

PROPUESTA FORMATIVA PARA LA PREVENCIÓN CONTRA EL ACOSO ESCOLAR EN EL ÁMBITO EDUCATIVO



Titulación: Grado de Pedagogía
Autora: Miriam Moreno Maqueda
Tutora: Carmen Llorente Cejudo
Modalidad de TFG: Diseño de propuesta formativa
Curso: 2022 - 2023

ÍNDICE

1.	<i>Resumen</i>	2
2.	<i>Abstract</i>	2
3.	<i>Palabras clave</i>	2
4.	<i>Introducción y justificación</i>	2
5.	<i>Marco teórico</i>	4
	5.1 Concepto de acoso escolar o bullying	4
	5.2 Roles dentro del acoso escolar.....	6
	5.3 Tipos de acoso escolar	8
	5.3.1 Ciberbullying	8
	5.4 Consecuencias de sufrir acoso escolar.....	10
6.	<i>Diseño propuesta formativa</i>	14
7.	<i>Objetivo general y específico</i>	14
8.	<i>Metodología</i>	14
9.	<i>Desarrollo sesiones</i>	15
10.	<i>Resultados y discusión</i>	19
11.	<i>Conclusiones</i>	19
12.	<i>Bibliografía y webgrafía</i>	21
13.	<i>Anexos</i>	22
	24

1. Resumen

El acoso escolar o también llamado bullying es un tema de gran importancia en la comunidad educativa. Este es un comportamiento agresivo y repetitivo que se dirige hacia una persona o grupo de personas que no tienen la capacidad de defenderse.

El acoso escolar tiene efectos negativos en la salud mental y emocional de las víctimas, y también puede afectar su rendimiento académico y su capacidad para relacionarse con los demás.

Por ello, el siguiente trabajo de fin de grado es realizado mediante una intervención ya que es importante tomar medidas para prevenir y abordar el bullying en las escuelas y en la sociedad en general para asegurarnos de que todos puedan vivir en un entorno seguro y saludable

2. Abstract

Bullying or also called bullying is a topic of great importance in the educational community. This is aggressive and repetitive behavior that is directed towards a person or group of people who do not have the ability to defend themselves.

Bullying has negative effects on the mental and emotional health of the victims, and it can also affect their academic performance and their ability to relate to others.

For this reason, the following final degree project is carried out through an intervention, since it is important to take measures to prevent and address bullying in schools and in society in general to ensure that everyone can live in a safe and healthy environment.

3. Palabras clave

Acoso escolar – bullying – víctima – agresor – problemática

4. Introducción y justificación

Hoy en día, el acoso escolar o, también denominado como bullying, es un tema muy polémico en nuestra sociedad ya que son muchos los casos que se dan diariamente en los distintos ámbitos llegando a provocar una gran preocupación social. El bullying, suele nacer en los primeros cursos de la educación primaria y, por ello, es de gran importancia que sepan adoptar bien los conceptos de diversidad e inclusión desde edades tempranas, además de contar con ciertas habilidades sociales desarrolladas para así poder erradicar con dichas situaciones de acoso escolar. Cabe destacar, que no es algo nuevo en la

sociedad, pero sí ha empezado a ser una preocupación social debido a las graves consecuencias que está acarreado.

Adentrándonos más en el bullying, debemos saber que dentro de este concepto se encuentran varios tipos, así como el acoso físico, verbal, psicológico, social o sexual y si estos se llevan a cabo, pueden crear grandes consecuencias a nivel psicológico y, en algunos casos físicas, en la persona que lo sufre, así como depresión, soledad, trastornos o llegar incluso a lo más alto con el suicidio.

Olweus, citado por Armero (2011), entiende la violencia entre iguales como “un estudiante que es acosado o victimizado cuando está expuesto de manera repetitiva a acciones negativas por parte de uno o más estudiantes, sin capacidad para defenderse”.

La problemática que he elegido para investigar y hacer hincapié ha sido el bullying, también llamado acoso escolar o violencia entre iguales. A nivel personal creo que es muy importante darle visibilidad a un tema tan serio como es este, ya que creo que ha sido causa de tal preocupación por la gran tasa que existe de acoso escolar en los distintos colegios. Esta tasa engloba tanto a niños/as que son víctimas como niños/as que son acosadores.

Además, el bullying es un tema que causa mucho interés y preocupación, a la vez que crea dificultades en la educación, por lo que se convierte en un grave problema de carácter social. Asimismo, en el ámbito educativo cada vez hay más conciencia entre los distintos componentes que lo conforman y se hace una búsqueda intensiva sobre qué hacer para intervenir y prevenir en dicha problemática.

Cabe destacar, que son conductas que siempre han estado muy presentes entre estudiantes, pero actualmente despiertan mucho más la atención. Esto se debe a que los malos tratos tienen consecuencias muy graves en los afectados/as, las cuales son cada vez más conocidas. No obstante, también están vigentes en el ambiente de la escuela y en los componentes de esta. Por esta razón, la implicación y la puesta en marcha de propuestas para erradicar el acoso escolar son de vital importancia.

Esto conlleva a la investigación continua para el estudio de la realidad educativa, las actuaciones de prevención e intervención y qué propuestas son las mejores para erradicar estos comportamientos en un centro educativo.

En consecuencia, he tomado la decisión de apostar por el fenómeno bullying o acoso escolar como tema central de estudio, pues sus consecuencias hacen que exista una gran demanda de información, intervención e implicación que deseo intentar responder, mediante el servicio denuncia. Además, como futura pedagoga me gustaría saber la forma correcta de actuar ante dichas situaciones mediante la indagación de este programa.

5. Marco teórico

5.1 Concepto de acoso escolar o bullying

El acoso escolar o bullying es uno de los fenómenos sociales que más ha aumentado a nivel mundial, ya que el 32% de los alumnos han pasado por una situación así en la escuela o fuera de ella. (UNESCO, 2019).

El concepto de acoso escolar se define como una conducta de persecución física y/o psicológica que crea un alumno contra otro que es seleccionado como víctima. La víctima en esta situación adopta una situación en la que le es muy difícil poder salir por sus propios medios (Olweus, 1983).

Según Farrington (1993), *“el acoso consiste en una opresión reiterada, tanto física como psicológica hacia una persona con un poder menor. Esto puede ser muy evidente o pasar inadvertido”*.

Según Olweus (1993), el acoso escolar en el ámbito educativo se puede definir como un acto de violencia dado entre compañeros o estudiantes donde uno o varios agreden a otros y como consecuencia se les presenta un desequilibrio de poder real o percibido entre el acosador y la víctima. (UNESCO, 2019).

El bullying o acoso escolar es un problema grupal y de la sociedad, este debe resolverse en grupo y no individual (Lagerspetz, Björkqvist, Osterman y Kaukiainen, 1996).

El acoso escolar se puede categorizar como una problemática social afectando así a un gran número de niños y adolescentes a un gran nivel (Blaya, Debardieux, Del Rey y Ortega, 2006; Castillo y Pacheco, 2008; Due et al., 2005; Stravrinides, Georgiou y Theofanous, 2010). Este tipo de acoso puede desencadenar en consecuencias devastadoras para la salud tanto física como psicológica de las víctimas (Estévez, Jiménez y Cava, 2016).

Según Solberg y Olweus (2003), la definición de acoso escolar se compone de tres características: *“intencionalidad, desequilibrio del poder entre agresor y víctima y la repetición de la conducta en el tiempo”*.

La definición de acoso escolar o bullying con más aceptación a nivel internacional es según Olweus (1999) *“un tipo de conducta dirigida a hacer daño; repetida en el tiempo; y producida en el seno de una relación interpersonal caracterizada por un desequilibrio de poder”*.

También se puede definir el concepto de acoso escolar o bullying como una relación de poder en el contexto educativo donde se producen comportamientos agresivos y discriminatorios a lo largo del tiempo, es decir, no se producen en un momento determinado. (Avilés, 2003; Garrido y Morales, 2014; Olweus, 1998; Rivers, 2001).

El acoso escolar está presente en todas las edades durante la etapa educativa. (Cerezo, 2005; Garaigordobil y Ordeña, 2008). Este se puede presentar como una problemática a nivel grupal, ya que el agresor necesita de la ayuda del grupo para autorizar la violencia (Cerezo, 2009).

Este tema se ha convertido en uno de los temas con más importancia en los sistemas educativos actuales (Lugones y Ramírez, 2017).

Según Serrano e Iborra (2006) *“el acoso escolar es un comportamiento repetitivo de hostigamiento e intimidación, cuyas consecuencias suelen ser el aislamiento y la exclusión social de la víctima”*.

Existen una serie de factores de riesgo denominados como características familiares, personales, sociales, culturales o escolares, cuya existencia puede aumentar la posibilidad de que aparezca un caso de acoso escolar.

Este tipo de acoso es el más común en los centros educativos entre iguales, sin que influya la procedencia, los recursos del entorno, la ubicación y el tipo de centro educativo (Vargas y Paternina, 2017).

5.2 Roles dentro del acoso escolar

Según Olweus (1998), *“identifica a tres principales actores en el acoso escolar: la víctima, el acosador y los testigos”*.

- Víctima. Recibe las agresiones y acciones negativas por parte del agresor y/o de otros alumnos.
- Agresor. Ejercer la violencia hacia uno o varios estudiantes.
- Observadores. Son los estudiantes que observan el acoso de alguna manera son participes de ello.

Según Sutton y Smith (1999) *“el acoso escolar es un proceso de la dinámica grupal en el cual los adolescentes presentan diferentes roles”*

- Acosador, es la persona que ejerce la conducta de intimidación, acoso o agresión.
- Reforzador, a través de comportamientos como la burla promueve la agresión y refuerza la conducta del acosador
- Asistente, sigue al líder y observa el acoso.
- Defensor, intenta detener el acoso apoyando a la víctima.
- Observador, no tiene ninguna función dentro del grupo solo se limita a observar.
- Víctima, persona que recibe la agresión o acoso.

Salmivalli (1999) afirma que *“el maltrato entre los alumnos se da en un contexto grupal, donde cada uno de los alumnos juega un rol”*:

- Agresor. Muy pocas veces actúa solo, casi siempre busca el apoyo de su grupo.
 - o Predominante dominante: el agresor tiende a tener una personalidad antisocial y agresiva.
 - o Predominante ansiosa: el agresor tiende a tener una personalidad caracterizada por la baja autoestima y niveles altos de ansiedad. En este tipo de agresor se puede dar la tendencia a presentar déficit en el procesamiento de la información social. Por ello, pueden llegar a sufrir rechazo entre sus compañeros y convertirse en víctima.
- Víctima. Por lo general es una persona que se encuentra aislada.
 - o Víctima clásica: posee poca competencia social lo que le desencadena a ser ansiosa, débil e insegura.
 - o Víctima provocativa: presenta similitud con el agresor reactivo, lo que esto conlleva a asumir a veces el rol de agresor-víctima. Una de sus características es la falta de control emocional.
 - o Víctima inespecífica: Esta es el tipo más común. Es seleccionada como diferente del grupo.
- Espectadores: a veces solo observan, pero la mayoría intervienen en la agresión.

El acosador suele ver a sus víctimas en personas que conoce, bien siendo compañeros del centro educativo, amigos de barrio, etc. Aunque también pueden ser desconocidos y captarlos por redes sociales. (Lacunza et al., 2019).

Los agresores suelen ser principalmente hombres con un perfil psicológico fuerte presentando conductas agresivas y violentas con quienes consideran débiles. Suelen categorizarse como líderes de grupo. En sus relaciones interpersonales presenta un autocontrol escaso, una relación pobre con sus familiares y una actitud negativa hacia la escuela. Las formas más habituales que usan suelen ser la violencia verbal, los insultos y amenazas. (Cerezo, 2006).

5.3 Tipos de acoso escolar

Podemos encontrarnos con cuatro tipos de acoso escolar o bullying según Gómez (2014):

1. Acoso físico: en este tipo de acoso se da la violencia a través de agresiones como pueden ser golpes, patadas, puñetazos, etc.
2. Acoso psicológico: en este tipo de acoso la intención del acosador es excluir totalmente a la víctima del grupo de iguales, alejándolo así de cualquier tipo de actividad social o educativa.
3. Acoso verbal: en este tipo de acoso, el acosador actúa mediante insultos, amenazas, etc.
4. Acoso sexual: en este tipo de acoso, el acosador actúa mediante forcejeo hacia la víctima.

Aunque este autor solo menciona cuatro tipos de acoso escolar o bullying también existe un tipo de acoso llamado ciberbullying o ciberacoso que describiremos a continuación.

Pero el acoso escolar o bullying no solo se da en las aulas escolares, sino que ha evolucionado gracias al acceso a las tecnologías y al ciberespacio, donde el acoso que predomina es el acoso o violencia cibernética también llamada como ciberbullying. (Chaves-Álvarez, Morales-Ramírez y Villalobos-Cordero 2019; Alvites-Huamaní, 2019).

A continuación, vamos a hacer hincapié en este tipo de acoso, ya que es uno de los más predominantes que existen hoy día.

5.3.1 Ciberbullying

En el concepto de ciberbullying o ciberacoso nos encontramos con varios autores que lo definen.

Según los autores Kavuk & Keser (2018), definen el concepto de ciberbullying como la agresión cibernética donde el acosador actúa de forma anónima para maltratar y hostigar a la víctima.

Según Matos et al. (2018) *“el ciberbullying es el acoso entre pares en el ciberespacio, visualizándose conductas como el chantaje, injurias, burlas y que afectan a la dignidad de la persona, sin importar su edad, sexo, opción sexual, nivel socioeconómico, etc.”*

Este tipo de maltrato se conoce como una acción agresiva e intencional que se desarrolla a través de un grupo de personas o una sola, esta o estas usan las plataformas digitales o las redes sociales contra una víctima que tiene dificultades para defenderse por sí misma. (Buelga, Iranzo, Cava y Torralba, 2015).

El objetivo principal del ciberbullying o ciberacoso es provocar un daño psicológico en la víctima, se crea mediante contenidos dañinos que se envían por las redes sociales, esto es casi imposible de eliminar y se hace viral muy rápido. (Meter & Bauman, 2018).

Las personas que actúan como víctimas mediante ciberbullying tienen problemas con su autoconcepto y autoestima, gracias a las agresiones constantes por la rapidez que tienen las redes sociales en expandir lo publicado. Estas víctimas suelen entrar en un estado de depresión llegando incluso en algunos casos a quitarse la vida. (Rodríguez, 2018).

Las víctimas llamadas en este caso cibervíctimas, tienden a tener una baja aceptación entre sus iguales, por ello, tienen tendencia a sufrir de baja autoestima, aislamiento social y existen carencias en habilidades interpersonales para hacer frente al acoso que sufren. (Rivadulla y Rodríguez, 2019).

Este tipo de acoso es muy común en edades adolescentes, ya que los jóvenes pasan mucho tiempo en redes sociales. (Ruíz-Martín, Bono-Cabré y Magallón-Neri, 2019).

Según Gavilán et al., (2020) *“el ciberbullying es un problema que se ha incrementado al ser una extensión del bullying tradicional”*.

Según Alvites-Huamaní (2019), *“manifiesta que estas agresiones se pueden suscitar de una manera permanente y continúa exponiendo estas a la vista de todo el mundo que navega en el ciberespacio, teniendo el respaldo del anonimato...”*.

Según Smith et al., (2008) *“la mayoría de los actos de intimidación cibernética entre adolescentes no emergen de manera directa en el contexto escolar, gran parte de ellos*

ocurren entre personas que están integradas en la misma red social y entre compañeros de la escuela”

Para los autores Li (2010) y Willard (2005) *“existen diferentes tipologías en las que se puede presentar el ciberacoso: flaming, acoso, cyberstalking, denigración mascarada, excursiones, exclusión”*:

- Flaming o flamazo. Los mensajes que se envían tienen carácter agresivo de manera privada o pública.
- Acoso. Los mensajes ofensivos se envían frecuentemente.
- Cyberstalking o ciberacoso. Es muy intimidante.
- Denigración o humillación. Los mensajes son amenazas graves, publicaciones o contenidos dañinos sobre la víctima.
- Mascarada. Se hace pasar por otra persona para así enviar o publicar contenidos que generen malestar en la víctima.
- Excursiones y engaños. Reenvío de contenido para luego hacerla pública.
- Exclusión. Su propósito es excluir a la víctima de una red social para hacerle daño.

Según García et al., (2011) *“el uso de las tecnologías se ha convertido en un instrumento de poder en las interacciones sociales para el acoso e intimidación entre adolescente, trascendiendo, incluso en el ámbito escolar”*. Por ello, las prácticas de ciberacoso presentan una problemática actual e importante para la investigación psicológica. A través de que se conozcan los factores sociocognitivos que fomentan estos comportamientos, se pueden desarrollar estrategias de detección temprana y prevención tanto del acoso como del ciberacoso (Barkoukis et al., 2015).

5.4 Consecuencias de sufrir acoso escolar

Las principales consecuencias emocionales del acoso escolar se presentan en niños con necesidades y sin ellas, algunas de estas consecuencias pueden manifestarse como tensión (existe temor de encontrarse con el agresor), baja autoestima (tienen pensamientos negativos), tristeza (su estado de ánimo es bajo), aversión al ambiente (se alejan de sus iguales para no tener conflictos) y puede llegar al suicidio (Asanza et al., 2015).

La continuidad de este acoso provoca en las víctimas efectos negativos, una autoestima baja, cuadros depresivos y estados de ansiedad, lo que esto conlleva es la dificultad de su integración en su grupo de iguales y el desarrollo natural de los aprendizajes (Olweus, 1983).

La mayoría de los alumnos implicados de una manera u otra en situaciones de acoso, tienen un mayor riesgo de sufrir desajustes psicosociales o trastornos psicopatológicos, por lo que son más propensos a asistir a consultas de psiquiatría en un futuro. (Kumpulainen, Rasanen y Puura, 2001)

Las consecuencias del acoso escolar en alumnos con necesidades educativas especiales suelen ser más graves que las consecuencias en alumnos sin estas necesidades ya que se encuentran en situaciones de mayor vulnerabilidad y evitan la violencia. Estos alumnos no actúan en defensa propia y suelen quedarse en silencio y no contar las agresiones. Algunas de las consecuencias que se evidencian tras este acoso en este tipo de alumnos pueden llegar a ser: el miedo de caminar solo, rechazo hacia la escuela, destruyen los materiales educativos, registran niveles bajos en el rendimiento escolar, tienen pesadillas frecuentemente, etc. (García y Ascensio, 2015).

El acosador suele elegir a sus víctimas con características de inseguridad, de diferentes etnias o razas, con limitaciones en sus capacidades o con una condición física débil. Las consecuencias siempre son negativas y se evalúan condiciones físicas, psicológicas o afectivas. (Erazo, 2016).

En general, las consecuencias son graves por lo que se tiene una gran preocupación entre profesionales de la educación, la política y la salud. Por normativa todos los países deben de tener recogidas actuaciones en los diferentes documentos donde se recogen los derechos y deberes del alumnado. Como también en cada centro educativo es imprescindible y obligatorio que exista un plan de convivencia donde se recojan un plan de actuación para situaciones de acoso (Cerezo y Rubio, 2017).

El acoso y el ciberacoso pueden inducir a otras problemáticas en las víctimas como por ejemplo depresión, ansiedad, aislamiento y conductas suicidas gracias al sometimiento psicológico y físico que ejerce el acosador. Como también, una consecuencia grave del

acosador puede ser que desarrolle una vida delictiva (Brailovskaia et al., 2018; Brunstein et al., 2007; Olweus, 2013).

Por otra parte, el agresor puede presentar más problemas de conducta que la víctima, ya que el alumnado que tiende a ser el agresor tiene una menor conducta prosocial. Según estudios los resultados obtenidos muestran como el nivel en habilidades sociales relacionadas con la resolución de conflictos es un predictor positivo de la agresión (Rodríguez-Hidalgo et al., 2021). Existe una relación positiva entre la gravedad de las conductas de acoso y una conexión social casi nula en las relaciones familiares y sociales (Arango et al., 2016).

Figura 1. Infografía sobre el bullying. Fuente: elaboración propia



6. Diseño propuesta formativa

La presente propuesta de intervención recoge diferentes aspectos para que cualquier docente pueda llevar a cabo en su aula. No obstante, no es necesario que exista un caso de acoso escolar concreto en el centro si no que es necesario trabajarlo para poder prevenir que este tipo de sucesos ocurra hoy día.

Está diseñado para el alumnado de primaria, más concretamente para los alumnos de quinto y sexto de primaria.

Se plantea un programa de prevención al acoso escolar, teniendo en cuenta los intereses, capacidades y motivaciones que pueden tener los alumnos de esa edad. Se llevará a cabo durante un mes, más específicamente durante 10 sesiones de una hora aproximadamente cada una.

7. Objetivo general y específico

El objetivo principal de este trabajo de fin de grado es prevenir el acoso escolar en el contexto educativo para así lograr un fomento de la inclusión desde una edad temprana.

Además de nuestro objetivo principal también tenemos algunos más que lo complementan como:

- Dar a conocer y visibilizar las causas, consecuencias y remedios del acoso escolar.
- Orientar y ayudar al alumnado a detectar situaciones de acoso.
- Aumentar la autoestima.
- Respetar a los compañeros.
- Tener una buena percepción tanto de sí mismos como de los demás.
- Crear conciencia de la importancia de luchar todos contra el acoso escolar.

8. Metodología

La metodología está basada en programas de prevención, más específicamente en uno que busca prevenir la aparición del bullying a través de la promoción de valores como el respeto, la empatía y la tolerancia. Esto está diseñado para que se lleve a cabo mediante sesiones de trabajo que fomenten la reflexión y el diálogo.

La metodología empleada en este trabajo de fin de grado está enfocada principalmente en el aprendizaje colaborativo con el grupo de iguales, es decir, sobre todo está enfocado en

la empatía. Durante esta propuesta de intervención el docente tiene un papel muy importante ya que actúa como agente social – mediador, guía el transcurso de las actividades dejando que los propios alumnos experimenten, descubran, se diviertan y razonen por sí solos.

Las sesiones que se van a llevar a cabo están fundamentalmente centradas en el aprendizaje cooperativo y grupal, de manera que el alumnado trabaje de forma conjunta y se establezcan relaciones entre ellos. Aunque también realizaremos actividades de carácter individual, para fomentar el aprendizaje autónomo.

9. Desarrollo sesiones

Sesión 1

Objetivos: Aumentar la autoestima.

Desarrollo: Realizaremos un sociograma para ver el estado en el que se encuentra el aula y las relaciones que existen dentro de ella, se proyectará un documento con una serie de preguntas (ver anexo 1). Seguidamente realizaremos un “Cariñograma” esto consiste en que cada alumno cree una carta con su nombre o foto y que durante la semana escriban un mensaje a otro compañero (es recomendable que los mensajes sean anónimos) que le apetezca, dejándoselo en su sobre para así el viernes mirar cada uno y compartirlo con los demás (ver anexo 2).

Materiales: cartulinas, colores, folios, tijeras, pegamento, cinta adhesiva mesas, sillas.

Sesión 2

Objetivos:

- Orientar y ayudar al alumnado a detectar situaciones de acoso.
- Dar a conocer y visibilizar las causas, consecuencias y remedios del acoso escolar.

Desarrollo: Esta sesión la comenzaremos con una película llamada “Cadena de favores”, esta película trata de crear un mundo mejor sin pedir nada a cambio, trata el tema del acoso escolar, el maltrato, la empatía, etc.

Enlace de la película: <https://www.tokyvideo.com/es/video/cadena-de-favores-2000>

Le pediremos a los alumnos que para la próxima sesión se traigan el móvil.

Materiales: Proyector, ordenador, mesas, sillas.

Sesión 3

Objetivos:

- Orientar y ayudar al alumnado a detectar situaciones de acoso.
- Dar a conocer y visibilizar las causas, consecuencias y remedios del acoso escolar.

Desarrollo: Se terminará de ver la película y a continuación realizaremos un kahoot para ver lo que han entendido sobre los valores de esta (ver anexo 3).

Materiales: Proyector, ordenador, mesas, sillas, móviles o portátiles.

Sesión 4

Objetivos:

- Orientar y ayudar al alumnado a detectar situaciones de acoso.
- Aumentar la autoestima.

Desarrollo: En esta sesión realizaremos una actividad llamada “Mi casita autoestima”, trata de una ficha con una casita para colorear y varias preguntas para contestar según sus emociones, sentimientos o vivencias (ver anexo 4).

Materiales: Ficha, mesas, sillas, colores.

Sesión 5

Objetivos: Respetar a los compañeros.

Desarrollo: En esta sesión trabajaremos a través de dos juegos.

- El círculo inquebrantable: Todos los alumnos se colocan en círculo y dos de ellos se quedan aparte. Le damos instrucciones a los alumnos de afuera que tienen que conseguir entrar en el círculo y a los que están formando el círculo les damos instrucciones que solo pueden entrar los que lo pidan por favor. Iremos cambiando las pautas para que todos puedan intentar entrar al círculo.

Materiales:

Sesión 6

Objetivos:

- Crear conciencia de la importancia de luchar todos contra el acoso escolar.
- Dar a conocer y visibilizar las causas, consecuencias y remedios del acoso escolar.
- Orientar y ayudar al alumnado a detectar situaciones de acoso.

Desarrollo: Se crean pequeños grupos dentro del aula, y se les propone que entre todos creen una definición de bullying. Posteriormente, se expondrán todas las definiciones y se escribirán en la pizarra.

Una vez hecho esto, entre toda la clase crearemos una definición común, rescatando ideas y características de todas las definiciones grupales.

A continuación, en una cartulina grande redactaremos la definición de bullying que hemos realizado y la colocaremos en el aula, en un lugar vistoso.

De forma individual, se entregará a cada estudiante una ficha en la que se describa una situación y tendrán que responder una serie de preguntas. Así, se puede comprobar que todos han comprendido el concepto y que pueden detectar situaciones de bullying (ver anexo 5).

Materiales: cartulina, colores, fichas, mesas, sillas.

Sesión 7

Objetivos:

- Crear conciencia de la importancia de luchar todos contra el acoso escolar.
- Dar a conocer y visibilizar las causas, consecuencias y remedios del acoso escolar.
- Orientar y ayudar al alumnado a detectar situaciones de acoso.

Desarrollo: Visualizaremos cuatro cortos sobre el acoso escolar o bullying, una vez vistos los comentaremos y realizaremos una ficha con una serie de preguntas de lo que hemos visto anteriormente (ver anexo 6).

Erizo: <https://www.youtube.com/watch?v=lcMCG5R6c0k>

No Juegos Conmigo: <https://www.youtube.com/watch?v=fdMKi64AKYs>

Piedra, papel o tijera: <https://www.youtube.com/watch?v=noP2S04kJD0>

Superheroes against: <https://www.youtube.com/watch?v=48bDMZalYZg>

Materiales: fichas, lápices, mesas, sillas.

Sesión 8

Objetivos:

- Tener una buena percepción tanto de sí mismos como de los demás.
- Aumentar la autoestima.

Desarrollo: Se dividirán los alumnos por parejas formadas por los docentes o al azar, uno de ellos tendrá un lápiz y un papel y deberá escribir cosas positivas sobre la persona que tiene a su lado. Seguidamente, repetirá lo mismo su compañero. Finalmente, cuando todos hayan acabado, se recogerán los papeles y se introducirán en una caja sorpresa, los alumnos irán sacando el papel y lo leerán en voz alta delante de todos sus compañeros para así intentar adivinar de quien se trata y por qué.

Materiales: fichas, lápices, mesas, sillas.

Sesión 9

Objetivos: Crear conciencia de la importancia de luchar todos contra el acoso escolar.

Desarrollo: En esta sesión se dividirá la clase en grupos de 4-5 alumnos, cada grupo tendrá que crear un cartel de concienciación sobre el acoso escolar o bullying, lo explicaremos delante de nuestros compañeros y con ellos se decorará el centro educativo.

Materiales: cartulina, colores, cinta adhesiva, mesas, sillas.

Sesión 10

Objetivos:

- Crear conciencia de la importancia de luchar todos contra el acoso escolar.
- Dar a conocer y visibilizar las causas, consecuencias y remedios del acoso escolar.
- Orientar y ayudar al alumnado a detectar situaciones de acoso.

Desarrollo: En esta sesión, crearemos un “escape room”. Que consiste en intentar escapar del aula resolviendo enigmas a través de pistas. Tendremos 45 minutos para poder resolverlo. La temática de este escape room es el acoso escolar, lo cual, nuestro caso hablará de un niño llamado Aday que sufre este tipo de acoso en el año 2093 y tendremos que ayudarlo desde el pasado (2023).

Texto introductorio: *¡Emergencia, Emergencia! ¡¡En el año 2093 necesitamos vuestra ayuda, ha ocurrido un suceso de acoso escolar y eso aquí no existe!! Necesitamos que nos ayudéis a encontrar la gorra de Aray para poder enfrentarnos al acosador. ¡Daos prisa, tenéis 45 minutos!*

Este juego se compone de diferentes pruebas:

1. Memory. Consta de 4 parejas de cartas, pero falta una que está escondida por el aula y esta tiene la pista de donde está la siguiente prueba. (ver anexo 7)
2. Puzzle. A través del puzzle encontramos diferentes códigos para abrir los candados. (ver anexo 8)
3. Mensajes WhatsApp. Hay que ordenarlos y tienen un número invisible que solo se puede ver con linternas especiales. (ver anexo 9)
4. Sopa de letras. Está dentro de un cofre cerrado con candados. En la sopa de letras hay una pista escondida, indica donde se encuentra la última prueba. (ver anexo 10)
5. Cofre con candados. Este solo se abre con el código que tienen las conversaciones de WhatsApp. Una vez abierto, encontramos la gorra de Aray y terminamos la misión.

Materiales: Cofres, candados, llaves, pistas

10. Resultados y discusión

Para el diseño de esta intervención se han presentado escasos problemas, como, por ejemplo, no saber exactamente que había que hacer para preparar un trabajo de fin de grado, en el marco teórico nos hemos encontrado con la dificultad de obtener artículos “actuales” ya que la mayoría de los que hay son anteriores al año 2019.

La intervención propuesta se centra en la prevención del bullying en el ámbito escolar, a través de la implementación de un programa de intervención basado en valores.

Es importante tener en cuenta que la implementación de un programa de intervención para prevenir el bullying requiere un compromiso sostenido y a largo plazo por parte de la comunidad educativa. Es fundamental que el programa sea adaptado a las necesidades y características de cada escuela y que se asegure su seguimiento y evaluación periódica.

En resumen, la propuesta de intervención para prevenir el bullying a través de un programa basado en valores es una estrategia adecuada y efectiva, siempre y cuando se asegure un compromiso sostenido y a largo plazo por parte de la comunidad educativa y se adapte a las necesidades y características de cada escuela.

11. Conclusiones

El hecho de haber realizado el trabajo de fin de grado sobre el acoso escolar o bullying permite conocer de primera mano la importancia de una buena relación y respeto entre los compañeros para que no exista este tipo de acoso, como también haber realizado esta intervención permite conocer mejor como actuar ante un caso de acoso escolar.

El bullying o acoso escolar es un problema que afecta a muchos niños y niñas en el ámbito educativo en todo el mundo. Este problema puede tener graves consecuencias para la salud mental y física de las víctimas, así como para su rendimiento académico y su integración social.

Es importante que los docentes, los padres y los estudiantes tomen medidas para prevenir y abordar el bullying en el ámbito educativo. Esto puede incluir la educación en valores como el respeto, la empatía y la tolerancia, así como la promoción de un ambiente escolar seguro y positivo.

También es importante que se establezcan procedimientos claros para tratar el bullying cuando ocurre, incluyendo medidas disciplinarias y de apoyo para las víctimas y los agresores.

En resumen, el bullying es un problema grave que afecta a muchos niños y niñas en el ámbito educativo, pero con la colaboración de todos los implicados en la comunidad educativa, se pueden tomar medidas para prevenir y abordar este problema como también garantizar un ambiente escolar seguro y positivo para todos los estudiantes.

Por lo que una propuesta de intervención de este tipo es muy beneficiosa para la comunidad, ya que contribuye al favorecimiento de las relaciones sociales y a la educación en valores, que como bien sabemos, es la base de todo. Por ello, creo que es muy necesario que este tipo de proyectos se lleven a cabo en las escuelas ya que es una forma de hacerles ver a los alumnos/as que todos somos iguales y que todos tenemos los mismos derechos y deberes en la sociedad.

12. Bibliografía y webgrafía

- Castilla, N. y Vallejo, C. (2021). Cyberbullying: El acoso escolar en el ciberespacio e implicaciones psicológicas. *Hamut'ay*, 8 (1), 67 – 74.
- Collell i Caralt, J., & Escudé Miquel, C. (2006). El acoso escolar: un enfoque psicopatológico. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud/Annuary of Clinical and Health Psychology*, 2, 9-14.
- Cotán Fernández, A. y Ruiz Sánchez, J. C. (2021). *Muros de discriminación y exclusión en la construcción de identidades: la mirada de las Ciencias Sociales*. Dykinson, S.L.
- Estévez, E., Flores, E., Estévez, J. F., & Huéscar, E. (2019). Programas de intervención en acoso escolar y ciberacoso en educación secundaria con eficacia evaluada: una revisión sistemática. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 51(3), 210-225
- Gallego-Jiménez, M. G., Rodríguez Otero, L. M. y Solís García, P. (2021). Relaciones entre familia y bullying: una revisión bibliográfica. *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social*, 28(1), 1-22.
- Gómez Tabares, A. S., & Correa Duque, M. C. (2022). La asociación entre acoso y ciberacoso escolar y el efecto predictor de la desconexión moral: una revisión bibliométrica basada en la teoría de grafos. *Educación XXI: revista de la Facultad de Educación*.
- Marín, I. Á., Pérez-Albéniz, A., Lucas-Molina, B., Valderrey, V. M., & Fonseca-Pedrero, E. (2022). Acoso escolar en la adolescencia: Impacto en el ajuste socioemocional y conductual. *Revista de Psicodidáctica*, 27(2), 141-148.
- Tepale Cortes, J. M., Zarza Villegas, S.S y Villalobos Monroy, G. (2021). El acoso escolar, reflexiones respecto al concepto de pulsión. *Plumilla Educativa*, 28(2), 125-144.
- Zunino, F. C., Medina, J. P., & Russell, C. C. (2020). Acoso escolar por orientación sexual, identidad y expresión de género en institutos de educación secundaria catalanes. *Revista de Educación Inclusiva*, 13(2), 153-174.

13. Anexos

Anexo 1

¡Bienvenid@s!

Instrucciones del sociograma:

1. Sacamos un papel
2. Ponemos nuestro nombre y apellidos
3. Respondemos a las preguntas indicando solo el nº

- 1. Con qué tres compañeros me gusta trabajar.**
- 2. Con qué tres compañeros no me gusta trabajar.**
- 3. Con qué tres compañeros me gusta quedar después de clase.**
- 4. Con qué tres compañeros no me gusta quedar después de clase.**
- 5. Que tres compañeros crees que son los más populares de clase, a los que todo el mundo sigue.**
- 6. Que tres compañeros crees que son menos populares en clase.**

Anexo 2

ejemplo:

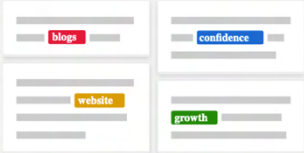
 **CARIÑOGRAMA**

¿Qué has sentido al ver esta película?



Los jugadores escriben hasta 250 caracteres y envían sus respuestas. Sus respuestas se visualizan como tarjetas de texto.



¿ Que parte de la **película** te gustó y porque?

75

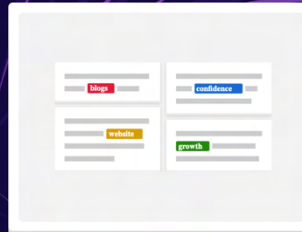


Los jugadores escriben hasta 250 caracteres y envían sus respuestas. Sus respuestas se visualizan como tarjetas de texto.



¿ Que hace el profesor para cambiar el mundo?

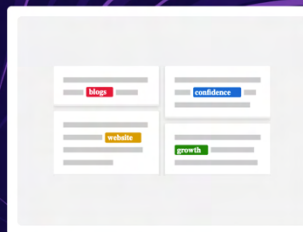
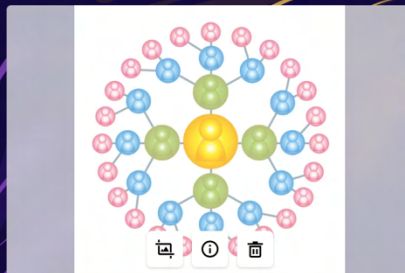
75



Los jugadores escriben hasta 250 caracteres y envían sus respuestas. Sus respuestas se visualizan como tarjetas de texto.

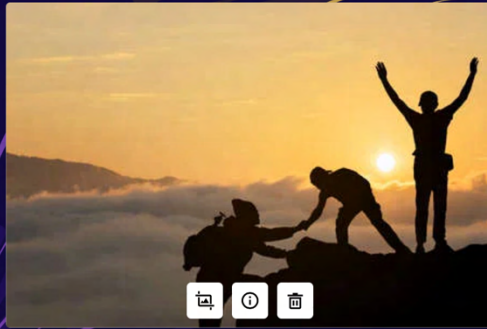
Piensa en alguna situación que ocurra en tu entorno y te gustaría cambiar

47



Los jugadores escriben hasta 250 caracteres y envían sus respuestas. Sus respuestas se visualizan como tarjetas de texto.

¿Cuánto crees que es de importante ayudar a los demás?



Mín.

10



100

Añadir unidad

100

Margen de respuesta: de 91 a 100

Valor del paso: 1

Mi casita de la autoestima

Nombre y apellidos:

Pon color y después anota en esta casita:

- En cada ventana anota aquello que sabes hacer muy bien
- En la chimenea anota 3 personas que saben elogiarte y ser amable contigo siempre
- En la puerta anota 3 sueños que deseas alcanzar en un futuro corto
- En el tejado anota 3 situaciones y personas que te hacen sentirte poco valioso/a
- En la fachada anota 3 logros que has alcanzado recientemente



Tres elogios que te gustan escuchar:

Tres personas que te dan confianza:

Tres recuerdos que te hacen feliz:

Tres manías que necesitas abandonar:

Tres personas que te ponen muy nervioso/a:

Tres cosas nuevas que deseas aprender:

Dentro de 10 años me veo...

El mayor miedo que he superado es...

Tres rasgos de tu personalidad que jamás cambiarías...

Tres cosas que admiras de otras personas...

Tres adjetivos positivos que me definen son...

Completa estas frases: ¿Te atreves?

- Mi familia me ayuda con...
- El color negro lo asocio a...
- El juego que más recuerdo de mi infancia es...
- Lo que espero de un amigo es...
- Jamás intentaría...
- La tristeza suelo asociarla a...
- Ese lugar donde jamás trabajaría sería...
- El dinero me aporta...
- Pierdo mi paciencia con...
- Me encanta escuchar a...
- Mi relación con mis padres es.... debería...
- Necesito ordenar urgentemente...
- Para concentrarme mejor necesito...
- El respeto es necesario para...
- Nunca sería capaz de...
- Un viaje soñando sería...
- Me encantaría conocer mejor a...
- Ser generoso me permite...
- Suelo notar mi enojo en...
- La persona que más me valora es...
- Mi vida es...
- Necesita cambiar urgentemente en...
- Mi mejor consejo es...
- Un sabor que me agrada mucho es...
- La lluvia me provoca
- Una rutina imprescindible en mi día a día es...
- Suelo recordar mucho a...
- Las mentiras suelen traer...
- Hablar mal de otros es...

¡Dile adiós al acoso escolar!

Nombre y apellidos:

Aday siempre ha sido un niño muy alegre, pero últimamente tiene muy pocos amigos, y sus compañeros de clase le molestan continuamente. Aday, cada mañana se levanta sin ganas de ir al colegio y desea que llueva muy fuerte para no tener que salir al patio.

1. ¿Cómo crees que se siente Aday?
2. ¿Qué crees que piensa Aday de lo que le ocurre?
3. ¿Por qué crees que le ocurre esto?
4. ¿Qué crees que podría hacer para cambiarlo?
5. ¿Crees que alguien podría ayudarlo?
6. Si pudiese cambiar algo ¿Qué crees que desearía?

Anexo 6

Tras ver los vídeos responderemos a una serie de preguntas:

Nombre y apellidos:

1. ¿Qué te han transmitido los videos vistos en clase?
2. ¿Cómo te sentirías si fueses tú el protagonista de uno de esos videos?
3. ¿Por qué crees que ocurren estas cosas?
4. ¿Te has sentido alguna vez apartado del grupo o te han dado de lado?
5. ¿Crees que hay algún compañero de clase que pueda sentirse así?
6. ¿Hay algún compañero en clase que no juega o habla con nadie, o que pueda sentirse apartado?
7. ¿Qué puedes hacer para evitarlo?
8. ¿Crees que hay algún niño/a en clase que trata mal a algún compañero/a?
9. ¿Qué puedes hacer tú para evitar eso y deje de tratarlo/a mal?

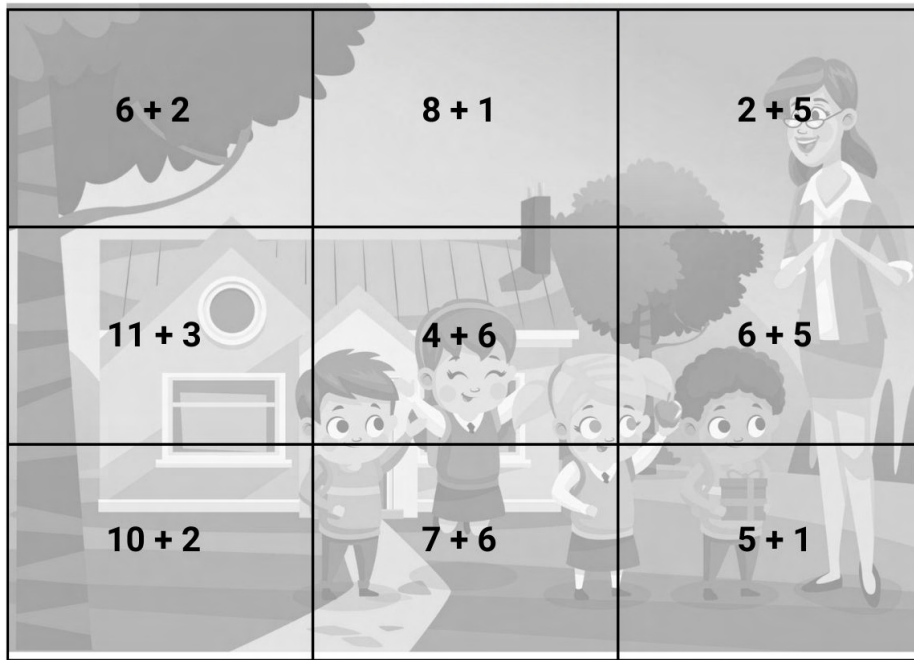
Ahora es momento de llevarlo a la práctica, si ves que hay algún compañero que nunca juega con nadie, que siempre está solo/a en el recreo y en clase, que algún amigo/a tuyo trata mal, piensa que pasaría si no fuese él o ella y fueses tú, ¿Cómo te gustaría que te trataran? Pues haz tu lo mismo, anima a ese compañero/a jugar, trátalo/a con respeto y cariño, interesante por las cosas que más le gusta hacer, y hazlo sentir parte del grupo.

Anexo 7

<p>Me siento</p>  <p>preocupado/a</p>	<p>Me siento</p>  <p>tímido/a</p>	<p>Me siento</p>  <p>decepcionado/a</p>	<p>Me siento</p>  <p>enfadado/a</p>
<p>Me siento</p>  <p>triste</p>	<p>Me siento</p>  <p>con sueño</p>	<p>Me siento</p>  <p>apenado/a</p>	<p>Me siento</p>  <p>cansado/a</p>
<p>Me siento</p>  <p>preocupado/a</p>	<p>Me siento</p>  <p>tímido/a</p>	<p>Me siento</p>  <p>decepcionado/a</p>	<p>Me siento</p>  <p>enfadado/a</p>
<p>Me siento</p>  <p>triste</p>	<p>Me siento</p>  <p>con sueño</p>	<p>Me siento</p>  <p>apenado/a</p>	<p>Me siento</p>  <p>cansado/a</p>

Anexo 8

Completa el puzzle y prueba las diferentes combinaciones para abrir los candados.



Anexo 9







SOPA DE LETRAS



E	N	A	M	O	R	A	D	O	U	X
O	C	L	F	M	B	F	S	E	A	M
E	O	A	E	E	O	A	G	N	U	O
R	M	M	L	S	L	M	E	A	U	L
A	P	O	I	T	D	I	T	W	J	E
B	A	L	Z	B	A	N	C	O	L	S
I	R	A	D	D	D	I	I	Q	Z	T
A	T	P	O	C	S	A	R	D	A	O
T	I	P	O	F	E	O	T	N	P	N
O	D	A	Z	N	O	G	R	E	V	A



FELIZ - AVERGONZADO - TRISTE -
ENAMORADO - MOLESTO - RABIA



**HAY UNA PALABRA ESCONDIDA QUE OS DARÁ LA
SIGUIENTE PISTA**

