

Com acabar amb el ciberbullying

Si pateixes assetjament per internet, aquesta fitxa t'ajudarà a valorar els pros i els contres de les diferents opcions que tens abans d'actuar.



1 DE DEBÒ ÉS BULLYING?

Pregunta't: «De debò estic sent assetjat, humiliat o amenaçat per algú a internet?». El que penses que és bullying pot ser que només sigui una discussió entre dues persones.

NO

SÍ

Llegeix els següents versicles, i pensa com pots aplicar els principis que contenen.

PROVERBIS 17:9

COLOSSENCES 3:13, 14

1 PERE 4:8

PLA D'ACCIÓ



2 T'HI HAS TORNAT?

Per exemple, t'has vist involucrat en una forta baralla, on totes dues parts hàgiu dit i rebut insults?

SÍ

NO

Llegeix els següents versicles, i pensa com pots aplicar els principis que contenen.

PROVERBIS 26:20

ROMANS 12:17

PLA D'ACCIÓ

3 VALORA LES OPCIONS



OPCIÓ 1

Ignora la persona.

Què pot passar si decideixes ignorar qui et faci cyberbullying?



PROS

CONTRES



OPCIÓ 2

Sigues directe i envia-li un missatge ferm.

Què pot passar si li dius a la persona que et deixi en pau?

PROS

CONTRES



OPCIÓ 3

Explica-ho tot als teus pares, com més aviat millor.

Què pot passar si expliques als teus pares el que t'està passant?

PROS

CONTRES



OPCIÓ 4

Parla amb un professor o un responsable de la teva escola.

Què passaria si expliques a la teva escola que algú t'està fent bullying?

PROS

CONTRES



OPCIÓ 5

Informa el problema a la pàgina web, al proveïdor o a la companyia telefònica que la persona que et fa cyberbullying està utilitzant.

Què pot passar si presentes una queixa?

PROS

CONTRES



OPCIÓ 6

Informa del problema a la policia.

Com et pot ajudar explicar el problema a la policia?

4

PLA D'ACCIÓ
