



SI VES UN CASO DE BULLYING

NO MIRES HACIA OTRO LADO,
TU AYUDA PUEDE CAMBIARLO TODO

LAS FORMAS DEL BULLYING

Físico

Agresiones físicas como empujones o patadas

Verbal

Insultos, burlas, gritos

Psicológico

Amenazas, intimidación

Social

Aislamiento, poner a otros en su contra

Ciberbullying

Compartir fotos o vídeos vergonzosos, difundir rumores, suplantar la identidad, usar la IA para crear vídeos falsos

SI ERES TESTIGO, ERES PARTE DE LA SOLUCIÓN

SI VES UN CASO DE BULLYING EN DIRECTO

No te rías ni lo compartas

- Ponte a su lado
- Intenta sacarla de la situación

Acércate a la persona que lo sufre

- No lo grabes
- No envíes fotos, vídeos o audios sobre la persona

NO TE ENFRENTES AL AGRESOR SI NO ES SEGURO

¿A QUIÉN PUEDES ACUDIR?

Tutor/a o profesores/as

Orientador/a del centro

Jefatura de estudios o dirección

Familia

NO ES CHIVARTE, ES PROTEGER

SI NO QUIERES CONTARLO EN PERSONA PUEDES:

Buzón anónimo

Si hay en mi centro

Correo electrónico

de algún profesor/a

Escribir una nota

y dejarla en dirección, jefatura o al profe que más confíe



EN TU CLASE, EL SILENCIO PROTEGE AL AGRESOR



AYUDAR A LA VÍCTIMA PUEDE CAMBIARLE LA VIDA

TU VOZ PROTEGE A LA VÍCTIMA