

Busca ayuda urgente si...

- Has deseado abandonar la escuela por temor al *bullying*.
- Te han dado ganas de fumar, beber alcohol u otras drogas para "sentirte mejor".
- Te sientes **triste, enojado, ansioso** y piensas que los problemas no tienen solución. Usas o has utilizado cualquier forma de violencia. Recuerda que esto no es "normal".



Infórmate y participa
para prevenir el **bullying** y sus consecuencias.
CIJ está contigo.

CIJ Contigo, Ciudad de México:
52 12 12 12

TELCIJ De amigo a amigo, Jalisco:
38 36 34 63

www.cij.gob.mx www.cij.org.mx
cij@cij.gob.mx



@cij_oficial



cij.oficial



cijcontigo



cijoficial.blogspot.mx



Centros de Integración Juvenil, A.C.

Para vivir sin adicciones

"¿Y si fueras tú? Ponte en su lugar"



El **bullying** es la agresión física o psicológica que realiza un estudiante o grupo sobre otro. Es constante, abusiva y busca dañar.

Los actos más comunes de acoso escolar son:

- Burlas, insultos, apodos, rumores y amenazas.
- Jalones, empujones, golpes y lesiones con objetos o armas.
- Acoso a quienes son señalados como “afeminados”, “machorras”, “tetos”, “indios”, “nacos”, “fresas”, etcétera.
- Discriminación por color de piel, apariencia física, forma de vestir, hablar o caminar; orientación sexual o situación económica.



Protégete también del:

- *Cyberbullying*, acoso a través de mensajes, correo electrónico, redes sociales, *blogs* o videos.
- *Sexting*, envío de mensajes o imágenes con contenido sexual.
- *Grooming*, relación establecida por Internet entre una persona adulta y alguien de tu edad, a fin de obtener fotografías o videos con contenido sexual.



Siete de cada 10 estudiantes, principalmente hombres, han estado involucrados en este tipo de violencia.



Recuerda:

- Si alguien “te cae mal”, **no tienes derecho a acosarlo.**
- Si eres testigo de acoso escolar, **pláticalo con personas adultas de tu confianza.**
- Expresa lo que sucede: “**yo pienso**”, “**yo opino**”, “**yo siento**”.
- Evita mandar mensajes o fotos con contenido sexual. **No prestes tu celular.**
- Si recibes mensajes ofensivos **ignóralos**, no caigas en provocaciones y **guarda la evidencia.**
- Asegúrate de que tus contactos, sean personas que conoces.
- Si te hacen *bullying*, **rompe el silencio y coméntalo con personas de tu confianza ¡Denuncia!**