



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

**Dirección General de Educación  
Tecnológica Agropecuaria y Ciencias  
del Mar**

## **Erradiquemos el bullying de nuestras escuelas**



- ◆ Si estás siendo víctima de violencia en casa o en la escuela; pide ayuda a tus maestros, maestras o personal directivo; te pueden apoyar y canalizar con personal o instancias de la especialidad.
- ◆ Si tienes la oportunidad de ayudar a un amigo, amiga o compañero, compañera que esté pasando por una situación difícil, hazlo, te sentirás gratamente feliz.
- ◆ No uses las redes sociales para exhibir a tus amigos, amigas, compañeros, compañeras, maestras o maestros; tampoco hagas videos o memes que ridiculicen a las personas.
- ◆ No caigas en el juego de las personas que manipulan, que se sirven de crear grupos para lastimar a una sola persona.
- ◆ Las personas agresivas tienen problemas internos y los canalizan agrediendo a otras personas.

◆ Si eres de las personas que actúan de manera agresiva y no lo puedes evitar, busca ayuda; no es vergonzoso admitir que tienes problemas.

◆ Platica con maestras, maestros o director, directora para que te brinden el apoyo necesario.

**Necesitas ayuda o asesoría:**

**Centro de Atención Vida sin  
Violencia. Teléfono: 01 800 911 25 11.**

**Localiza el DIF más cercano a tu  
localidad en:**

[www.fundacionenpantalla.org/  
index.php/centros-de-atencion/  
directorios-de-atencion-dif.](http://www.fundacionenpantalla.org/index.php/centros-de-atencion/directorios-de-atencion-dif)

También solicita ayuda e información en el **Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES)** de tu estado, Teléfono: 01 800 422 5256 y en la página: [gob.mx/inmujeres](http://gob.mx/inmujeres)

**Consulta:**

[www.leyderechosinfancia.mx](http://www.leyderechosinfancia.mx)

**DOF/04/12/2014**

# Que el bullying no se adueñe de tu escuela

Los Centros Educativos están concebidos no sólo como los sitios en los que los y las adolescentes concurren para recibir una formación que les ayudará a ser personas productivas; sino también como lugares de convivencia, en los que comparten e intercambian su propia percepción del mundo que les rodea.

La juventud es un sinónimo de inquietudes diversas de lo que desean obtener en un futuro próximo. Pero qué sucede cuando no todos o todas lo pueden lograr, y no necesariamente porque no lo quieran hacer; pueden ser víctimas de agresiones físicas, verbales, psicológicas o sexuales; que están minando su autoestima, sus deseos de continuar estudiando y de vivir.

En México se habla de altos índices de chicos y chicas que han sufrido de bullying; se dice que de cada diez estudiantes, nueve han sido víctimas de cierto tipo de violencia y **algunos de estos casos ha incidido en el abandono de los estudios y en el peor de los casos en el suicidio.**

Es primordial destacar que la violencia en los y las jóvenes no es parte de su naturaleza, es una manera de externar lo que están experimentando en el ámbito familiar; a la escuela sólo llevan lo que han aprendido en casa **“los hijos/hijas son el reflejo de sus padres”**. Ya sea que estén sufriendo de violencia o bien, sus padres les estén educando para ser **“tiranos con síndrome de emperador”**.

Es importante que los y las jóvenes cuiden su propio entorno, en ellos y ellas está crear y mantener un ambiente sano, amigable, libre de violencia; no es una tarea fácil pero tampoco es imposible.

## Recomendaciones:

- ♦ No hagas chistes a costa de tus amigos, amigas, compañeros, compañeras, personal de la escuela; no hagas lo que no te gustaría que te hicieran.
- ♦ Respeta las opiniones contrarias a las tuyas; todos y todas percibimos las cosas de manera diferente.

- ♦ No pongas apodosos o sobre nombres a nadie; es mejor que les preguntes cómo quieren que les llames o de que manera te dirijas a ellos o ellas; siempre respeta a las personas para recibir un trato igual.
- ♦ Todas las personas somos diferentes, física y mentalmente; es lo que enriquece a una sociedad.
- ♦ Si no tienes ninguna coincidencia con algunos de tus compañeros o compañeras, tampoco los agredas.
- ♦ No pidas a tus compañeros o compañeras que dejen de hablar a alguien con quien tú no te llevas bien; respeta su decisión.
- ♦ Siempre procura pensar antes de actuar; ponte en los zapatos de tus amigos, amigas, compañeros, compañeras, maestros o maestras.