

Plan de acción del estudiante contra el acoso

El Bullying (intimidación, acoso) afecta a todo el mundo. Ya sea que tú eres blanco del maltrato, testigo, o la persona que acosa, es algo que te impacta a tí, a tus compañeros, y a tu escuela. El acoso se puede detener, pero no por sí solo. Tú tienes que tomar acción y desarrollar un plan que le funcione a tí y a tu situación. Esta es tu oportunidad para cambiar lo que te está pasando a ti o a otra persona y hacer la diferencia. Comienza por crear tu propio plan para tomar acción contra la intimidación.

Lo que puedes hacer

Los siguientes pasos te ayudarán a desarrollar un plan de acción para abordar una situación de intimidación que te esté ocurriendo a tí o a otra persona.

Paso 1: Piensa sobre las experiencias de intimidación que has tenido, visto o que has provocado.

Describe la situación, incluyendo dónde ocurrió, quiénes estuvieron involucrados, qué sucedió, y cómo te hizo sentir.

Paso 2: Luego, considera cómo la situación pudo haber sido diferente

Incluye lo que quieres que suceda, cómo podrían cambiar las cosas, y qué te ayudaría a sentirte en control de la situación.

Paso 3: Después, piensa sobre los pasos necesarios para hacer esos cambios.

Considera qué rol necesitas tomar, quién debe estar involucrado, y qué necesitan hacer.

Escribe tu plan de acción y compártelo con alguien en quien confíes como un amigo, padre o maestro. No tengas miedo de pedir ayuda para poner tu plan en acción.

Para más recursos y sugerencias sobre cómo combatir el acoso, visita:

<http://www.pacerteensagainstbullying.org/tab/>

PARTNERS RESOURCE NETWORK

PartnersTX.org

Adaptado de 2016, 2014, PACER Center, Inc. | ACTion Sheet: BP-25
1.800.866.4726



El contenido de esta hoja informativa fue desarrollado gracias a una subvención del Departamento de Educación de Estados Unidos, #H328M150022, #H328M150023, #H328M150024. Sin embargo, este material no representa necesariamente la política del Departamento de Educación de EEUU y no debe asumirse su aprobación por parte el gobierno federal.

