



Cuento: "La Capucha Invisible de Bruno"

Tema: Bullying escolar

Bruno tenía una capucha azul. No era una capucha cualquiera: cuando se la ponía, sentía que desaparecía.
En la escuela, a veces los niños se reían de su forma de hablar. O le quitaban el lápiz. Bruno no decía nada. Solo bajaba la cabeza y se ponía la capucha.

Un día, la profesora trajo una caja mágica.
—Aquí hay cosas invisibles que todos llevamos: el valor, la tristeza, la alegría, la rabia... Hoy vamos a dibujarlas.
Bruno dibujó su capucha.
—Esto me hace invisible cuando me siento mal.
La profe lo miró con ternura.
—¿Y si también dibujamos algo que te haga sentir fuerte?
Bruno pensó. Dibujó una especie de escudo. Tenía una palabra: “¡Basta!”.

Al día siguiente, cuando alguien quiso empujarlo, Bruno no se puso la capucha.
Respiró hondo y dijo:
—No me gusta que me trates así.
Y aunque le temblaban las manos, se sintió más visible que nunca.

Para niños/as

- ¿Alguna vez te has sentido como Bruno? ¿Qué hiciste?
- ¿Tienes algo que usas cuando te sientes triste o con miedo (una capucha, un peluche, un dibujo...)?
- ¿Qué palabras te gustaría aprender a decir si alguien te trata mal?
- ¿Qué te haría sentir fuerte como el escudo de Bruno?

Para madres/padres

- ¿Cómo reacciona tu hijo/a cuando se siente inseguro/a en el colegio?
- ¿Hay señales de que está siendo lastimado emocionalmente por otros niños?
- ¿Qué herramientas le estás enseñando para afrontar el maltrato o la exclusión?
- ¿Cómo puedes validar sus emociones sin minimizar lo que siente?