

TRABAJO DE FIN DE GRADO



UNIVERSIDAD DE SEVILLA
Facultad de Ciencias de la Educación
Curso 2022/2023

ACOSO ESCOLAR: QUÉ ES Y CÓMO TRABAJARLO EN LAS AULAS DE PRIMARIA.

Grado en Educación Primaria

Autora: Lucía Pérez López

Tutor: Mario Ferreras Listan

Departamento: Didáctica de las Ciencias Sociales

Tipología mixta: propuesta de creación de recursos educativos.



RESUMEN

El bullying es un fenómeno muy común y del que al mismo tiempo se conoce muy poco. A lo largo del Grado en Educación Primaria no aparece ninguna formación sobre bullying y muchos/as llegaremos al aula sin conocer en qué consiste. Qué es acoso escolar y qué no lo es, las motivaciones para practicarlo, quiénes son los agentes implicados, qué consecuencias tiene, cómo se puede prevenir el bullying, de qué manera actuar cuando identificamos bullying y un banco de actividades y recursos para trabajarlo serán suficientes para tener esas nociones básicas que tanto pueden ayudarnos.

PALABRAS CLAVE

Acoso escolar / agentes/ violencia/ alumnado /resolución de conflictos

ABSTRACT

Bullying is a very common phenomenon but also unknown. During the career as a teacher, we don't receive a formation based on bullying so many teachers will come to class ignoring that phenomenon. What is considered bullying and what not? Which are the motivations for doing that? Who are the agents involved? What are the consequences? How can we prevent it? In which form we must act when a bullying situation is recognised? Can I work that in class using games and activities? All these concepts will be enough for having basic knowledge of bullying that can help in the future.

KEY WORDS

Bullying, agents, violence, students, conflict resolution

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.	3
2. MARCO TEÓRICO.	4
2.1. ¿Qué es el acoso escolar?	4
2.2. Tipos de Acoso	6
2.3. Agentes implicados en el acoso escolar	8
2.4. Medidas para la prevención del bullying	10
2.5. Formas de trabajar el bullying en las aulas	13
2.6. Cómo actuar ante una situación de bullying	18
2.7. Consecuencias del bullying	20
2.8. Recursos para trabajar el bullying	21
3. Objetivos del TFG.	22
4. Metodología del TFG.	22
5. Conclusiones.	28
6. Referencias bibliográficas.	29
Anexos	31

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.

El acoso escolar o bullying es un suceso que ocurre muy a menudo en las aulas y del que no estamos realmente concienciados ni lo comprendemos en toda su esencia. Gran cantidad de niños y niñas en etapa escolar sufren situaciones de acoso, sin comprender realmente que se trata de una situación de acoso. Esto es debido a la falta de información e importancia que se le da a este suceso, ya que no se trabaja el cómo reconocer si estoy siendo víctima de una situación de bullying, o cómo ayudar a otros compañeros/as que lo están viviendo.

Lo más desconcertante es que esta desinformación es normal que la tenga el alumnado, ya que se dan ocasiones en las que los mismos docentes no están realmente formados en la gestión de estas situaciones, por lo que no pueden transmitirles a sus estudiantes las pautas a seguir ni la confianza e importancia necesaria.

Es por ello por lo que considero esencial que los docentes comprendan en que consiste el bullying, quienes están implicados, cómo se puede prevenir y cómo se debe afrontar.

El hecho de que los docentes conozcan en qué consiste el acoso escolar es algo que puede parecer simple y lógico, sin embargo, a lo largo del Grado en Educación Primaria nos enseñan muchos conceptos teóricos que posiblemente en la práctica no sea tal y como lo hemos aprendido, y sin embargo hay otras situaciones de las que no se habla, como a afrontar una situación de acoso escolar.

Como futura docente me resultaría vergonzoso estar vivenciando una situación de bullying y no conocer las pautas necesarias para reaccionar.

Por ese motivo, este trabajo está enfocado a comprender el bullying como concepto, reconocer quienes participan en las situaciones de acoso y cuál es el papel que realizan, además de ofrecer recursos basados en la evidencia de diferentes investigaciones, para usarlos en el aula y poder así afrontarlo en las aulas y de esa manera poder frenarlo.

2. MARCO TEÓRICO.

2.1. ¿Qué es el acoso escolar?

Es importante comprender a qué nos enfrentamos cuando intentamos resolver un problema, es por ello que antes de intentar trabajar sobre el acoso escolar en las aulas, hay que comprender realmente en que consiste el fenómeno, cómo identificar un caso de acoso

escolar, cuáles son los agentes implicados en él y las consecuencias que conlleva sufrir bullying, para a partir de ahí, saber cómo darle solución.

En primer lugar, ¿de dónde nace esa terminología?: El término bullying tiene origen germánico y su raíz “bully” significa abusón, matón, acosador (Hamodi-Galán y de Benito, 2019).

La definición de acoso escolar es, según la Orden de 20 de junio de 2011, el abuso físico, verbal o psicológico por parte de uno o más compañeros/as de manera repetida en el tiempo hacia un alumno/a. No es lo mismo sufrir bullying que sufrir una agresión esporádica, ya que para que sea considerado bullying debe cumplir unas características determinadas.

Por ello, hay que prestar atención a las características concretas del bullying para poder identificarlo correctamente. Estas son (Orden de 20 de junio de 2011):

- Intencionalidad: la agresión no es un suceso aislado y está dirigida a una persona en concreto.
- Repetición: es una acción agresiva que se reitera a lo largo del tiempo y que la víctima la experimenta de manera continua, provocando la posibilidad de ser objeto de futuros ataques.
- Desequilibrio de poder: no existe igualdad física, psicológica o social, lo que provoca que no exista equilibrio en las relaciones interpersonales.
- Indefensión y personalización: un alumno o alumna es el objetivo de esta situación, haciéndolo indefenso y vulnerable.
- Componente colectivo o grupal: el agresor/a no suele actuar de manera independiente, sino que cuenta con un grupo.
- Observadores pasivos: existen compañeros y compañeras que son conocedores del suceso, pero no contribuyen a que finalice la agresión.

Ocurre en ocasiones que un alumno/a presenta una conducta agresiva, esta violencia puede ir encaminada a objetos y material escolar (sillas y mesas rotas, pintada de paredes, etc.) o hacia los propios compañeros y personal docente (agresiones verbales, físicas o bullying) (Martín, 2009).

Cuando en lugar de acoso escolar, lo que se dan son agresiones esporádicas, estos incidentes serán atendidos según las medidas que el centro establezca en el plan de convivencia, siguiendo con lo que se especifica en los Decretos 327/2010 y 328/2010 de 13 de julio, donde se aprueban los Reglamentos Orgánicos (Orden de 20 de junio de 2011).

Este tipo de agresiones pueden confundirse con el bullying al implicar abusos, traiciones y malignidad, pero aun así no debe confundirse con acoso escolar, ya que no implica un vínculo

entre los participantes, un desequilibrio de poder ni una orientación concreta de los ataques (Hamodi-Galán y de Benito, 2019).

Es importante estar bien informados/as sobre el bullying, debido a que es una de las situaciones problemáticas principales que vamos a encontrar actualmente, ya que es la manera de producir violencia más común en los niños y niñas en el centro escolar (Hamodi-Galán y de Benito, 2019).

Según la UNESCO, el acoso escolar o bullying es un suceso más extenso de lo que se piensa. Los datos reflejan que en Europa uno de cada cuatro estudiantes a lo largo de su vida escolar ha sido víctima de agresiones y que, de ellos, un 12% han recibido la agresión mediante el ciberbullying (Rusteholz y Mediavilla, 2022).

Los datos son bastante preocupantes, pero ¿Cuáles son las causas que provocan que se de esta situación? La causa más frecuente de bullying en los centros educativos es la apariencia corporal de la víctima (Educaweb, 2019). Concretamente aquellos niños y niñas cuya apariencia es percibida como diferente a los ojos de sus compañeros.

El alumnado homosexual tiene más peligro de sufrir bullying, a los que se le añaden los alumnos y alumnas que no cumplen los estereotipos de género (chicos “afeminados” o chicas “masculinas”) (Educaweb, 2019).

Las relaciones entre iguales y la calidad de estas están relacionadas con el rendimiento académico y que los alumnos adquieran un desarrollo socioafectivo (Moreno et al., 2021). Es por ello que de la misma manera, el acoso escolar y el nivel de competencia social están relacionados. Este hecho debe ser tenido en cuenta especialmente en la etapa de fin de niñez e inicio de adolescencia (paso de primaria a secundaria). En esta etapa los niños y niñas se enfrentan a retos interpersonales desconocidos para ellos y que deben afrontar mediante la educación social, moral y de emociones (Romera et al., 2022).

En educación secundaria prevalecen unas formas de agresión y violencia, siendo estas los problemas de disciplina, la disrupción en las aulas, las agresiones físicas (incluyendo bullying) y el acoso e intimidación de carácter sexual (Martín, 2009). Es por ello por lo que los docentes de primaria debemos asentar las bases del trabajo sobre el bullying para que no persiga en el tiempo y que lleguen a darse situaciones cada vez más complicadas de gestionar. Los primeros estudios que se realizaron sobre el bullying fueron en 1973 por Olweus (Hamodi-Galán y de Benito, 2019), y actualmente, mejorar la convivencia y prevenir el bullying es primordial para el estado español, incluso para el ámbito internacional (Moreno et al., 2021).

El siglo XXI plantea un reto muy claro para la educación: la mejora de la convivencia en los centros educativos y la aseguración de bienestar (Moreno et al., 2021).

Como dato a analizar, cabe resaltar que las comunidades autónomas donde hay mayor índice de bullying son Asturias (18,95%), Castilla y León (18,05%), Andalucía (17,63%) y Canarias (17,60%) (Rusteholz y Mediavilla, 2022).

En cuanto a la normativa relacionada, además de la Orden de 20 de junio de 2011 en la que se adoptan medidas para la promoción de la convivencia en los centros docentes sostenidos con fondos públicos y se regula el derecho de las familias a participar en el proceso educativo de sus hijos e hijas, encontramos la Orden de 28 de abril de 2015, por la que se modifica la orden anteriormente citada, aunque más centrada en la identidad de género. Por último encontramos las Instrucciones de 11 de enero de 2017 que están relacionadas con el protocolo de actuación que hay que llevar a cabo en casos de ciberacoso, aunque es similar al que aparece en la Orden de 20 de junio de 2011.

2.2. Tipos de Acoso

Diversos autores han realizado clasificaciones de los tipos de bullying que podemos encontrar, aunque la terminología puede variar, coinciden en las características de cada tipo.

De tal manera encontramos que la Unesco (Educaweb, 2019) considera el acoso escolar a la violencia tanto física y psicológica como sexual. Considerándose cada una como:

-Violencia física: peleas, castigos y acoso físico.

-Violencia psicológica: abuso emocional y verbal de la víctima, excluyéndola de manera psicológica y socialmente, incluyendo la intimidación.

-Violencia sexual: intento y obtención de actividad sexual sin consentimiento de la víctima, igual que el contacto no apetecido o el acoso sexual.

Partiendo de los tipos de violencia que se pueden integrar dentro del fenómeno bullying, aparecen los diferentes tipos. Así Martín (2009) expone 4 tipos de bullying:

-Bullying verbal: insultar, burlarse, poner motes, etc., (Euroinnova, s.f.). Es característico por afectar psicológicamente al acosado a través de insultos, palabras de desprecio, intimidación, apodosos...

-Bullying físico: empujones, codazos, patadas, etc., (Euroinnova, s.f.). Afecta físicamente al acosado al recibir agresiones tales como patadas, golpes, empujones, arrojamiento de objetos, etc.

-Bullying emocional: chantaje, extorsión para conseguir algo.

-Bullying sexual: tocamientos al acosado sin previo consentimiento, realizando gestos considerados obscenos e incluso llegando a peticiones de carácter sexual. (Euroinnova, s.f.). Está centrado en el rechazo con intenciones sexuales o abusivas. Esta tipología afecta de mayor manera a las niñas y a las personas homosexuales de manera que les cree inseguridad.

Además de estos tipos de bullying, (Euroinnova, s.f.) añade otros dos más:

-Bullying social: el objetivo de esta tipología de bullying es la exclusión al acosado de un grupo social.

-Ciberbullying/ciberacoso: Las agresiones se realizan mediante las TIC, como destacan las redes sociales. Es utilizado para el envío de mensajes hirientes, con contenido falso, grosero o incluso de información personal del acosado para así perjudicarlo psicológicamente.

El ciberbullying o ciberacoso es un nuevo tipo de acoso basado en las TIC (internet y móviles). Es un acto de agresividad reiterado realizado por un persona o grupo de personas contra una víctima, que no dispone de posibilidad de defenderse cómodamente, usando medios electrónicos (Martín, 2009). Además, el ciberacoso engloba el uso de redes sociales y medios electrónicos (correo, mensajes, blogs, whatsapp...) para acosar a una víctima. La intención es causar daño, incomodidad emocional y aflicción. Abarca desde el hecho de mandar contenido a una persona que no quiere recibirlo ni estar en contacto con el emisor, a amenazas con diferentes tipos de etiquetas y connotaciones, llegando incluso a objetivos sexuales. Un ejemplo de ciberbullying en la escuela podría ser la grabación comprometida de un compañero y la posterior subida del vídeo a internet (Martín, 2009).

El ciberacoso se diferencia del acoso tradicional en primer lugar por la audiencia que puede llegar a alcanzar, ya que el ciberbullying acaba llegando a muchas más personas que el acoso tradicional, otra diferencia sería la incapacidad de huida o el desconocimiento de quién es el agresor. Las consecuencias sufridas son mayormente a nivel psicológico, afectando de igual manera que en el acoso tradicional (Martín, 2009). El ciberbullying es un fenómeno que según la UNESCO va en aumento aunque comparándolo con otros tipos de acoso el porcentaje es aún pequeño (Rusteholz y Mediavilla, 2022).

Los niños y niñas viven las actualizaciones y cambios que recibe la sociedad de cara a los recursos tecnológicos y es por ello por lo que cada vez van adquiriendo más interés por las TIC, lo que supone un aumento del uso indebido de estas.

Es importante conocer de qué tipo de bullying estamos hablando para así saber qué medidas usar para combatirlo.

La UNESCO (Educaweb, 2019) resalta como método de acoso escolar más frecuente a la violencia física escolar, a la cual sigue el acoso sexual. Aunque se pueden ver variaciones en la tipología de bullying que se use dependiendo de factores geográficos y sociales:

Es curioso el hecho de que dependiendo de la zona geográfica, se dan un tipo u otro de bullying más predominante. Según (Educaweb, 2019), en E.E.U.U., Canadá y Europa (países con un desarrollo de la economía alto) el tipo de bullying más común es el acoso psicológico.

Además, el tipo de acoso que se dé también depende del género de los participantes. Los niños están más inclinados a sufrir violencia física, en tanto que las niñas son más propensas a sufrir acoso psicológico y ciberbullying (Educaweb, 2019).

2.3. Agentes implicados en el acoso escolar

Según (Merayo, 2013) en las situaciones de acoso escolar aparecen los siguientes participantes:

-El acosador/agresor: Son estudiantes que buscan la atención de los demás practicando conductas agresivas hacia otros. Pueden presentar autoestima y seguridad en ellos mismos bien de manera muy elevada o de manera muy baja, aunque de ambas formas sus relaciones están basadas en un modelo de exclusión y menosprecio a otros. Podríamos preguntarnos ¿cuál es el objetivo de un/a acosador/a? pues es fácil: excluir, intimidar, aterrorizar y suprimir a aquellos/as que son diferentes, bien porque destaquen en algo (notas) o porque no quieran seguir las conductas de los acosadores, en definitiva, aquellos que presentan características de las que el agresor carece, haciéndole espejo de aquello que no tiene. El acosador suele presentar pocas habilidades sociales para comunicarse y expresar sus deseos.

Cuando un sujeto es acosador significa que su manera de resolución de conflictos y de relación con los demás debe ser revisada y modificada. No implica que toda su personalidad sea problemática. Esto involucra a los padres y madres en la búsqueda de soluciones junto al centro educativo. Esto se realiza mediante programas de prevención, estrategias para la intervención e informar sobre los programas disponibles para la mejora de la convivencia (Merayo, 2013).

-El acosado/víctima: Carece de habilidades sociales y normalmente reciben rechazo del grupo, siendo así una diana clara para él acosador. No tienen las herramientas necesarias (ni psicológicas ni sociales) para frenar la situación (Merayo, 2013).

Las víctimas no suelen expresar la situación que sufren por vergüenza, inseguridad o inferioridad. Los adultos debemos estar atentos a las conductas para identificar si se está dando esta situación (Merayo, 2013).

Las víctimas de acoso escolar pueden ser clasificadas en dos tipos diferentes según reaccionen de una forma u otra ante el acoso (Martín, 2009):

-Víctima pasiva o sumisa: diferentes por algún motivo, con un nivel de autoestima bajo y con bastante protección por parte de los padres. Sus calificaciones suelen ser buenas (mejores que las de los acosadores, pero sin destacar), no tienen popularidad entre sus iguales de clase, siendo a menudo ignorados o rechazados, teniendo dificultades para relacionarse con los demás y expresarse.

-Víctima provocativa/agresiva: presentan un comportamiento impulsivo, molesto e irritante, es rechazado por los iguales, hacia los que puede desarrollar actitudes negativas y reaccionar de forma violenta, provocado por la escasez de habilidades sociales.

-El espectador: Son aquellas personas que respaldan la situación de acoso ejecutada por la figura de poder (agresor). Participan observando la situación y pueden intervenir o no en la detención de la acción (Merayo, 2013).

-Espectador pasivo: Son aquellos que no intervienen en el acoso, pero lo observan desde fuera. Para estos/as espectadores, se vuelve algo común el hecho de que un agresor acose a un compañero y que ellos no hagan nada al respecto. Ni incluso comunicarlo al personal del centro o a un adulto.

El alumnado suele evitar informar de situaciones de estas características por miedo a pasar a ser ellos parte de las víctimas que reciban acoso.

-Espectador activo: Son aquellos que actúan como cómplices del agresor, secundándolo, siendo sus amigos y volviéndose así parte del acoso. Aunque no pueden ser considerados como agresores al no ser ellos/as quienes encabezan la acción. Dentro de los espectadores activos, pueden ser (Merayo, 2013):

-Espectadores defensores: son aquellos/as que intentan ayudar a la víctima.

-Espectadores reforzadores: son aquellos/as que no participan directamente en el acoso, pero sí lo provocan mediante su actitud.

2.4. Medidas para la prevención del bullying

Diversos autores coinciden en las medidas que se deben llevar a cabo si se pretende hacer una prevención del acoso escolar.

Autores como Calmaestra et al., (2016) proponen como medidas de educación y protección a uno mismo que se recoja en las enseñanzas básicas una formación hacia una vida responsable, pacífica, tolerante, de comprensión y respeto a la diversidad, los derechos de las personas, sin ningún tipo de distinción. Algunas recomendaciones aportadas por este autor (Calmaestra et al., 2016) tienen que ver con que los niños y niñas reciban una educación y formación basada en la prevención de la violencia. Para ello deben dar especial importancia al respeto a la diversidad, y a la tolerancia, a través de una educación transversal, que aborden las normas de civismo y respeto. También en el uso de las TIC, y la educación en las emociones, especialmente la asertividad, la empatía hacia los demás y el pensamiento crítico. Interiorizando también las consecuencias de sus comportamientos.

Merayo (2013) añade que a estos programas de prevención se involucren no solo al alumnado, sino también a todos los demás componentes de la comunidad escolar, ya que todos son influyentes en algunos aspectos en concreto:

-Alumnado: deben interiorizar el contar que están viviendo situaciones de acoso escolar por parte de un compañero/a, que denunciar estos actos no conlleva ninguna consecuencia negativa para ellos, y que van a ser tenidos en cuenta y creídos cuando decidan contarlo.

-Profesorado: deben tener una buena formación para interceptar este tipo de situaciones y resolverlas de manera efectiva usando estrategias para la resolución de conflictos y para realizar meditaciones.

-Familias: ser conscientes de los programas de prevención existentes en el centro escolar de los niños y niñas, así como su política de actuación.

-Centro educativo: La dirección de los centros debería tener la responsabilidad de informar a las familias sobre los programas de actuación e intervención del acoso escolar existentes en el centro.

-AMPAs: Deben ser conocedores/as de los programas del centro e intervenir en las actuaciones, además de informar a las familias.

Para que se produzca una mejora de la convivencia entre alumnos y alumnas y de esta manera evitar que se produzca la violencia, es necesario que aprendan a resolver conflictos y

problemas de manera constructiva: pensando en el problema, dialogando y negociando las posibles soluciones (Merayo, 2013).

Otros autores como Martín (2009) nos ofrecen unas recomendaciones para evitar y prevenir el bullying, entre las que encontramos:

- Docentes bien formados y apoyo a los centros educativos.
- Conocimiento y aplicación de los protocolos de actuación.
- Oposición a la agresión de cualquier forma.
- Implicar a los alumnos y alumnas en la elaboración de normas de convivencia y en la resolución pacífica de los conflictos.
- Trabajar mediante tutorías las habilidades sociales.
- Vigilancia en los lugares y periodos no lectivos.
- Colaboración por parte de las familias y formación de las mismas.
- Hacer sentir a la víctima apoyada y escuchada.
- Realizar seguimientos de la situación de manera periódica.
- Evaluación de los propios programas de intervención.

La UNESCO propone 8 recomendaciones para frenar el acoso escolar (Educaweb, 2019):

- Existencia de leyes para asegurar los derechos de los niños, que contengan tácticas para prevenir y trabajar el bullying.
- Aumento de concienciación sobre la problemática mediante la realización de proyectos para la prevención y la erradicación de la misma, centrados en evidencias sacadas de investigaciones.
- Formación y apoyo a los docentes para una prevención y respuesta eficaz ante el acoso escolar.
- Realizar proyectos contra la violencia escolar para toda la comunidad educativa: alumnado, docentes, personal escolar, familias y autoridades locales.
- Dar herramientas a los estudiantes para que sean libres de expresar si sufren bullying y así afrontar el problema.
- Incentivar que los alumnos y alumnas participen en la prevención y respuesta del bullying.
- Especial atención a los niños y niñas que puedan mostrarse más indefensos frente al acoso: discapacidad, género, orientación sexual, etnia o raza.
- Instaurar un sistema de recogida de denuncias y herramientas de asesoramiento para las víctimas.

Aquí las familias tienen un papel muy importante, ya que además de lo expuesto, son las encargadas de crear canales para que los niños y niñas hablen y se sientan respaldados y escuchados. Esto conlleva que los padres y madres no empleen palabras ofensivas ni que influyan negativamente en la autoestima del estudiante, sino que para él deben ser personas comprensivas con las que querer o comunicarse (Euroinnova, s.f.).

Diversos estudios apuntan a que la permisividad en el uso de la televisión y un insuficiente control de los programas y los juegos de ordenadores y consolas a los que juegan los niños y niñas pueden haber incrementado el nivel de violencia y mermado la capacidad de empatía. (Merayo, 2013)

Y ante este cambio en la sociedad, que cada vez hace a los niños y niñas más agresivos, hay que tratar de formarse lo mejor posible para prevenir situaciones violentas.

Los padres y madres, el personal docente y otros adultos preocupados desempeñan un rol muy importante a la hora de prevenir el acoso, ya que pueden realizar diversas acciones para su prevención: (Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, 2014)

- Ayudar a los niños y niñas a comprender el significado de acoso y a combatirlo de manera correcta. Hacerles comprender que es algo inaceptable y que sepan cómo pueden recibir la ayuda necesaria.

- Conversar con los niños y niñas regularmente para mantener abierta la línea de comunicación. Escucharlos e interesarse por lo que les pase, sus preocupaciones y sus relaciones sociales.

- Apoyar a los niños y niñas a hacer actividades que le guste e interese, ya que pueden potenciar su confianza y ayudar a sus iguales.

- Dar ejemplo actuando con respeto y amabilidad.

La invisibilidad del bullying por parte de las personas adultas convierte en fundamental el conocimiento de los distintos perfiles de alumnos involucrados en estos actos, ya que pueden proporcionar pistas ante posibles casos de acoso y mantener los niveles de alerta y vigilancia sobre los chicos y chicas con mayores factores de riesgo.” (Equipo de expertos en Educación, 2014).

Las competencias emocionales son aquellas que nos ayudan a resolver y prevenir conflictos, colaborando en la mejora de los aprendizajes escolares y de convivencia. Estas competencias son la conciencia, regulación y autonomía emocional, y las competencias sociales y para la vida y el bienestar. El desarrollo de las competencias emociones es fundamental, y para ello debemos educar las emociones (Moreno et al., 2021).

De la misma manera coincide en que es importante saber gestionar correctamente las emociones, sobre todo esas emociones como la ira, la frustración y la tristeza que son consideradas negativas y solemos reservarnos para nosotros mismos (Euroinnova s.f.).

Cuando el descontrol de emociones afecta a las relaciones con los iguales, se precisa que los padres y madres intervengan en la gestión de las emociones para ayudar a canalizarlas, reconocerlas y evaluarlas para tratar de sacarlas y comunicarlas. Se recomienda realizar un curso de inteligencia emocional para ello.

Dentro de cada centro educativo, debe aparecer en el plan de convivencia del centro las medidas que se deben adoptar ante este tipo de situaciones. Concretamente en el C.E.I.P. Los Cercadillos, de Alcalá de Guadaíra, aparece: “el acoso escolar, entendido como el maltrato psicológico, verbal o físico hacia un alumno producido por uno o más compañeros de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado (C.E.I.P. Los Cercadillos, 2022) aparece reflejado como una conducta gravemente perjudicial para la convivencia, siguiendo con el decreto 328/2010. Igualmente, en el plan de convivencia de este centro educativo se recoge lo siguiente:

“Es importante que los centros educativos sepan cómo actuar ante posibles situaciones de acoso escolar, maltrato infantil, violencia de género, posibles agresiones al profesorado o al personal laboral del centro, cuando el centro escolarice a alumnado que manifieste una identidad de género no acorde con la asignada al nacer, así como ante alumnado con posibles problemas o trastornos de conducta.” (C.E.I.P. Los Cercadillos, 2022).

2.5. Formas de trabajar el bullying en las aulas

El bullying es un concepto que su simple conocimiento no sirve para nada, si no nos sentimos identificados y mostramos sentimiento de empatía hacia las personas que lo están sufriendo. Es por ello por lo que se plantean dinámicas para ofrecer la oportunidad de ponerse en el papel de las víctimas y puedan sentir su vulnerabilidad, de forma que se llegue a alcanzar la sensación de empatía. Tiene mucha importancia que la dinámica esté bien planteada para que se consiga la consecución de los objetivos propuestos. Una vez que se realice la dinámica y hayan surgido emociones, pasaríamos a la fase de expresar lo que se ha sentido. En último lugar, se sacan conclusiones y se generaliza la experiencia de forma que podamos extrapolarla a nuestro día a día, haciendo énfasis en estas situaciones de vulnerabilidad (Hamodi-Galán y de Benito, 2019).

Se ha ido interviniendo en la prevención del acoso escolar gradualmente. El programa “Olweus Bullying Prevention Program” de 1983, consistía en pasar un cuestionario que se cumplimentaba individualmente y en el que el alumnado podía explicar su experiencia relacionada con el bullying. De esta manera se podían detectar casos de acoso escolar y ser eliminados (Hamodi-Galán y de Benito, 2019).

Dentro de la escuela, ejercemos un papel imprescindible, ya que es el lugar idóneo para procurar que se dé comunicación y espacios de diálogo. Esto se puede realizar mediante charlas sobre las relaciones sociales, sobre cómo manejar las emociones negativas, sobre diversidad... ayudando así a disminuir los posibles conflictos entre iguales. Además, se pueden planificar una serie de tareas cuyo objetivo sea la comunión, la integración y la formalización de un ambiente armonioso entre el alumnado (Euroinnova s.f.).

Para evitar que aparezcan situaciones conflictivas y facilitar que los niños y niñas las gestionen de manera correcta es necesario educar y entrenar las emociones (Moreno et al., 2021).

Se ha demostrado que los programas de Educación emocional son muy eficaces para resolver conflictos que se den entre iguales en los centros. Son programas preventivos que han demostrado grandes mejoras en la conducta y una bajada de los comportamientos perjudiciales y disruptivos en los centros escolares (Moreno et al., 2021).

Una cosa es comprender la importancia de la escuela para que no se fomenten este tipo de situaciones y se pueda regular el control de las emociones y otra muy distinta sería: ¿De qué manera se puede trabajar desde la escuela con los diferentes agentes implicados cuando suponemos que se está dando una situación de acoso escolar? (Martín, 2009):

-Agresor: intentar que se ponga en el papel del acosado, por lo que no debería decir ni hacer nada que no le gustaría que le hiciesen a él/ella. Animarlo a que conozca mejor a los compañeros/as sin prejuzgar por ningún tipo de discriminación. Concienciar del daño que puede causar a las personas para que entienda la importancia de no hacer burlas ni difundir falsa información.

-Víctima: Hacer que entienda que no tiene la culpa de la situación, que las diferencias son buenas y no tenemos que culparnos por ser diferentes a los demás. Mentalizar de que ningún igual debe obligarle a nada por el simple hecho de ser más fuerte o estar respaldado por un grupo. Insistir en que cuente este tipo de situaciones y ofrecerle diferentes medios para hacerlo, como escribir cartas.

-Espectadores: animarlos a que no hagan como si nada. Si no quieren ayudar a la víctima por miedo a la implicación, deben avisar a un adulto y en ningún momento incentivar esta acción por parte del agresor. Sensibilizar al alumnado para que rompan el silencio, ya que son situaciones reversibles que en algún momento les puede ocurrir a ellos estar en ese papel.

Hay varias técnicas para saber la situación en la que se encuentra la clase en cuanto a relaciones entre ellos, se puede realizar una medición del bullying y cyberbullying que sufre o han sufrido el alumnado. Rodríguez-Álvarez et al. (2022) emplearon unos ítems sobre agresión y victimización, tales como “me han empujado o han tirado de mí” o “he difundido falsos rumores sobre alguien”. Estos ítems tienen 4 opciones de respuesta: “no me ha ocurrido”, “me ha ocurrido 1-2 veces”, “me ha ocurrido al menos 1 vez/semana”, “me ha ocurrido 2 o más veces/semana”.

Otra técnica sería la de Hamodi-Galán y de Benito (2019), que realizan un sociograma para así identificar el estatus que tiene cada alumno/a dentro de la clase. Para ello pasa unos test al alumnado en los que tienen que escribir el nombre de un compañero o compañera de clase que ellos eligen según corresponda la pregunta, todo ello justificando la respuesta. A partir de los resultados obtenidos, se pueden clasificar a los diferentes alumnos y alumnas en función de las relaciones que establecen dentro del aula.

-Popular: un alumno es popular cuando la mayoría de las personas lo eligen de manera positiva, ya que significa que gusta en el grupo.

-Rechazado: Un alumno es rechazado cuando no se percibe de manera agradable por parte de sus iguales, por lo que es elegido de manera negativa.

-Ignorado: un alumno/a es ignorado cuando no obtiene ni elecciones positivas ni negativas. Son tratados de manera indiferente por parte de sus iguales.

-Promedio: un alumno/a es considerado promedio cuando los resultados son equitativos. Hay sincronía entre los que se eligen de manera positiva y quienes lo hacen de manera negativa.

-Controvertido: un alumno es controvertido al tratarse de un caso conflictivo, esto ocurre cuando obtiene el mismo número de elecciones positivas que negativas.

Las fases del sociograma que cumplimentan los estudiantes son: (Hamodi-Galán y de Benito, 2019)

- En primer lugar elegir el compañero/a con quien querrían trabajar en clase y el compañero/a con el que no querrían. De esta manera se centraría en las relaciones de trabajo en el aula.
- En segundo lugar, tienen que elegir el compañero/a al que invitarían a su cumpleaños y al compañero/a al que no invitarían. De esta manera se centra en las relaciones sociales fuera del aula.
- Por último, tienen que rellenar una lista de roles con el nombre del compañero o compañera que consideran que lo desempeña.

Es interesante hacer sociogramas en clase porque así conoces las relaciones que tienen entre ellos y ellas. Además, como ya hemos visto, la figura del acosado suele corresponder con alguien que no tiene muchas habilidades sociales, por lo que a raíz de un sociograma podemos identificar los alumnos más vulnerables de clase.

Los autores Calmaestra et al. (2016) señalan una serie de actuaciones que se recomiendan ante una situación de acoso:

- Pedir disculpas de manera verbal y escrita.
- Realizar meditación.
- Participar en trabajos concretos relacionados con el daño que se ha causado en horario no lectivo (autorización de las familias).
- Colaboración por parte de las familias para el control y supervisión de los niños/as.
- Práctica de tareas focalizadas en la mejora de la convivencia en el centro escolar.
- Actividades socioeducativas.
- Realización de cursos y programas centrados en las habilidades sociales.
- Amonestación del tutorando y posteriormente de la jefatura de estudios.
- Reuniones puntuales con jefatura de estudios.
- Cambio de grupo al alumnado agresor.
- Suprimir la participación en actividades extraescolares y complementarias.
- Expulsión del centro (máximo 3 días)
- Apertura de un expediente de régimen disciplinario.

Algunos centros han tomado medidas para evitar y reducir el acoso escolar. Además de implementar una educación emocional, han realizado mejoras de las normas de convivencia, puesto en práctica programas como el de “Tutoría entre iguales” donde los alumnos y alumnas de 6º curso ayudan moral y académicamente a los de 1º durante el curso. Los alumnos mayores sirven como apoyo y ayudan al bienestar del alumnado, ya que favorece la

cooperación, la solidaridad, la empatía, la ayuda y la comprensión. Estos valores acaban notándose en el clima de centro. Otro programa que se ha llevado a cabo es el de meditación, donde se aplica la regulación emocional y la asertividad como medio para resolver conflictos y ayudar a los compañeros/as (Moreno et al., 2021).

Otra medida que puede incluirse para afrontar el bullying es la colocación de supervisores en las zonas comunes del centro, como el comedor, los espacios recreativos, etc. (Euroinnova s.f.).

Para conocer el grado de consecución de los objetivos, el propio alumnado relleno un documento evaluando la propuesta (Hamodi-Galán y de Benito, 2019).

Méndez y Álvarez (2014, pp. 224) realizaron un estudio a 93 alumnos del grado de educación primaria para entender cuál es su nivel de conocimiento sobre diferentes aspectos del bullying, como si comprenden en qué consiste el bullying, si conocen las características que suelen presentar las víctimas y los agresores en acoso escolar, si habían agredido durante su etapa escolar, o si consideran que el bullying sea un problema que ocurre en los centros escolares, entre otros conceptos. De todos los participantes, casi un 10% afirma haber agredido y casi un 36% considera que el bullying no es un problema. Estas cifras, aunque parezcan bajas a simple vista, refuerzan la importancia de trabajar el bullying y sus consecuencias para que ese 36% vea realmente que es un suceso que ocurre en los centros escolares y que realmente es un problema actual.

El alumnado no tiene experiencia en bullying para poder resolver y enfrentarse a él empleando las estrategias necesarias. La comunidad educativa está intentando que esto cambie, pero es necesario continuar formando a los alumnos y alumnas para que puedan usar estas estrategias de carácter proactivo (Bautista et al., 2021).

Un ejemplo de esto sería plantear a los alumnos y alumnas diferentes medidas para prevenir y eliminar el bullying para comprender cuál creen ellos/as que sería la mejor acción (Bautista et al., 2021). Aun así, falta mucho por aprender aún sobre el acoso escolar. Es muy importante que para cambiar una situación, se empiece concienciando a los propios agentes que participan en ella. En este caso, la escuela cumple un papel importantísimo.

2.6. Cómo actuar ante una situación de bullying

Para hacer frente al acoso escolar debemos estar muy atentos a los signos que consideremos que no son habituales en el niño o niña, tales como carencia de apetito, tristeza,

insomnio, comentarios desesperanzados y desanimados, descenso del rendimiento escolar y rechazo hacia la escuela (Euroinnova s.f.).

En el momento en que se observe que el niño o niña está en situación de bullying, hay algunas acciones que se pueden realizar (incluyendo las familias) de manera inmediata para colaborar contra el bullying. Un ejemplo sería tomar nota de (Merayo, 2013):

- Detalles de lo ocurrido en las palabras del niño/a.
- Las diferentes fuentes de donde procede la información.
- Señalar en qué consiste el problema
- Comunicarle al niño/a posibles soluciones que se pueden plantear al problema.

Desde los centros escolares se debe seguir con el protocolo de actuación que aparece en la Instrucción de 11 de enero de 2017, en la cual se especifican una serie de pasos a llevar a cabo en momentos de acoso escolar.

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN (Instrucción de 11 de enero de 2017)

-Paso 1. Si hay alguien que sospeche que se da esta situación, debe anunciarlo a un docente, al tutorando, al orientador o al equipo directivo, dependiendo del miembro de la comunidad educativa que sea conocedor, pero siempre teniendo que llegar la información a manos del director/a.

-Paso 2. Reunión de los docentes tutores del alumnado afectado junto con orientadores y el equipo directivo del centro para realizar un análisis y recopilación de la información obtenida del caso. Lo comentado en la reunión deberá constar por escrito. Una vez iniciado el protocolo de actuación debe informarse a inspección.

-Paso 3. Pueden emplearse medidas de urgencia y protección para asegurar el bienestar del acosado, bien de apoyo a la víctima o de prevención al acosador.

-Paso 4. Información cuidadosa a las familias del alumnado partícipe de la situación, explicando el caso y las medidas que se han llevado a cabo.

-Paso 5. La dirección informará (cuidando la confidencialidad) de lo sucedido a los docentes implicados con estos alumnos/as. Si es necesario, podrá informarse del mismo modo a todo el personal del centro y otras instituciones ajenas al centro como sanitarias, entre otras.

-Paso 6. Con las medidas urgentes ya tomadas, el director/a deberá recopilar toda la información posible para elaborar un informe, contrastando las diversas fuentes por las que ha obtenido la información necesaria. Para ello, debe tener en cuenta la seguridad de los/as

menores, así como su intimidad, recopilando todas las pruebas posibles evitando información innecesaria o repetitiva, de forma que se pueda actuar inmediatamente, generando un clima de confianza para el alumnado.

-Paso 7. La dirección del centro adoptará medidas para corregir las conductas del alumno/a agresor, siguiendo el plan de convivencia que el propio centro tenga establecido y con los Decretos y Artículos concretos de estos casos, que aparecen en la Orden.

-Paso 8. Informe sobre el caso y las medidas adoptadas a la comisión de convivencia de la escuela.

-Paso 9. Informe a inspección sobre el caso.

-Paso 10. Decisión tanto del equipo directivo como de los orientadores de las medidas que se van a llevar a cabo tanto dentro del aula y centro como individualizada al alumnado. Las actuaciones serán llevadas a cabo con la víctima (apoyo y desarrollo de habilidades sociales), con el acosador (correcciones y modificación de conducta), con los compañeros que han sido observadores pasivos de la situación (campañas de sensibilización y empatía), con las familias (comunicación y coordinación con los hijos/as) y con el propio profesorado y PAS (orientaciones de detección e intervención).

-Paso 11. Explicación a las familias (pidiendo confidencialidad) de las medidas y procesos que se van a llevar a cabo individual y grupalmente.

-Paso 12. Inspectores llevarán a cabo un monitoreo del caso.

2.7. Consecuencias del bullying

Cuando se dan casos de bullying, encontramos una serie de síntomas o signos que pueden ser muy útiles para detectarlo de manera que podamos evitarla y eliminarla, haciendo de esta manera que la escuela sea un lugar seguro (Martín, 2009).

Estos signos pueden ser evidentes como heridas, arañazos o bocados que no puede o desea explicar, o que sus objetos de uso personal se pierdan constantemente. Otros síntomas pueden ser psicológicos como tristeza, rabia sin explicación, cambios constantes de humor o llegar a dolores estomacales, de cabeza o falta de sueño inusual. Otros signos evidentes a nivel académico puede ser un descenso en el rendimiento, negación a la hora de asistir a clases, modificación del camino casa-escuela, todo ello de manera injustificada e inexplicable (Martín, 2009).

Aunque antes hayamos visto que un 36% de los encuestados no consideran el bullying como un problema (Méndez y Álvarez, 2014), ahora vamos a ver las consecuencias reales que conlleva sufrir acoso escolar en la escuela, tanto para el acosado, como para el acosador y los espectadores ((Merayo, 2013):

-Acosado: las víctimas suelen ser más propensas a padecer problemas en la conducta, como estrés postraumático, cambios en el ánimo e incluso depresión. Estas víctimas suelen mostrarse nerviosas, solitarias y tristes en su día a día.

-Espectadores: Los observadores de las situaciones de acoso escolar tienden a mostrarse incómodos, entrando en un estado psicológico llamado “disonancia cognitiva”. Esto significa que hay diferencia entre lo que piensa (que la acción que se está realizando es incorrecta), y lo que hace (quedarse observando sin hacer nada al respecto). Estos espectadores pueden llegar a insensibilizarse de otras agresiones o situaciones de acoso e interiorizar el hecho de no reaccionar ante las injusticias.

-Acosador: Los acosadores pueden repetir estas acciones como forma de conseguir los objetivos incluso cuando ya han llegado a la edad adulta, lo que dificultaría las relaciones sociales en el futuro.

En los centros educativos, las agresiones físicas debidas al bullying son solo un 10%, mientras que el 90% restante corresponde a otro tipo de agresiones como violencia psicológica, la cual se subdivide en amenazas, intimidación, exclusión, etc. Las consecuencias de esta violencia psicológica son estrés, ansiedad, riesgo de suicidio, bajada de autoestima, depresión, entre otras. Es por ello que los daños más grandes son los que no se ven a simple vista, y aquellos más claros como heridas y golpes, son más detectables, pero corresponden solo a un 10% de los casos. Esta idea está en consonancia con lo que Oñate y Piñuel desarrollaron en Estudio Cisneros X (como se citó en Méndez y Álvarez, 2014).

2.8. Recursos para trabajar el bullying

A continuación, vamos a ver algunos de los muchos programas que podemos encontrar enfocados en trabajar el bullying.

Existen algunos programas dedicados a la intervención del bullying en la escuela, como: The Olweus Bullying Prevention Program, Sevilla Anti Violencia Escolar SAVE, Programa de Educación para la Tolerancia, etc., (Martín, 2009).

La “Asociación Postbullying” ayuda asesorando y orientando a víctimas de bullying mediante ejercicios y recursos. Además de crear proyectos para trabajar la paz que pueden ser usados en educación (Hamodi-Galán y de Benito, 2019).

La “Asociación Española para la Prevención del Acoso Escolar (AEPAE)” tiene un plan contra el bullying que pretende que los niños y niñas desarrollen comportamientos orientados a la resolución pacífica de problemas (Hamodi-Galán y de Benito, 2019).

El programa español “Dando pasos hacia La Paz” está enfocado en fomentar la convivencia y prevenir la violencia mediante el respeto, a través de actividades relacionadas con la paz y la resolución de conflictos. Esta idea se relaciona con lo que comenta Garaigordobil en Efectos del programa “Dando pasos hacia la paz” sobre factores cognitivos y conductuales de la violencia juvenil (como se citó en Hamodi-Galán y de Benito, 2019).

El videojuego HAPPY es una herramienta para que los docentes puedan educar las emociones del alumnado y que de esta manera sean capaces de resolver conflictos con sus iguales en su día a día de manera asertiva, contribuyendo a una mejora de la cohesión del aula y del centro (Moreno et al., 2021).

Además, hay editoriales que han diseñado programas que luego se han llevado a cabo en los centros escolares, pero que han estado enfocados bien en el desarrollo de emociones y adquisición de competencias sobre emociones o bien en la prevención del bullying y la solución de problemas de manera asertiva, sin mezclar ambas. Sin embargo, el servicio científico técnico delibera a unir ambas estrategias (Moreno et al., 2021).

Estos son solo una pequeña parte de todo lo que podemos encontrar. Hay herramientas muy útiles que nos pueden servir de mucha ayuda en algunos casos y a las que se les debe dar visibilidad para que cada vez más personas la conozcan y se reduzcan así los casos de bullying.

3. Objetivos del TFG.

La problemática que se pretende abordar es principalmente el acoso escolar o bullying, un fenómeno muy presente en la vida de los docentes y el cual desconocemos muchísimo, ya que ni en la carrera nos ofrecen información sobre este.

El principal objetivo de este trabajo es conseguir un avance en el nivel de entendimiento que se tiene sobre el bullying de manera que podamos comprenderlo de raíz, identificando los

motivos por el que se produce y los componentes que lo llevan a cabo para poder frenarlo mediante la creación de actividades y juegos.

Objetivo principal: Entender el bullying para poder trabajarlo y frenarlo mediante la creación de actividades y juegos.

Objetivos específicos:

- Comprender en qué consiste el acoso escolar
- Clasificar los agentes que intervienen en el acoso escolar y su influencia
- identificar cual es la población más vulnerable dentro de un aula
- Contrastar la información que nos ofrecen diversos autores
- Desempeñar actividades y juegos a partir de las teorías de los autores

4. Metodología del TFG.

Para la realización de este trabajo, en primer lugar, entre una serie de posibles problemáticas que afectan a la sociedad, se ha seleccionado el bullying o acoso escolar como principal objetivo a tratar. Esta selección se ha producido por varios motivos, resaltando el hecho de que lo desconocemos a niveles enormes cuando es una situación que se da a menudo delante de nuestros ojos, pero como no la sabemos identificar, no podemos frenarla. Y cuando esto ocurre conlleva graves problemas para los agentes implicados en esta situación, por lo que deberíamos tener conciencia de este suceso y darle la importancia que merece.

A raíz de conocer la problemática surge la duda, ¿qué quiero saber sobre el acoso escolar?, y de ahí fueron apareciendo los diferentes apartados que encontramos en el marco teórico.

Para la realización del marco teórico se ha tenido en cuenta la opinión de 16 artículos, libros y leyes que hablan sobre bullying. Mayormente la información era similar en todas las opiniones, aunque en algunas obras se profundiza más sobre algunas temáticas como conceptos y otras tratan más de actividades. Para la búsqueda de las referencias bibliográficas se ha hecho uso de páginas como Dialnet, Google académico, Junta de Andalucía. Las búsquedas que se han llevado a cabo son: “bullying primaria”, “erradicar el bullying”, “tipos de bullying escolar”, “trabajar bullying aulas”, “acoso”, “ministerio de educación”, etc.

En todos los centros educativos se pueden dar en algún momento o en otro una situación de acoso escolar como la que describimos. Es por ello por lo que las actividades que se van a crear están destinadas para alumnos y alumnas en la etapa de educación primaria. Sobre todo finalizando el tercer ciclo ya que es el momento en el que comienzan los cambios de la adolescencia y, cuando es propenso a que estas situaciones ocurran, aunque se puede y debe

llevar a cabo estas actividades en todos los ciclos de la etapa de primaria para asentar las bases del respeto y la igualdad desde el primer momento.

Para la creación de los recursos didácticos se va a tener en cuenta las recomendaciones de los autores que podemos encontrar en el marco teórico. Para cada parte del proceso se podrá vincular una actividad relacionada.

Propuesta de creación de recursos educativos, formativos o didácticos.

Se propone incluir los siguientes apartados: descripción general de la intervención, objetivos, contenidos, competencias clave, metodología, distribución temporal de la intervención, sesiones o actuaciones a realizar, recursos materiales y espaciales, evaluación y en su caso, tratamiento a la diversidad.

A continuación aparecen una lista de propuestas y actividades relacionadas con el acoso escolar/bullying y basadas en lo que los autores recomiendan. Cada actividad tiene una finalidad distinta, por lo que se puede trabajar en un orden concreto o de manera aislada según lo que se pretenda trabajar en ese momento.

-Interpretación de casos prácticos:

Identificación de si existe o no intencionalidad, repetición, desequilibrio de poder, indefensión y personalización, un componente colectivo o grupal y observadores para confirmar que se trata de un caso de bullying o no.

(Anexo 1)

-Realización de un sociograma:

Se realiza un cuestionario en el que el alumnado debe escribir el nombre de los compañeros o compañeras que estime oportuno para cada pregunta. Una vez obtenidos los resultados se realiza un análisis para comprobar las relaciones sociales existentes en el aula.

(Anexo 2)

-Sesiones para entrenar las emociones:

En cada sesión se trabaja una emoción diferente: alegría, miedo, tristeza, ira, asco, sorpresa, etc., de manera muy progresiva, ya que hay que pasar una fase de surgimiento de la emoción, otra de sentir la emoción y por último hay que dejar ir la emoción.

Al final de cada sesión o bien en otra ocasión se puede llevar una dinámica para conocer y gestionar las emociones consistente en que se escribe en un papel lo que estoy sintiendo y el motivo si es que se cual es. Se echan todos los papeles en una cajita de manera anónima y

posteriormente se leen, entre todos hay que apoyar lo que esa persona anónima está sintiendo, e intentar plantear soluciones a su situación.

(Anexo 3)

-Colocación de carteles sobre acoso escolar:

El alumnado realiza carteles de apoyo al alumnado que sufre acoso escolar, apareciendo también ayudas y soluciones.

(Anexo 4)

-Medición del bullying o cyberbullying que sufren o han sufrido:

A través de dos cuestionarios se puede saber si han sido agredidos alguna vez (Anexo 5) o si han agredido (Anexo 6). Estos cuestionarios pueden ser de gran utilidad para darse cuenta el propio alumnado de lo que han vivido. En ocasiones podemos negar haber agredido o haber sufrido agresiones, ya que no le prestamos suficiente atención y no lo consideramos grave como tal, sin embargo al verlo reflejado en un papel y tener que marcar la casilla de “SÍ” hace que nos paremos a reflexionar sobre nuestra propia actitud.

-Representaciones teatrales:

El alumnado realiza representaciones teatrales en las que intervienen los distintos agentes implicados en el acoso escolar. Con la realización de la representación podrán observar de qué manera vive el agresor, la víctima y los espectadores una agresión y cómo podemos intervenir. Para ello, primero se le informa de las características de cada agente implicado y de la situación que van a representar.

(Anexo 7)

-¿Así o así?

En gran grupo se les ofrecerá una lista de acciones y deberán confeccionarán un listado organizado de cuáles de esas acciones serían buenas formas de enfrentarse al bullying y cuáles no serían recomendables.

(Anexo 8)

-Mediadores para supervisar

El alumnado se organiza de manera que haya responsables de supervisar las áreas comunes y que se realice un uso adecuado de las mismas, con la función de que se pueda afrontar el bullying, ya que en estos espacios es donde más probabilidades hay de que ocurra este tipo de situaciones.

-Reflexionar:

El alumnado escribe una carta sobre una situación que recuerden que les haya hecho sentir mal porque se hayan metido con ellos, o hayan vivido alguna experiencia similar, expresando así los sentimientos que vivieron, qué soluciones llevaron a cabo...

-Reconocer tipos de bullying

En primer lugar, se hace conocer al alumnado los diferentes tipos de bullying que existen. A continuación, se les plantea diferentes situaciones y ellos/as deben identificar de qué tipología de acoso escolar se está hablando.

-OCA del respeto

El clásico juego de la OCA pero modificado. En cada casilla aparece un dibujo que corresponde con una tarjeta. Cuando al lanzar los dados se caiga en una casilla, se levanta una de las tarjetas con el mismo dibujo y se deberá leer lo que aparece escrito y realizar lo que pide cada tarjeta (Anexo 9).

Cada dibujo está relacionado con una acción diferente, de tal manera que encontramos:

- Situaciones y que tengan que decir el tipo de bullying que es
- Situaciones y que tengan que decir cómo reaccionaría ante ella
- Casilla de buen compañero que salte a otra.
- Casilla de cómo han resuelto una situación y decir si está bien o mal, y que tengan que corregir las que están mal.
- Decir si la situación se considera bullying o no.
- Casilla del insulto que vuelves a empezar.
- Casilla de los dados que tiras otra vez.

-Tutorías entre iguales

Como propone Moreno et al. (2021), siguiendo con lo que han realizado ya algunos centros, aparece el programa “Tutorías entre iguales”. En este programa, el alumnado de 6º curso ayuda a los alumnos y alumnas de 1º curso, de manera que para los pequeños es un apoyo importante, mientras que los grandes trabajan las relaciones sociales, centrándose en la paciencia, la empatía, la solidaridad, entre muchas otras...

-Meditación

También propuesto por Moreno et al. (2021). El alumnado realiza sesiones de meditación para desconectar de lo que les rodea y conectar con su propio cuerpo, regulando así emocionalmente y potenciando la asertividad para la resolución de conflictos.

-Buzones salvavidas:

Colocación de pequeños buzones por el centro escolar como forma de que el alumnado que sufre bullying o que es espectador y no se atreve a contarlo en persona, tenga la oportunidad de escribir en un papel la situación que está viendo o viviendo y que se le pueda ayudar de esta manera.

-Evaluación

Después de cada actividad si se realiza alguna actividad suelta o bien después de finalizar todas las actividades si se realizan más de una, el alumnado evalúa de qué manera les ha servido lo que han aprendido sobre bullying y acoso escolar, además de plantear dudas y sugerencias que sigan teniendo sobre el tema (Anexo 10).

5. Conclusiones.

El objetivo principal es que tanto el alumnado como todos los miembros de la comunidad educativa comprendan en qué consiste el bullying para, de esa manera, poder realizar un buen trabajo en el centro educativo para frenarlo. Este objetivo, siguiendo con las actividades y juegos que se plantean, se consigue completamente, ya que se trabaja no solo con el concepto de bullying, sino que también se busca el motivo desde la raíz, por lo que se hace mucho más práctico para poder identificarlo nosotros mismos.

Tras una lectura y aplicación de este trabajo, entenderás en qué consiste el bullying, cuáles son los agentes implicados en él y los principales motivos que los inspiran a practicarlo, además de la influencia que tiene sufrir bullying para todos y todas los implicados en él, aunque no participen activamente. Además, gracias a la información contrastada de diversos autores, podemos conocer cuál es el alumnado más vulnerable y así identificarlo en nuestro grupo clase, de manera que gracias a las actividades y juegos consigamos entre todos frenar este suceso.

Como perspectiva de futuro me gustaría que empezaran a integrarse temas como el bullying en las carreras relacionadas con la educación sobre todo, aunque no descartaría realizarlo también en otras carreras, por el simple motivo de que seremos los padres y madres en un futuro y vamos a desconocer algo que puede ocurrirle a nuestros hijos e hijas. Nosotros/as tenemos el poder de frenarlo, pero para ello debemos saber identificarlo, es por ello la gran importancia que tiene esta temática para toda la sociedad.

Desde mi perspectiva, se cumple con los objetivos planteados a pesar de las limitaciones que se pudieran encontrar.

6. Referencias bibliográficas.

- Bautista, P., Vicente, E., Cebollero, A. B. (2021). ¿Cómo afronta el bullying la comunidad educativa? Comparativa entre el alumnado, los docentes y las familias sobre el uso de diferentes estrategias. En J. L. Soler Nages, J. J. Pedrosa Laplana, A. Rodríguez Martínez, A. Royo Montané, R. Sánchez Sánchez y V. Sierra Sánchez (Coords.). *Inteligencia emocional y bienestar IV: reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*. (pp. 301-308). Asociación Aragonesa de Psicopedagogía.
- Calmaestra, J., Escorial, A., García, P., del Moral, C., Perazzo, C. y Ubrick, T. (2016). *Yo a eso no juego: bullying y ciberbullying en la infancia*. Save the children España.
- C.E.I.P. Los Cercadillos (2022). *Plan de centro: plan de convivencia*. https://drive.google.com/file/d/1hrpRFRBF5Hz5wtXd_PS7ONQw6lGfrRYb/view
- Cómo combatir el bullying escolar (S.F.). *EUROINNOVA: International Online Education*. <https://www.euroinnova.edu.es/blog/como-combatir-el-bullying-escolar#tipos-de-bullying-escolar>
- Decreto 328/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de las escuelas infantiles de segundo grado, de los colegios de educación primaria, de los colegios de educación infantil y primaria, y de los centros públicos específicos de educación especial. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 139, de 16 de julio de 2010, pp. 45. <https://www.juntadeandalucia.es/boja/2010/139/boletin.139.pdf>
- Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (2014). *Stopbullying: Cómo prevenir el acoso escolar*. Recuperado el 10 de noviembre de 2014, de <https://espanol.stopbullying.gov/prevenci%C3%B3n-mkd2/c%C3%B3mo-prevenir-el-acoso-escolar>
- Educaweb (2019). *Cómo eliminar el bullying, según la UNESCO*. Recuperado el 2 de noviembre del 2022, de <https://www.educaweb.com/noticia/2019/01/29/como-eliminar-bullying-segun-unesco-18688/>
- Equipo de expertos en Educación (2014). *Los perfiles tipo en el bullying: víctima, agresor, instigadores y espectadores pasivos*. Recuperado el 7 de diciembre del 2014, de <https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/los-perfiles-tipo-en-el-bullying-victima-agresor-instigadores-y>

- Hamodi-Galán, C. y de Benito, Y. (2019). Bullying: detección mediante el test sociométrico y prevención a través de experiencias basadas en el método socioafectivo. *Revista electrónica Educare*, 23(3), 1-25.
- Instrucciones de 11 de enero de 2017 de la dirección general de participación y equidad en relación con las actuaciones específicas a adoptar por los centros educativos en la aplicación del protocolo de actuación en supuestos de acoso escolar ante situaciones de ciberacoso. *Dirección general de participación y equidad*, de 11 de enero de 11 de enero de 2017, pp. 1-12. <https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/abaco-portlet/content/fb2e79b3-4146-4d03-8001-9650eefc0f02>
- Martín, A. (2009). El fenómeno del bullying o acoso escolar en nuestras aulas. *Revista de Formació del Professorat*, 4, 1-7.
- Méndez, I. y Álvarez, Á. (2014). Reconocimiento del bullying en futuros maestros de primaria. En J. I. Alonso Roque, C. J. Gómez Carrasco y T. Izquierdo Rus (Eds.). *La formación del profesorado en educación infantil y educación primaria: retos y propuestas* (pp. 223-234). Universidad de Murcia: Editum.
- Merayo, M.M. (2013). *Acoso escolar: Guía para padres y madres*. CEAPA.
- Moreno, C., Filella, G. y García-Blanc, N. (2021). Educar las emociones para resolver los conflictos asertivamente: Servicio Científico-Técnico Mejora de la Convivencia en los Centros Educativos. En J. L. Soler Nages, J. J. Pedrosa Laplana, A. Rodríguez Martínez, A. Royo Montané, R. Sánchez Sánchez y V. Sierra Sánchez (Coords.). *Inteligencia emocional y bienestar IV: reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*. (pp. 236-243). Asociación Aragonesa de Psicopedagogía.
- Rodríguez-Álvarez, J.M., Navarro, R. y Yubero, S. (2022). Bullying/Cyberbullying en Quinto y Sexto Curso de Educación Primaria: Diferencias entre Contextos Rurales y Urbanos. *Psicología Educativa*, 28(2), 117-126.
- Romera, E.M., Luque-González, R., García-Fernández, C.M. y Ortega-Ruiz, R. (2022). Competencia social y bullying: el papel de la edad y el sexo. *Educación XXI*, 25(1), 309-333.
- Rusteholz, G. y Mediavilla, M. (2022). El impacto del acoso escolar en el rendimiento académico en España. *Fundación Alternativas*, 212, 1-42.

Orden de 20 de junio de 2011, por la que se adoptan medidas para la promoción de la convivencia en los centros docentes sostenidos con fondos públicos y se regula el derecho de las familias a participar en el proceso educativo de sus hijos e hijas. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 132, de 07 de julio de 2011, pp. 12-14. <https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/web/convivencia-escolar/protocolos-de-actuacion-en-casos-de-acoso>

Orden de 28 de abril de 2015, por la que se modifica la Orden de 20 de junio de 2011, por la que se adoptan medidas para la promoción de la convivencia en los centros docentes sostenidos con fondos públicos y se regula el derecho de las familias a participar en el proceso educativo de sus hijos e hijas. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 96, de 21 de mayo de 2015, pp. 10-14. https://www.juntadeandalucia.es/boja/2015/96/BOJA15-096-00005-8939-01_00070046.pdf

Anexos

Anexo 1 □ Análisis de casos prácticos

CASO PRÁCTICO 1

Historia: Juan es un niño de 11 años normal y corriente, como todos nosotros, al que le gusta pasar desapercibido y no ser el centro de atención. Hoy en clase tenían que trabajar la expresión oral y la maestra le ha pedido que se ponga delante de la pizarra a hacer una exposición delante de todos los compañeros. Juan ha empezado a sentirse mal y a enfadarse con la situación, todos los compañeros/as le estaban mirando fijamente y estaba sintiendo mucha vergüenza. La maestra al verlo tan agobiado pasó el turno a otro compañero y al final de la clase habló con él. No se ha vuelto a dar esa situación.

CASO PRÁCTICO 2

Historia: María ha llegado hoy al recreo y se ha sentado a comerse el bocadillo. Un grupito de niñas más grandes que ella se le ha acercado y plantado delante para pedirle su bocadillo. Ya se lo han hecho en más ocasiones, pero esta vez quería saber por qué se lo quitaban, a lo que la que parecía ser la líder del grupo le respondió “porque yo me lo merezco más que tú, y como vuelvas a preguntar te vas a arrepentir”. María no quería meterse en problemas y le dio el bocadillo bastante apenada, sabía que si se lo decía a algún profesor tendría problemas.

Anexo 2 □ Sociograma

Nombre:	
Edad:	Curso y grupo:
Escoge uno o dos compañero/a de clase para las siguientes situaciones:	
<u>Nombre del compañero/a con quien me gustaría trabajar en clase:</u>	
Porque...	
<u>Nombre del compañero/a con quien evitaría trabajar en clase:</u>	
Porque...	
<u>Nombre del compañero/a a quien invitaría a mi cumpleaños:</u>	
Porque...	
<u>Nombre del compañero/a a quien NO invitaría a mi cumpleaños:</u>	
Porque...	
A continuación, di el nombre del compañero/a de clase que crees que desempeña el siguiente rol:	
Mandón/a:	Solitario/a:
Pelota:	Callado/a:
Más estudioso/a:	Líder:
Menos estudioso/a:	Charlatán:
Pasota:	Divertido/a:
Inconformista:	Payaso/a:

Anexo 3 □ Tarjeta de apoyo a lo que estoy sintiendo



Anexo 4 □ Colocación de carteles de apoyo a las víctimas de acoso escolar



Anexo 5 □ Cuestionario para saber si han sido agredidos alguna vez

Marca con una "X" en cada caso

0= No me ha ocurrido

1= Me ha ocurrido 1 o 2 veces

2= Me ha ocurrido al menos una vez a la semana

3= Me ha ocurrido 2 o más veces a la semana

ACCIÓN	0	1	2	3
Me han empujado o han tirado de mí				
Me han lanzado algo				
Han chocado contra mí o me han hecho tropezar				
Me han dado un puñetazo o me han abofeteado				
Me han atacado con algún objeto				
Me han puesto motes				
Me han insultado				
Me han dicho algo que no me ha gustado				
Me han dicho algo para asustarme o intimidarme				
Han intentado poner a la gente en mi contra				
Han difundido falsos rumores sobre mí				
Me excluyeron de un grupo				
Han hecho stickers de mi sin mi consentimiento				
Han colgado algo malo sobre mí en internet (redes sociales: Instagram, whatsapp...)				
*¿Has visto alguna situación de acoso?				

Anexo 6 □ Cuestionario para saber si ha agredido alguna vez

Marca con una "X" en cada caso

0= No me ha ocurrido

1= Me ha ocurrido 1 o 2 veces

2= Me ha ocurrido al menos una vez a la semana

3= Me ha ocurrido 2 o más veces a la semana

ACCIÓN	0	1	2	3
He empujado o he tirado a alguien				
He lanzado algo a alguien				
Me he chocado con alguien o he hecho que se tropiece				
He pegado un puñetazo o abofeteado a alguien				
He atacado a alguien con algún objeto				
He puesto motes				
He insultado				
He dicho algo sabiendo que no iba a gustarle				
He asustado o intimidado a alguien				
He puesto a gente en contra de alguien				
He creado falsos rumores de alguien				
He excluido a alguien de un grupo				
He hecho stickers de alguien sin su consentimiento				
He colgado algo malo sobre alguien en internet (redes sociales: Instagram, whatsapp..)				

Anexo 7 □ Representaciones teatrales para visualizar formas de actuar

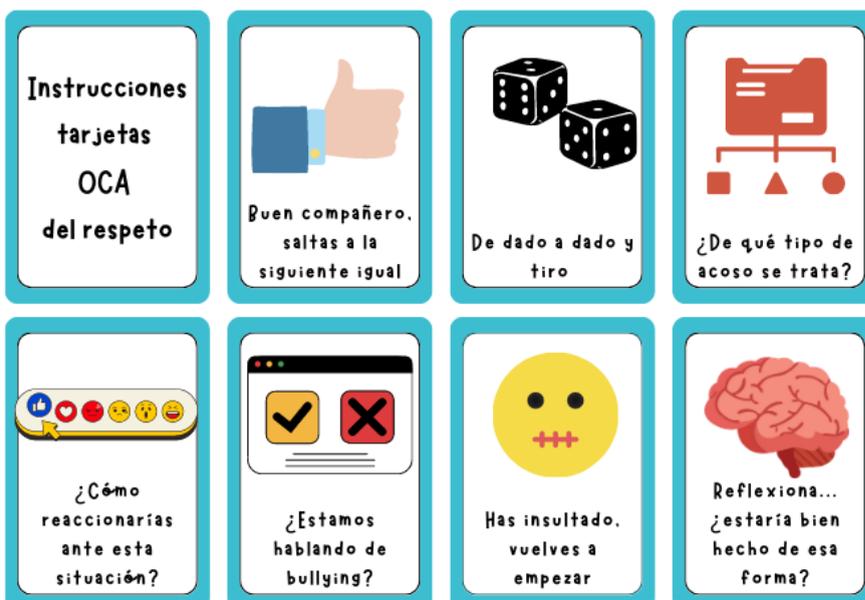
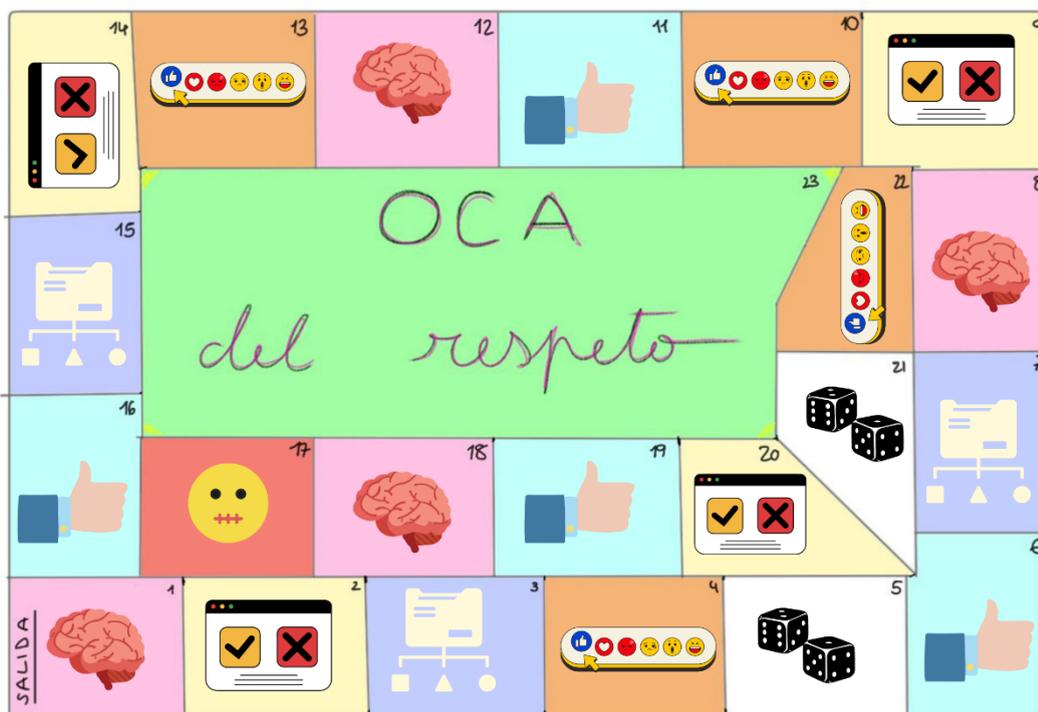


Anexo 8 □ Distintas posibilidades de tratar el bullying, cuales son recomendables y cuáles no

SUBRAYA DE COLOR VERDE LAS QUE CONSIDERES BUENAS ACCIONES Y DE COLOR ROJO LAS QUE NO:

Solucionar tu mismo el problema
Parar esa situación
Dejar de comer
Pensar posibles soluciones
No parar hasta resolver el problema
Buscar ayuda de familiares
Vengarse
Buscar ayuda de un amigo/a
Hacer cosas perjudiciales
Decírle a alguien cómo me encuentro
Reflexionar sobre cómo se ha causado esa situación
No pensar en el problema
Comportarme de manera diferente
Pensar que todo mejorará pronto
Pensar demasiado en la situación
Ver el lado positivo
Concentrarte en otras cosas para no pensar en eso
Ver otros puntos de vista
Olvidar lo que ha pasado
Entender y perdonar
Irse o apagar el móvil
Buscar ayuda de profesionales
Pensar en experiencias para plantear nuevas soluciones
Guardarse lo que sientes para ti mismo
Pensar un plan
Dejar de usar las redes sociales
Tomártelo con humor
Acostumbrarte a la situación
Dormir más

Anexo 9 □ OCA del respeto. Tablero y cartas



Anexo 10 □ Evaluación sobre lo que considero que he aprendido gracias a trabajar el bullying en el aula

