



# ¿QUÉ ES EL BULLYING?



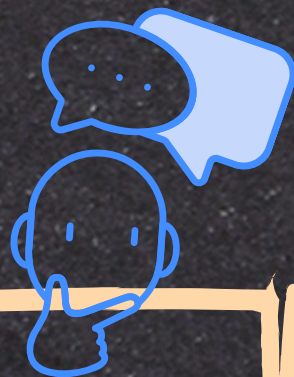
Cuando hacemos esta pregunta normalmente tanto adultos como niños de una manera rápida y con seguridad nos indican que sí lo saben, pero es cierto que existen lagunas que no son tenidas en cuenta y otras que siéndolo, están tan normalizadas que pasan desapercibidas.

Definimos Bullying como:

Toda forma de maltrato físico, verbal o psicológico que se produce entre escolares de forma reiterada y a lo largo del tiempo.

Una vez aclarada la definición nos gustaría plantearos las siguientes preguntas y que por un momento os paraseis a reflexionar.

## BATERÍA DE PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR



- ¿Cómo te das cuenta de que estás ante un caso de Bullying?
  - ¿En qué te fijas?
- ¿Cómo sabes si es Bullying o es un acto ocasional?
- ¿Qué haces, qué dices, cómo lo afrontas, qué recursos utilizas, desde qué estado emocional lo haces, cuál es tu diálogo interno, qué ha pasado, cuál es el hecho en sí?.

¿Te ha resultado fácil responder a estas preguntas, te las habías planteado alguna vez?

Seguimos avanzando y te planteamos lo siguiente

- ¿El acto de defenderse de una agresión, lo considerarías un acto violento?
- ¿Qué diferencia hay entre Fuerza y Violencia?

## TE ACLARAMOS AMBOS TÉRMINOS

**FUERZA:** acto de defensa cuando estamos ante una amenaza real que pone en peligro nuestra integridad. Empleo la fuerza cuando me tengo que defender.

**VIOLENCIA:** cualquier acto que suponga dañar al otro de manera intencionada.

**"La Violencia es un grito desesperado del alma pidiendo empatía "**





## ¿QUÉ FIGURAS INTERVIENEN EN UN CASO DE BULLYING?

Es muy probable que pienses Acosador y Víctima, pero,  
¿estás seguro de ello?

Te desvelamos todas las figuras que intervienen:



Agresor principal

Víctima

Acosador activo

Acosador pasivo

Acosador neutro

Acosador oculto

Defensor

Sufridor

¿LAS CONOCÍAS, SABES LAS DIFERENCIAS ENTRE UNOS Y OTROS, SERÁS CAPAZ DE IDENTIFICARLAS POR SU COMPORTAMIENTO?

Todo esto y mucho más es lo que tratamos en nuestros talleres de prevención de Bullying de una manera práctica y vivencial.

Si te gustaría recibir más información ponte en contacto con nosotras sin compromiso.

*molam  
coaching.*



**molam**  
COACHING



607 34 63 52

[WWW.MOLAMCOACHING.COM](http://WWW.MOLAMCOACHING.COM)