



INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO

CENESTUR

GUÍA DE AMBIENTE SEGURO CENESTUR

DEPARTAMENTO DE BIENESTAR ESTUDIANTIL

GUÍA PARA IDENTIFICAR, PREVENIR
Y REACCIONAR AL BULLYING
DENTRO DE LA INSTITUCIÓN.
ESTAMOS COMPROMETIDOS CON LA
GENERACIÓN DE ESPACIOS
INCLUSIVOS Y SEGUROS



Preparado por:

Guadalupe Pilay M.

35 años **PROFESIONALIZANDO**
la educación



¿QUÉ ES EL BULLYING?

Es una forma de violencia en la que una persona o grupo de personas hacen daño intencionalmente a otra persona o grupo de personas, ya sea física o emocionalmente, de forma repetida y a lo largo del tiempo.

El bullying puede incluir una variedad de comportamientos dañinos, como insultos, burlas, exclusiones, amenazas, agresiones físicas, daño a la propiedad, difamación y acoso en línea.

Es importante entender que el bullying **no es un comportamiento normal o aceptable** y puede tener efectos graves y duraderos en la vida de las personas afectadas.

Las víctimas de bullying pueden experimentar ansiedad, depresión, problemas de salud mental, dificultades académicas y sociales, e incluso pueden estar en riesgo de suicidio.



Si eres testigo de un caso de bullying o eres víctima de bullying, no debes tener miedo de buscar ayuda y apoyo. Habla con la Unidad de Bienestar Estudiantil o con un docente, y busca los recursos y apoyo disponibles en Cenestur. Recuerda que es responsabilidad de todos trabajar juntos para prevenir el bullying y crear un ambiente escolar seguro y respetuoso para todos.

¡SÉ UN MODELO A SEGUIR!

Trata a todos los demás con respeto y dignidad, sin importar sus diferencias culturales, étnicas, de género o de otro tipo.

Trata a todos los demás con respeto y dignidad, sin importar sus diferencias culturales, étnicas, de género o de otro tipo.



¡SÉ UN DEFENSOR DE LA IGUALDAD!

Aprende a detectar la discriminación y actúa para detenerla.

Si ves a alguien siendo discriminado, apóyalo y trata de ayudar a detener la discriminación. Considera unirse a grupos estudiantiles o comités que trabajen para promover la igualdad y luchar contra la discriminación.

¡USA TU VOZ!

Usa tu voz para crear conciencia sobre la discriminación.

Publica los contenidos que Cenestur genera para concientizar a la comunidad, este contenido lo puedes compartir en tus redes sociales, o escribe artículos particulares.

Otro consejo que te brindamos: participa u organiza eventos o actividades que fomenten la inclusión y la igualdad dentro y fuera del instituto.

CINCO MEDIDAS ANTI ACOSO



Reporta el acoso

Si eres testigo de un caso de acoso, repórtalo de inmediato a un docente, Bienestar Estudiantil, Coordinador de carrera o personal administrativo de Cenestur. No es necesario que seas la víctima para reportar el acoso. Tu reporte puede ayudar a prevenir futuros incidentes de acoso.

Apoya a la víctima

Si eres testigo de un caso de acoso, repórtalo de inmediato a un docente, Bienestar Estudiantil, Coordinador de carrera o personal administrativo de Cenestur. No es necesario que seas la víctima para reportar el acoso. Tu reporte puede ayudar a prevenir futuros incidentes de acoso.

No participes del acoso

No participes en el acoso ni lo promuevas. Si ves a alguien siendo acosado, no te quedes mirando ni te rías. En lugar de eso, ofrece tu ayuda y apoyo.

3

Fomenta la inclusión

Promueve la inclusión y la diversidad en el instituto Cenestur. Habla con tus compañeros de clase sobre la importancia de respetar las diferencias individuales y celebrar la diversidad. Asegúrate de que todos se sientan incluidos y valorados en la comunidad Cenestur.

4

Sé un modelo a seguir

Trata a los demás con respeto y dignidad, y no toleres el acoso ni la discriminación en ninguna forma. Ayuda a crear un ambiente académico seguro y respetuoso para todos.

5





Recuerda que la prevención del bullying es responsabilidad de todos.
Si todos trabajamos juntos para promover un ambiente seguro y respetuoso, podemos prevenir el acoso y garantizar que toda la comunidad Cenestur se sienta segura y valorada.

Si necesitas ayuda, puedes acudir al siguiente contacto directo:

Guadalupe Pilay
0984592450
guadalupe.pilay@cenestur.edu.ec
www.cenestur.edu.ec
Av. 10 de Agosto N21-123 y San Gregorio, Edificio Epsilon
2230-209 / 2230-192 / 2230-330