

CÓMO AYUDAR A UNA VÍCTIMA DE CIBERACOSO

Cuando un compañer@ sufre acoso o ciberacoso puede estar triste, sufrir ansiedad, tener miedo o sentirse culpable. Son sentimientos que llevan a no querer hacer cosas: no salir, no ir a clase, no ver amig@s, no pedir ayuda, etc.

El acoso y el ciberacoso siempre se producen en grupo. Es nuestra responsabilidad ayudar y no ser cómplices de las agresiones. Vosotr@s podéis pararlo.

Apoyar a la víctima hablando con ella o mandarle un DM, consolar, dar animos, acompañar, escuchar, subir su autoestima. **Debemos hacerle saber que no está sola.**

Usar y dar a conocer **líneas de ayuda y de denuncia.**

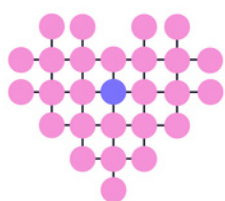
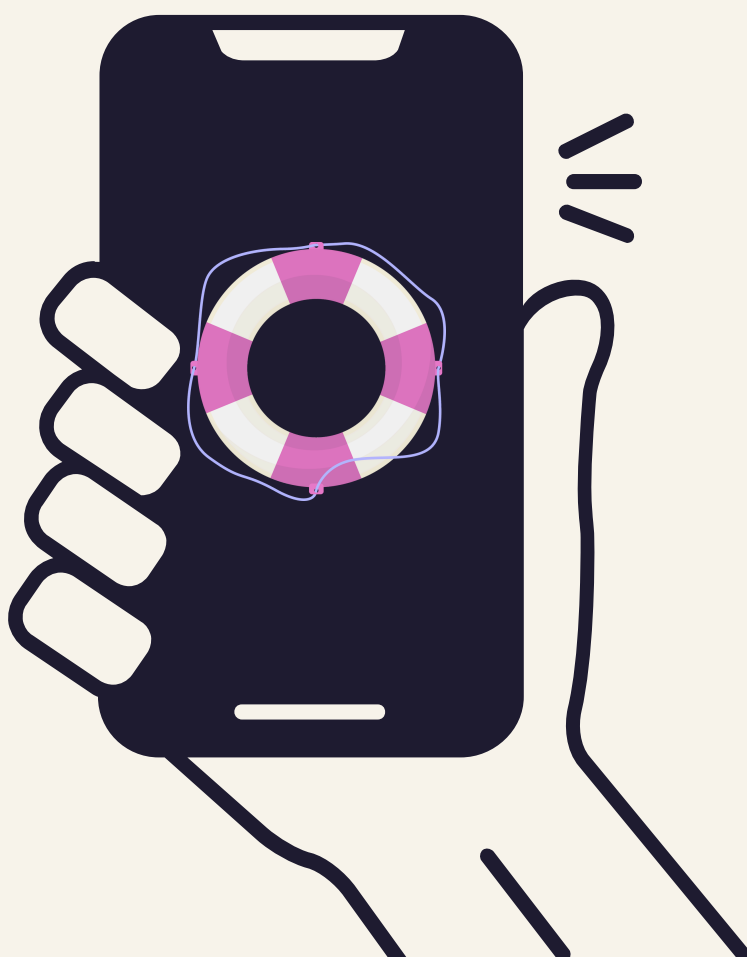
No culpabilizar a la víctima. Evitar decir: "eres un exagerad@", "no tenías que haber mandado eso", etc.

Bloquear y denunciar perfiles y contenidos que hagan daño a cualquier persona o colectivo.

Hablar con:

- **Personas adultas:** para informar y que ayuden y puedan intervenir.
- **Amistades:** para implicarles en la solución y buscar apoyo colectivo.
- **Agresor(es/as):** para que pare, pida perdón, retire la publicación, etc.

Si vemos lo que pasa y no hacemos nada, reforzamos a quien agrede. **¿De qué lado quieres estar?**



Redes.com
corazón
#TePongoUnReto



Fundación
Gestión y
Participación
Social

SUBVENCIONA 0,7% IRPF:



Comunidad
de Madrid



Visita nuestra web: www.tepongounreto.org

Síguenos en las redes

