

DESAFÍO FAMILIAR: ESTRATEGIAS BULLYING

OBJETIVO: CONOCER Y FOMENTAR ESTRATEGIAS PARA PREVENIR EL BULLYING A TRAVÉS DE UN DESAFÍO VIRTUAL.

ETAPA 1 – INTRODUCCIÓN Familia / 5-10

PASO 1: Según la UNESCO, uno de cada tres niños, niñas y adolescentes a nivel mundial sufre o ha sufrido bullying. Esta situación ha traído consecuencias emocionales en muchas víctimas, que en ocasiones han sido fatales. Revertir este problema depende de todos y se ha demostrado que uno de los actores más eficientes en la detención del bullying son los testigos que deciden decirle: ¡No al bullying!, porque los testigos siempre seremos más que los acosadores.

PASO 2: Para reflexionar en torno a las distintas estrategias que pueden utilizar para prevenir y/o detener el bullying, los invitamos como familia a realizar un desafío virtual para promover la sana convivencia frente al acoso escolar.

ETAPA 2 – ACTIVIDAD “ESTRATEGIAS” Familia / 15-20

PASO 1: Para conocer algunas de las estrategias que pueden utilizar ante el bullying, los invitamos a ver el video “Estrategias Switch”. Luego, cada integrante puede comentar qué estrategias identificó en la letra de la canción. Para verificar las estrategias encontradas pueden apoyarse en el **afiche** “Estrategias Switch”.

PASO 2: Luego, para hacer un aporte a la comunidad, los invitamos a realizar un desafío familiar a través de redes sociales, que consiste en generar un video bailando como familia el coro de la canción “Estrategias Switch”. En caso de que no les acomode el desafío sugerido pueden encontrar distintas sugerencias anexo **desafío**.

PASO 3: Realizado el desafío, se les invita a compartirlo en redes sociales con el #desafioswitch y etiquetando a @educaswitch, para motivar a más familiar a frenar el bullying.

ETAPA 3 – REFLEXIÓN Familia / 5-10

PASO 1: Se reflexiona en torno a las siguientes preguntas: ¿cuáles de las estrategias trabajadas no conocían?, ¿han utilizado alguna de ellas?, ¿por qué es importante fomentar su uso?, ¿qué rol cumplimos todos como familia en la prevención del bullying?, como ciudadanos responsables de vivir en sociedad ¿qué derecho estaríamos vulnerando si acosamos o maltratamos a alguien?, ¿hemos sido testigo de agresiones a otros?, si es así ¿cómo hemos actuado?

ETAPA 4 – CONSEJOS PARA LA VIDA Familia / 5-10

AYUDEMOS: No seamos indiferentes ante la violencia. Aportemos y frenemos todo tipo de maltrato.

SEAMOS VALIENTES: Hagamos cosas diferentes, no nos sumemos al maltrato y promocionemos el buen trato: compartamos contenido positivo en redes sociales y seamos testigos que frenan el bullying.

EMPATICEMOS: Antes de actuar, pensemos cómo nuestros actos pueden afectar en las emociones y conducta de los demás.

SEAMOS UN EJEMPLO: Preocupémonos de practicar el respeto por el otro. Recordemos que no sirve de nada predicar el buen trato si no representamos un ejemplo positivo de cómo relacionarse sanamente con otros.

ESTRATEGIAS SWITCH

S	STOP, PARA Y PIENSA	Si eres víctima o testigo, intenta respirar profundo hasta calmarte, y luego piensa que estrategia utilizar.
W	¡WAAA!, SACA LA VOZ	De manera clara, directa y sin violencia, déjenles claro lo que no les gusta, y pídanles que se detengan.
i	IGNÓRALOS	Si eres víctima, intenta ignorarlos. Tú, testigo, ¡no apoyes a los agresores!
t	TEN CUIDADO Y HUYE	En caso de estar en riesgo, vayan a un lugar o donde una persona que los haga sentir seguros.
C	CUÉNTALE A UN ADULTO	Es muy importante que le cuenten a un adulto de confianza lo que está pasando. Ellos podrían detener el problema.
h	HABLA SOBRE TUS EMOCIONES	Tú, víctima, desahógate compartiendo tus emociones, eso te aliviará. Tú, testigo, ¡apoya y escucha!

ANEXO ETAPA 2 / PASO 2 / DESAFÍO

A continuación, encuentras distintas propuestas para realizar el desafío familiar que invita a la sociedad a promover el buen trato, prevenir y detener el *bullying*.

1. Grabar un video en donde bailen el coro de la canción “Estrategias Switch” como familia.
2. Seleccionar una de las estrategias Switch y representar una escena en donde esta sea aplicada.
3. Escribir una frase que promueva una de las estrategias y tomarse una fotografía familiar con esta.
4. Grabar un video en donde juntos como familia promocionen una o más de las estrategias.
5. Crear distintos hashtags promoviendo el buen trato y/o la prevención y detención del *bullying*. Grabar un video en donde los mencionen o tomar una fotografía familiar sosteniendo un cartel con los distintos hashtags escritos.
6. Crear un lienzo, grafiti o dibujo que represente una de las estrategias y luego tomarse una fotografía familiar con este.
7. Crear distintas frases que promuevan la detención del *bullying* y grabar un video donde las mencionen.
8. Inventar un rap que promueva el buen trato y grabar un video cantándolo.

Lleven a cabo la idea que más les acomode. Puede ser alguna de las sugeridas u otra que nazca de la creatividad familiar, lo importante es que sea formato audiovisual para poder ser compartido en redes sociales y viralizar esta acción positiva.