



CIBERBULLYING

¿Qué es y cómo enfrentarlo?

Psicóloga Educacional





¿QUÉ ES EL CIBERBULLYING?

El ciberbullying es el acoso o maltrato que ocurre a través de dispositivos digitales, como redes sociales, mensajes de texto y juegos en línea.



TIPOS DE CIBERBULLYING

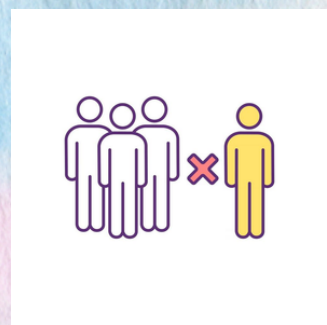
INSULTOS O BURLAS EN
LÍNEA.



DIFUSIÓN DE RUMORES.
AMENAZAS A TRAVÉS DE
MENSAJES.



EXCLUSIÓN DE GRUPOS EN
REDES SOCIALES.



CÓMO IDENTIFICAR EL CIBERBULLYING

- CAMBIOS EN EL COMPORTAMIENTO (TRISTEZA, AISLAMIENTO).
- MIEDO A USAR DISPOSITIVOS.
- EVITAR ACTIVIDADES EN LÍNEA QUE ANTES DISFRUTABA.





CONSECUENCIAS DEL

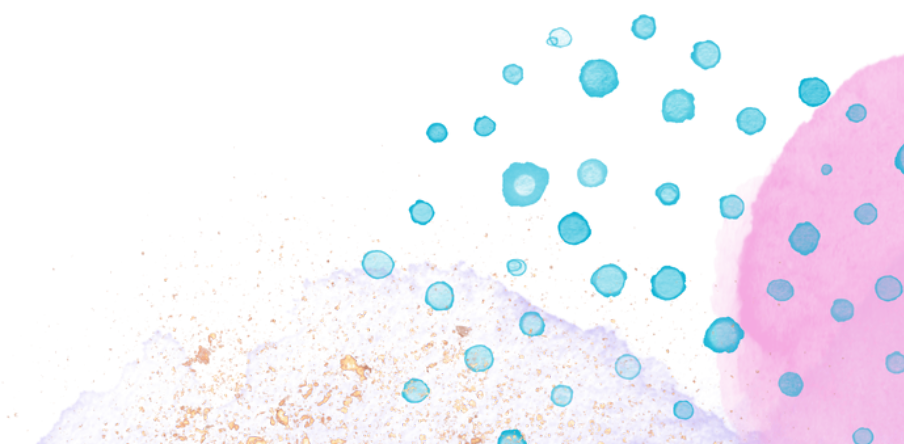
CIBERBULLYING

**PROBLEMAS EMOCIONALES
(ANSIEDAD, DEPRESIÓN).**

**DIFICULTADES EN LA
ESCUELA.**



PÉRDIDA DE AUTOESTIMA.





CÓMO ACTUAR SI ERES VÍCTIMA

**HABLA CON UN ADULTO DE
CONFIANZA. (PADRE /
MADRE/ PROFESOR /
CONVIENCIA ESCOLAR)**

**NO RESPONDAS A LOS
AGRESORES.**

**GUARDAR LAS PRUEBAS Y
ENTREGARLAS A LOS ADULTOS
RESPONSABLES**

¿CÓMO AYUDAR A OTROS?

**SÉ UN BUEN AMIGO:
APOYA A QUIENES
ESTÁN SIENDO
ACOSADOS.**

**No seas espectador: Comunica
de inmediato, si presencias
ciberbullying.**





APOYO PSICOLÓGICO

- Técnicas de Manejo Emocional
- Grupos de Apoyo: Forma grupos donde los estudiantes puedan compartir sus experiencias y aprender de las vivencias de otros.

ESTRATEGIAS DE CONVIVENCIA

- Fomentar la Empatía
- Proyectos de Clase (realizar actividades grupales)
- Reconocimiento del Buen Comportamiento

RECURSOS EDUCATIVOS

- Talleres de Prevención
- Guías Informativas: Crea folletos o documentos que expliquen qué es el ciberbullying
- Focus Groups

INVOLUCRAMIENTO FAMILIAR

- Talleres para Padres: Realizar talleres informativos para padres sobre cómo identificar signos de ciberbullying y cómo apoyar a sus hijos si se ven enfrentados ante esta eventualidad.
- Orientar a los padres y proporcionar recursos sobre cómo tener conversaciones abiertas y efectivas con los hijos sobre su vida digital.

RECURSOS Y APOYO



TODOS TENEMOS EL PODER DE DETENER EL CIBERBULLYING.



¡Hablemos y apoyémonos!

Psicóloga Educacional