Decálogo contra el ciberacoso

Grupo: _____ Ciclo escolar: _____

1. Trato a los demás en la red igual que en persona: con respeto.
2. Pido permiso antes de publicar o reenviar una foto o un video de otra persona.
3. No reenvío lo que humilla o se burla de alguien, aunque me llegue de un amigo.
4. Si algo me hace daño, no respondo en caliente: guardo la prueba, bloqueo y lo cuento.
5. Mis contraseñas son mías: no las presto ni a mis amistades ni a mi pareja.
6. Cuido mi privacidad: perfil privado, sin ubicación y sin datos de mi casa ni de mi escuela.
7. Si veo ciberacoso, apoyo a quien lo sufre y aviso a una persona adulta. Contarlo no es acusar: es ayudar.
8. Nadie merece sufrir acoso. Si me pasa a mí, no es mi culpa.
9. No uso la cara, la voz ni el nombre de nadie en montajes o con inteligencia artificial sin su permiso.
10. Si necesito ayuda, la pido: 088 (Guardia Nacional) y Línea de la Vida, 800 911 2000.

Si ves o sufres ciberacoso

1

No respondas

Ni en caliente ni con insultos: es lo que busca quien acosa.

2

Guarda la prueba

Haz capturas completas, con la fecha. Si es una foto íntima, no la guardes ni la reenvíes: cuéntalo.

3

Bloquea y denuncia

En la misma aplicación o red social.

4

Cuéntalo

A una persona adulta de confianza. No es culpa tuya y no estás solo ni sola.

Pide ayuda

088
Guardia Nacional, delitos cibernéticos

800 911 2000
Línea de la Vida (24 h)

911
Emergencias

Y en la escuela: _____

Antes de publicar, piensa

Tres preguntas antes de subir, enviar o reenviar algo.



¿Tengo su permiso?

Si sale otra persona, se lo he preguntado antes.



¿Seguro que no hace daño?

Ni hoy ni dentro de unos años.



¿Lo diría en persona?

Si no, tampoco lo escribo ni lo reenvío.

Si alguna respuesta es «no», no lo publiques ni lo reenvíes.

Aquí puedes pedir ayuda

Escribe el nombre de cada persona y dónde encontrarla en la escuela.

En la escuela

Maestra o maestro del grupo _____

Orientación o trabajo social _____

Subdirección o coordinación _____

Dirección _____

Fuera de la escuela

088 — Guardia Nacional: te orientan para denunciar un delito cibernético. Seguro y confidencial.

079 — Reporte de acoso escolar a la SEP. También en contacto.sep.gob.mx.

800 911 2000 — Línea de la Vida: te escuchan las 24 horas. Gratuita.

Ministerio Público — Para denunciar amenazas, fotos íntimas difundidas o sextorsión.

911 — Si alguien corre peligro ahora mismo.

No es culpa tuya. Contarlo es el primer paso para pararlo.