



FICHA DE TRABAJO SOBRE EL ACOSO ESCOLAR

CON ESTE TRABAJO TE ANIMAMOS A BUSCAR INFORMACIÓN, PENSAR, REFLEXIONAR Y CAMBIAR LA VIOLENCIA Y EL ACOSO ESCOLAR. SEGURO QUE EN ALGUNA OCASIÓN TE HA PASADO A TÍ, TANTO DE FORMA PUNTUAL O DE FORMA CONSTANTE. AHORA TE TOCA SABER UN POCO MÁS Y HACERTE RESPONSABLE DE TU CAMBIO Y DE AYUDAR A OTROS. CONTAMOS CONTIGO. TE OFERECEMOS ESTE TRABAJO PORQUE CONFIAMOS EN TÍ.

Nombre del alumno/a: _____

Curso: _____

Fecha: _____

BUSCA INFORMACIÓN, PIENSA Y REFLEXIONA:

VIDEO EXPLICATIVO: [Eso no se pregunta: Acoso escolar](#)

PÁGINA WEB: <https://www.anar.org/?s=ACOSO+ESCOLAR>

VIDEOS DE SENSIBILIZACIÓN:

[Campaña contra el acoso escolar #StopSilencio](#)

[Vídeo sobre bullying Friends - YouTube](#)

[G.S. San Cristobal 170 - Nunca Le Pedi Perdon.mov](#)

RECURSOS RECOMENDADOS (para ver en clase o en casa):

- Video corto:
 - [Vídeo sobre bullying Friends - YouTube](#)
 - [G.S. San Cristobal 170 - Nunca Le Pedi Perdon.mov](#)
 - [El acoso escolar contado por estudiantes](#)
 - [#ActivaTuPoder para evitar el acoso escolar](#)

- Web de apoyo: [Fundación ANAR – www.anar.org](http://www.anar.org)

 1. ¿Qué es el acoso escolar?

Define con tus palabras qué es el acoso escolar:

Enumera y explica brevemente los tipos de acoso:

- Físico: _____
- Verbal: _____
- Psicológico: _____
- Social: _____
- Ciberacoso: _____

 2. Consecuencias del acoso escolar

a) Para la víctima:

Escribe al menos **3 consecuencias** que puede sufrir una persona acosada.

1. _____
2. _____
3. _____

b) Para la persona que acosa:

Escribe al menos **2 consecuencias** que puede tener el acosador.

1. _____
2. _____

 3. ¿Cómo detectar el acoso?

Escribe 3 señales o comportamientos que pueden indicar que alguien sufre acoso escolar:

1. _____

2. _____

3. _____

 4. ¿Cómo podemos pararlo?

¿Qué puedes hacer tú si presencias una situación de acoso escolar?

Escribe una acción concreta que pueda hacer el grupo para ayudar a la víctima:

 5. Reflexión personal

¿Has sido alguna vez testigo de acoso escolar? ¿Cómo actuaste?

¿Qué hubieras hecho diferente hoy?

6. Compromiso personal

Escribe una acción que te comprometas a realizar para mejorar la convivencia en tu clase o centro y para mejorar la situación actual:



Relato de Reflexión: "El que ríe por dentro"

Francis tiene 15 años. Desde hace meses, cuando entra en clase, se hace el silencio. A veces alguien se ríe por lo bajo, otras veces lanzan murmullos que no entiende del todo, pero sabe que son por él.

- “¡Qué pringado!”, “¡Cállate ya!”— oye con frecuencia.

Sus compañeros no le hablan, lo ignoran. Y si lo hacen, es solo para insultarlo. Francis intenta disimular. A veces se ríe como si nada pasara. Pero otras, se queda callado, con la mirada perdida, deseando que el día acabe pronto.

Cada vez estudia menos. Ya no le importa si suspende. ¿Para qué esforzarse si nadie lo ve? Poco a poco, empieza a faltar a clase. Primero un día, luego dos. Luego una semana. Un día, sin pensarlo mucho, repite un insulto que escuchó a un compañero. Lo lanza contra otro chico, intentando que los demás vean que él también puede meterse con alguien.

—“¡Qué inútil eres!”, dice riendo con fuerza.

Los demás se ríen. Por un momento siente que encaja... pero al volver a casa, no puede ni mirarse al espejo.

“¿Qué me está pasando? ¿En qué me estoy convirtiendo?”

Su familia empieza a notarlo. Francis ya casi no come, se encierra en su cuarto, no responde a nada. Un día, su madre, preocupada, llama a dos de sus amigos de la infancia.

—“Francis ya no es el mismo. ¿Sabéis qué le pasa?”, les pregunta. Pero ellos tampoco lo saben.

Hace tiempo que Francis se alejó.

Él los ve hablar desde la puerta. No entra. No puede. No sabe cómo explicar lo que siente.

Está solo. O eso cree.

¿Y ahora qué?

Francis está en un momento difícil. No quiere mostrarse débil. No quiere quejarse. Y sin embargo, está pidiendo ayuda... en silencio.

Actividades de reflexión

1. ¿Qué crees que está sintiendo Francis en realidad?

2. ¿Por qué crees que insulta a otro compañero? ¿Le ayuda eso realmente?

3. ¿Qué señales da Francis de que algo no va bien? ¿Tú habrías podido notarlas si fueras su compañero?

4. ¿Qué podrían hacer sus amigos o su familia para ayudarlo?

Escribe una carta o nota como si fueras Francis: Imagina que decide escribir una nota para pedir ayuda. ¿Qué diría? Escríbela tú: