

**¿Te estás metiendo con alguien?  
Aquí tienes una carta para ti**

Hola, ¿Qué tal?:

Si te has metido en esta página, es posible que algo vaya mal... seguramente sabes lo que estás haciendo. Antes de que sigas leyendo tenemos que decirte que, tal vez, debas replantearte alguna de las cosas que estás haciendo.

Te vamos a dar una forma que te ayude a pensar: Ponte en el lugar de la persona con la que te estás metiendo y respóndete con sinceridad a esta pregunta ¿Me gustaría que a mí hiciesen lo que yo le estoy haciendo a esta persona? **Sólo hay dos respuestas: Sí o No.** Si a ti **SÍ** te gustaría que te hicieran lo mismo no existe problema. Si a ti **NO** te gustaría, sí existe problema. Recuerda, sólo hay dos respuestas. Si la respuesta es **NO**, **debes parar y no seguir metiéndote con esta persona**, es posible que estés teniendo un comportamiento violento y eso debe cesar. Debes tener en cuenta que eres responsable de lo que haces, ¿Has pensado en las consecuencias, tanto para ti como para otras personas?

Tal vez necesites hablar con una persona adulta de tu confianza, si no te atreves puedes llamarnos a nosotros. Estás en la página de la Asesoría para la Convivencia de Navarra. Detrás de ella nos encontramos Cristina y Patxi y queremos echarte una mano. Puedes llamarnos a este número gratuito y, si no nos localizas, puedes dejar tu mensaje: 900841551. Nosotros te llamaremos al número que tú nos digas. También puedes escribirnos a esta dirección: [convive@cfnavarra.es](mailto:convive@cfnavarra.es), o a esta otra:

Asesoría para la Convivencia  
Departamento de Educación  
Cuesta de Santo Domingo, 8  
31001 Pamplona

Hablaremos contigo y juntos pensaremos qué podemos hacer. Si tú no quieres, nadie sabrá que llamaste o escribiste aquí. Que no te dé corte llamar. ¡No sigas fastidiando a nadie! Te vas a sentir mejor. Estamos para ayudarte.

Si quieres mirar algo más sobre el acoso, también se llama matonismo o bullying, puedes mirar en esta página de Internet:



<http://www.acosoescolar.info/>