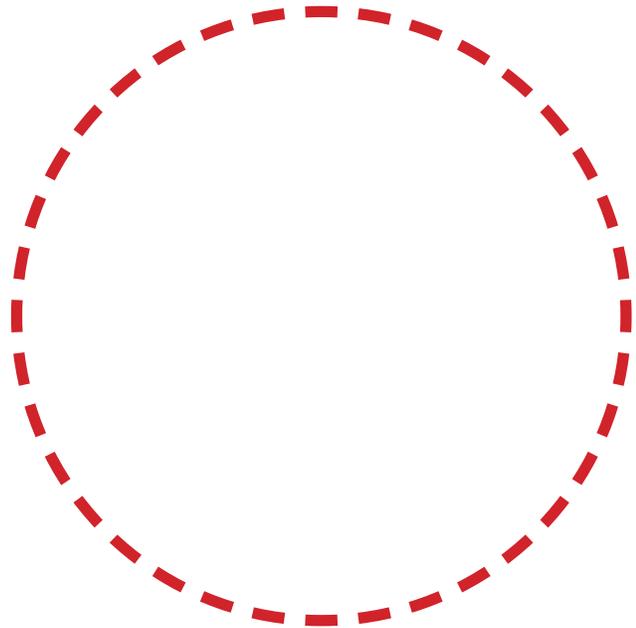
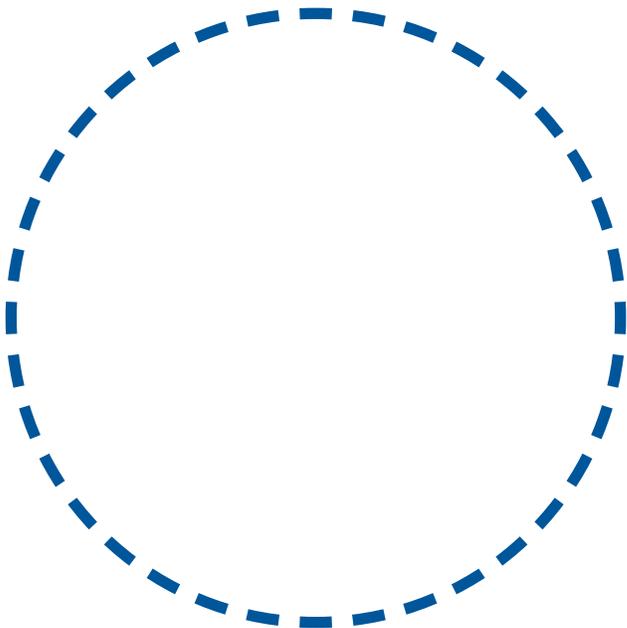
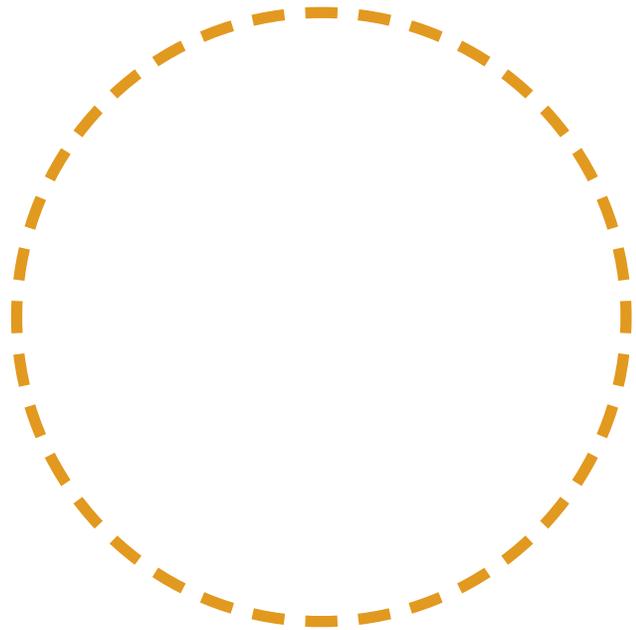
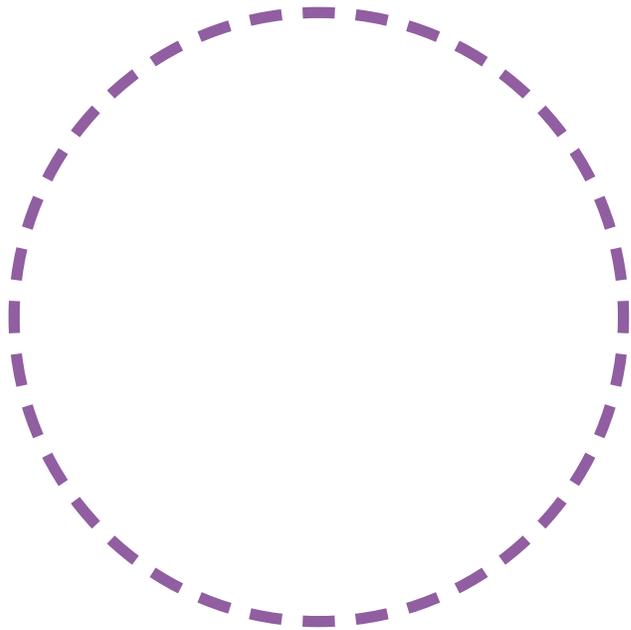


CADA UNO CUENTA



Mpacañoar: _____

Rolheca ertap eld uropg: _____

Ubsrac a troso: _____

Cirde post: _____

Crhae ol roctreco: _____

Romsart tipaema: _____

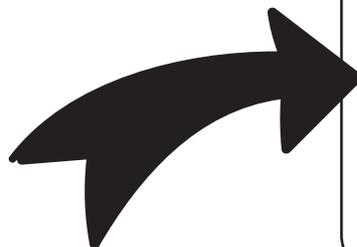
Yduara: _____

Tdiniefriac ostlaud ed zanioncfa: _____

Ridep yuada ultasod ed ficoznana: _____

Omsterarl us lorav: _____

Mabiacr le ocof: _____



- 1. Acompañar
- 2. Hacerlo parte del grupo.
- 3. Buscar a otros
- 4. Decir stop
- 5. Hacer lo correcto
- 6. Mostrar empatía
- 7. Ayudar
- 8. Identificar adultos de confianza
- 9. Pedir ayuda adultos de confianza
- 10. Mostrarle su valor
- 11. Cambiar el foco

d	c	v	h	k	a	o	l	u	i	m	o	ñ	a	p
l	o	r	r	e	m	p	i	t	o	s	u	l	t	a
d	a	m	p	m	i	i	s	e	r	e	d	i	l	o
o	r	t	v	a	l	e	n	t	i	a	v	t	i	a
c	o	m	a	p	s	i	o	n	e	s	t	u	l	i
r	i	a	l	h	j	i	s	t	n	o	r	i	a	s
s	e	m	e	c	o	n	l	a	t	l	i	d	o	r
a	s	e	r	t	i	v	i	d	a	d	e	m	p	i
a	s	r	i	e	s	t	d	o	d	e	t	i	z	g
c	o	m	a	t	i	d	e	c	o	m	p	o	n	e
z	o	c	g	r	a	t	r	i	a	s	a	s	u	t
v	r	t	o	e	s	o	a	c	l	o	c	i	o	n
a	r	i	l	m	e	n	z	o	a	l	e	i	n	i
l	p	a	s	p	p	o	g	r	a	i	p	c	l	a
i	o	e	i	a	r	a	o	a	c	d	e	o	a	c
e	e	m	e	t	r	s	c	t	c	u	l	m	p	c
n	r	p	m	i	t	e	o	i	i	r	i	p	p	o
i	t	a	l	a	i	r	n	o	o	i	d	e	e	o
a	a	t	e	i	v	i	a	n	n	n	a	s	r	n

* **VALENTÍA:** Decirle a alguien que pare de hacer bullying es difícil. Puede ser que el otro se enoje. Pero tú te vas a sentir bien por haber hecho lo correcto, por no permanecer en silencio permitiendo que el bullying continúe. Vas a haber hecho un gran favor impidiendo que sigan dañando los sentimientos de alguien.

* **ORIENTADO A LA ACCIÓN:** Parar el bullying requiere una pequeña acción que lleva a un gran resultado. Simplemente tres palabras "Eso es bullying" puede ayudar a otros a reconocer un gran problema.

* **EMPATÍA:** Para actuar deteniendo el bullying es necesario conectarse con los sentimientos de quien está siendo dañado. Poder "ponerse en sus zapatos" y así querer ayudarlo para que no siga sufriendo.

* **ASERTIVIDAD:** Es necesario saber usar nuestras palabras, poder decir las cosas bien y con firmeza, pero no agresividad, para poder detener a quien sus comportamientos están afectando a otros.

* **COMPASIÓN:** Similar a la empatía, un upstander necesita sentir compasión por lo que está viviendo la otra persona, y por eso quiere ayudarlo.

* **LIDERAZGO:** Un upstander debe actuar como líder en su grupo, incentivando al resto a unirse para defender a quién está sufriendo y detener el bullying. Juntos es más fácil.

Y TÚ ¿ERES UN UPSTANDER?