

# Romper o silencio:

Se non o fixeches aínda, cóntallelo aos teus pais. Só se o contas poderán axudarte, comprenderte e protexerte.

Ás veces os nenos e nenas con acoso non queren contar na casa o que lles pasa. Isto pode acontecer por vergoña, ou por medo. Como vítima pode que teñas medo a que os teus pais falen cos profesores e o problema empeore.

Quizais temas que te chamen acusón no colexio, ou pode que mesmo te ameazasen con facer algo malo se o contas.

En ambos os dous casos, para que o acoso remate terás que romper o silencio. Recorda que se o gardas en segredo para ti, estarás a facer xusto o que os acosadores queren, pois non haberá ninguén que poida axudarche.

Cando no colexio che fagan algo que estea mal, acode aos teus profesores. Pode que os teus acosadores te chamen acusón, pero se non o fas tamén te insultarán ou te molestarán doutras formas. Se te van insultar igualmente, é mellor que polo menos non se saian coa súa.

Acode tantas veces aos teus profesores como sexa necesario.



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

# 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



Como vos comentamos no anterior Boletín intentamos darvos algunhas recomendacións, tanto aos pais coma aos mestres e alumnos, de como debemos actuar se detectamos indicios de Acoso Escolar.

É imprescindible protexer a vítima e sancionar as condutas de acoso. Pola contra, negar o problema ou mirar a outro lado pode ter efectos difíciles de remediar.

Os principais motivos polos que hai que evitar mirar a outro lado son os seguintes:

- O acoso pode xerar graves danos psicolóxicos ás vítimas que ás veces chegan ata o suicidio do neno acosado.
- Os agresores aprenden que a violencia non ten consecuencias e aprenden a comportarse violentamente máis tarde na súa vida adulta. Distintos estudos demostraron que un número importante dos acosadores cuxa conduta non foi sancionada nin redirixida rematan converténdose en adultos violentos e criminais (Olweus, 2011; Temcheff, Serbin, 2008).
- Cando non se toman medidas aumenta o número de alumnos que participan de condutas violentas.

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

Boletín de formación e información para nais e pais - Xuño 2015

## ÁS VÍTIMAS:

- Informa os teus profesores e os teus pais cada vez que se produza unha conduta de acoso escolar.
- Comeza a anotar diariamente nun documento todas as condutas de maltrato que recibises.
- Pide aos teus pais que comuniquen a túa situación ao colexio **POR ESCRITO**.
- Se as condutas acontecen cando os profesores non están acostuma te a levar todos os días ao colexio o teu móbil en función de gravar.
- Non borres as mensaxes que che envíen e ensínallos aos teus pais ou profesores.

## AOS PROFESORES E CENTROS:

- Adopten un Protocolo (oficial e validado) contra o Acoso Escolar. (Cando detecten condutas de acoso ou fustrigamento recorrentes cara a un alumno poñan en marcha un Protocolo contra o Acoso Escolar debidamente validado e acreditado).
- Informe en cada aula a comezos de cada curso de que non se tolerarán condutas de violencias e acoso escolar.
- Achegue un listado de condutas non admitidas.
- Adopte un réxime de sancións contra as condutas de acoso. As sancións deben ser acordes á gravidade da situación e á frecuencia con que se desen.
- Instrúa os profesores para que sancionen ou amoesten as situacións leves de violencia acontecidas durante as clases. Isto transmite unha mensaxe de **TOLERANCIA CERO** das condutas de acoso ao alumnado.
- Nunca deixen pasar unha conduta de acoso por sutil que sexa, porque estarán a dar un consentimento informal para que esa conduta se repita.
- Avalíe trimestralmente os niveis de violencia psicolóxica e física do centro con probas debidamente validadas. A avaliación desincentiva a violencia.
- Protexan as vítimas e sancionen as condutas de acoso.
- **EVITEN MEDIDAS IMPROVISADAS NON RECOMENDADAS POR PROTOCOLOS OFICIAIS** (Eviten a "mediación", os acareos entre vítimas e agresores, non esperen que os agresores confesen abertamente, eviten os castigos colectivos,...).

## Orientacións sobre o acoso escolar



## AOS PAIS:

- Informe o colexio **POR ESCRITO** (burofax, copia selada por rexistro, email...) das condutas de acoso escolar que se producen.
- En colaboración co seu fillo anote nun documento cada nova conduta.
- Siga informando o colexio con frecuencia polo menos quincenal mentres se sigan producindo condutas de acoso.
- Solicite como medida a implantación dun Protocolo Validado contra o acoso escolar.
- Se o colexio nega a situación facilite un móbil con gravadora ao seu fillo onde quede rexistrado calquera incidente acontecido.
- Solicite a un especialista unha avaliación do acoso escolar e presente o informe no centro.
- Nos casos en que o centro escolar non protexe a vítima malia as anteriores medidas é aconsellable denunciar a situación e informar as administracións convenientes.

