, escasas oportunidades económicas, violencia urbana, bajos niveles de participación.

### Consecuencias

La violencia escolar, en particular, no solo afecta la concentración y los aprendizajes de los escolares, sino que incrementan las tasas de ausentismos y la deserción escolar, lo que perjudica su futuro profesional y económico.

Las tres formas más comunes de violencia escolar son:

**Castigo corporal:** Bajo rendimiento escolar, lesiones físicas e incluso la muerte. A largo plazo, este tipo de castigo esta orientado con la violencia doméstica, depresión y consumo excesivo de alcohol.

**Violencia sexual:** Las víctimas sufren traumas físicos y psicológicos y corren el riesgo de infecciones de transmisión sexual, incluido el VIH. Las niñas también pueden enfrentarse a las consecuencias de un embarazo no deseado, el aborto, estigma social y verse obligadas a abandonar la escuela.

**Intimidación:** También llamado Bullying, acoso u hostigamiento escolar: por ejemplo, impacto negativo en la autoestima, soledad, vergüenza, ansiedad y hasta tendencias suicidas.

