



¿Cómo puedo saber si mi hija o hijo está implicado en una situación de ciberviolencia? X

VÍCTIMA (SEÑALES DE ALERTA EMOCIONAL)

- **Ansiedad digital:** miedo o nerviosismo al recibir notificaciones o usar el dispositivo.
- **Cambios de hábito:** evita las redes sociales de golpe o las revisa de forma compulsiva.
- **Aislamiento y silencio:** menor comunicación en casa y pérdida de interés en sus aficiones.
- **Cuerpo y mente:** bajada del rendimiento escolar, sentimientos de culpa o vergüenza injustificada.

OBSERVADOR/A O ESPECTADOR/A (CONFLICTO INTERNO)

- **Tensión grupal:** incomodidad evidente al hablar de ciertas amistades o de lo que pasa en redes.
- **La "Ley del Silencio":** no dice nada cuando surge el tema por miedo a ser el o la siguiente objetivo.
- **Justificaciones tensas:** dice frases como "era solo una broma", pero muestra un lenguaje corporal rígido.
- **Duda ética:** siente conflicto entre querer ayudar y la necesidad de protegerse a sí mismo/a.

ACOSADOR/A (CONDUCTAS DE EVITACIÓN)

- **Desconexión empática:** le cuesta reconocer el daño emocional causado y minimiza sus actos ("no es para tanto").
- **Necesidad de validación:** su comportamiento busca la aprobación constante del grupo.
- **Irritabilidad:** reacciona con agresividad o evasión cuando se le cuestiona su actividad online.
- **Negación inicial:** suele negar los hechos por miedo a las consecuencias, requiriendo reflexión y no solo confrontación.

NO TIENES QUE PODER CON TODO TÚ SOLO/A.
EN EL SERVICIO DE INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN DE FAD JUVENTUD SIOF PODEMOS AYUDARTE, ESCUCHARTE Y ORIENTARTE.

SERVICIO GRATUITO, CONFIDENCIAL Y HUMANO

TELÉFONO: 900 16 15 15

WHATSAPP: 681 155 160

EMAIL: CONSULTAS@FAD.ES

fad
Juventud

