

EL SOCIOGRAMA COMO TÉCNICA PARA LA PREVENCIÓN DEL BULLYING EN EDUCACIÓN PRIMARIA.



**TRABAJO FIN DE GRADO.
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN.
UNIVERSIDAD DE SEVILLA.**

**ISABEL M^a PEÑA MONZÚ.
TUTORA: M^a CARMEN LLORENTE
CEJUDO.
CURSO: 2018-2019**

ÍNDICE.

RESUMEN.	2
PALABRAS CLAVE.	2
ABSTRACT.	2
KEYWORDS.	2
I) INTRODUCCIÓN.	3
II) MARCO TEÓRICO.	5
1. Definición de bullying o acoso escolar.	5
2. Protagonistas del bullying.	7
2.1. Consecuencias del bullying en agresores y víctimas.	11
3. El bullying en la actualidad.	12
4. Definición de sociograma.	16
4.1. Procedimiento para la realización de un sociograma.	18
4.1.1. Ejemplos de sociogramas.	19
5. Importancia del sociograma para la prevención del bullying.	23
III) PLAN DE INTERVENCIÓN.	27
6. Propuesta de sociograma.	27
7. Destinatarios.	30
8. Objetivos.	30
a) Objetivos generales.	30
b) Objetivos específicos.	30
9. Contenidos del curso.	31
10. Diseño de intervención / Metodología.	32
11. Sesiones de intervención / Temporalización.	36
12. Evaluación.	36
IV) CONCLUSIONES Y LIMITACIONES.	37
V) REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.	39

RESUMEN.

El bullying o acoso escolar es un fenómeno que está en nuestra sociedad a la orden del día. Las cifras de los casos de acoso escolar o bullying son cada vez más numerosas y alarmantes. Las consecuencias que conlleva en sus protagonistas son tan graves como duraderas, ya que perduran en el tiempo como si de una cicatriz se tratara. Es por ello por lo que se presenta como técnica para su prevención el sociograma diseñado o, en su defecto, diversos ejemplos de dicha técnica. Desde el ámbito de la educación se pueden inculcar los valores necesarios para evitar el bullying, haciéndoles ver al alumnado la importancia de la empatía y de la asertividad para tener una vida plena y ausente de conflictos.

PALABRAS CLAVE.

Acoso Escolar, Clima Escolar, Violencia, Educación Primaria, Relaciones Interpersonales.

ABSTRACT.

Bullying is an everyday situation in our society. The figures of bullying cases are becoming more and more frequent and alarming. The consequences of those who suffer it are as serious as they are lasting, since they endure in time as much as real scars. This is the reason why the following sociogram has been designed as a technique —or, otherwise, various examples of the aforementioned technique— in order to prevent it. It is possible to instill the necessary values in the education field in order to avoid bullying by making students see the importance of empathy and assertiveness so they can have a full peaceful life.

KEYWORDS.

Bullying, Educational Environment, Violence, Primary Education, Interpersonal Relationship.

I) INTRODUCCIÓN.

El diseño del plan de intervención que presentamos, a través del análisis y la creación de los sociogramas con el fin de detener el fenómeno bullying (o acoso escolar), se debe, entre otros fenómenos, a la multitud de casos que se están dando en la actualidad.

Tal y como afirma el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (como se citó en Epdata, s.f.), los casos de bullying denunciados en España durante el año 2017 ascendieron a un total de 1054, conllevando un aumento del 11,65% respecto al año 2016.

Cabe destacar que, aunque estas cifras son alarmantes, debemos de tener en cuenta que son únicamente los casos denunciados. Es decir, que habrá más, ya que no todo el mundo se atreve a denunciar por miedo a las represalias de los/as agresores/as.

Estos casos, denunciados o no, han supuesto el motivo de suicidio de muchos/as jóvenes. Es más, tal y como afirma Navarro (2017), el suicidio supone el tercer motivo de muerte en las personas correspondientes al intervalo de 15 – 29 años. La última información acerca de esto indica que 310 niños/as y jóvenes menores de 30 años han acabado con su vida, suponiendo entonces un 7,77% del total de las víctimas del suicidio.

Es por todo ello, por lo que es de gran relevancia el tema elegido para este plan de intervención. La responsabilidad es de todos/as; pero, sí es cierto, que tienen un mayor peso las profesiones asociadas al ámbito de la educación. En nuestro caso concreto, la Pedagogía tiene una gran labor que realizar.

Pedagogos/as y docentes deben de unirse y disponer de diversos medios y herramientas para poder detectar estos casos de acoso escolar en los diferentes centros educativos. Por ello mismo, entre ellos, encontraríamos el sociograma propuesto. A través de él, a medida que se trabajan y desarrollan los contenidos del curso podrán, de manera transversal, trabajar y adquirir valores y competencias como la empatía, el trabajo en equipo... Solo de esta manera podremos prevenir los casos de bullying a tiempo o, lo que es mejor aún, evitarlos.

MARCO TEÓRICO

*"El sociograma como
técnica para la
prevención del
bullying en
Educación Primaria."*



II) MARCO TEÓRICO.

1. Definición de bullying o acoso escolar.

Tal y como afirma Salas Picón (2015), el bullying o acoso escolar es un suceso comportamental que existe en nuestra sociedad desde su comienzo hasta la actualidad. La indagación en dicho campo ha dado lugar a innumerables investigaciones que revelan tanto la dimensión del problema como los obstáculos surgidos desde su conceptualización hasta su delimitación.

Consecuentemente, se puede afirmar que el bullying o acoso escolar recibe multitud de diferentes definiciones creadas por distintos autores/as. De igual modo y, siguiendo a dicho autor, en todas sus definiciones aparecen variables como conflicto, agresividad y agresión. También, se debería mencionar que ocurre en un contexto delimitado. Concretamente, en el ámbito escolar.

A continuación, para comprender el término correctamente, se indican diferentes definiciones del concepto “bullying”. Comenzaremos con algunas de las diferentes explicaciones propuestas por Olweus (1993), autor que acuñó el término:

El bullying es una conducta de persecución física y/o psicológica que realiza un alumno o alumna contra otro, al que escoge como víctima de repetidos ataques. Esta acción, negativa e intencionada, sitúa la víctima en una posición de la que difícilmente puede escapar por sus propios medios. La continuidad de estas relaciones provoca en las víctimas efectos claramente negativos: ansiedad, descenso de la autoestima, y cuadros depresivos, que dificultan su integración en el medio escolar y el desarrollo normal de los aprendizajes. Olweus (como se citó en Carbonell, Sánchez & Cerezo, 2014, p.427).

Decimos que un estudiante está siendo intimidado cuando otro estudiante o grupo de estudiantes: dice cosas mezquinas o desagradables, se ríe de él o ella o le llama por nombres molestos o hirientes. Le ignora completamente, le excluye de su grupo de amigos o le retira de actividades a propósito. Golpea, pateo y empuja, o le amenaza. Cuenta mentiras o falsos rumores sobre él o ella, le envía notas

hirientes y trata de convencer a los demás para que no se relacionen con él o ella. Y cosas como esas. Estas cosas ocurren frecuentemente y es difícil para el estudiante que está siendo intimidado defenderse por sí mismo. También es bullying cuando un estudiante está siendo molestado repetidamente de forma negativa y dañina. Pero no lo podemos llamar bullying cuando alguien se mete con otro de forma amistosa o como en un juego. Tampoco es bullying cuando dos estudiantes de la misma fuerza discuten o pelean. Olweus (como se citó en Ortega, del Rey & Mora, 2001, p.100).

“El Bullying es un comportamiento prolongado de insultos, rechazo social, intimidación y/o agresividad física de unos alumnos contra otros, que se convierten en víctimas de sus compañeros.” Ortega (como se citó en Carbonell, Sánchez & Cerezo, 2014, p.427).

Tal y como se ha explicado previamente, otro de los factores necesarios para hablar de bullying es su duración en el tiempo. Si se diesen dichas situaciones, pero de una manera puntual, no en repetidas ocasiones, estaríamos hablando de violencia, no de bullying.

El criterio para diferenciar entre violencia y acoso parece estar únicamente en la opción de respuesta dada por el estudiante cuando señala: “alguna vez”, se interpreta como maltrato, como violencia; mientras que si se elige “con frecuencia” se categoriza como acoso o bullying. El carácter repetitivo, sistemático y la intencionalidad de causar daño o perjudicar a alguien que habitualmente es más débil son las principales características del acoso. Dato (como se citó en Castillo-Pulido, 2011, p.418).

“La agresividad intimidatoria entre escolares es un fenómeno muy antiguo, pero solo hasta hace poco tiempo -a principios de la década de los setenta- se hicieron esfuerzos para su estudio sistemático”. Olweus (como se citó en Castillo-Pulido, 2011, p.418).

El término bullying es utilizado internacionalmente para referirse a las conductas agresivas (físicas, verbales o psicológicas) que un alumno/a, de forma hostil y abusando de un poder real o ficticio, dirige contra un compañero de forma repetida y duradera con la intencionalidad de causarle daño. Olweus (como se citó en Lacasa & Ramírez, 2014, p.444)

Además, según Enríquez y Garzón (2015), el objetivo de ello es tanto causarle daño a la víctima como llegar a establecer una relación de control-sumisión entre la persona acosada y el acosador/a. De esta manera, el acosado/a no podrá defenderse.

Estas dinámicas requieren de dos sujetos claramente diferenciados: el sujeto bully (agresor) y el sujeto víctima, si bien se diferencia dentro de estos últimos a un pequeño grupo, que en función de variables contextuales y/o situacionales, asumen el rol de víctima o el de agresor, dando lugar a la figura del víctima-agresor. Olweus (como se citó en Lacasa & Ramírez, 2014, p.444)

Como se ha comentado con anterioridad, para que se considere bullying o acoso escolar debe de mantenerse en el tiempo y existir por parte del agresor/a la intención de dañar a la víctima. Esto último, según Marín y Reidl (2013), es un criterio muy importante a considerar para saber si realmente se está dando una situación de acoso escolar.

Por todo ello, podría concluirse en lo siguiente:

“El bullying es un tipo de violencia escolar entre iguales caracterizado por agresiones repetidas injustificadas de uno o varios estudiantes hacia otro con la intención de hacerle daño, pudiendo ser éstas de naturaleza verbal, física, psicológica e incluso exclusión social”. Griffin y Gross, Olweus & Ortega (como se citó en Elipe, Ortega, Hunter & Del Rey, 2012, p.4).

2. Protagonistas del bullying.

Tal y como afirma Legue y Maguendzo (como se citó en Enríquez & Garzón, 2015) se pueden diferenciar tres protagonistas en una situación de bullying o acoso escolar: víctima, agresor/es y testigos o espectadores. Las características más significativas de dichos/as protagonistas son las siguientes:

1. Las *víctimas*, según el modelo de ansiedad y reacción sumisa, citado por los mismos autores, se caracterizan por ser los estudiantes más ansiosos, tímidos, con baja autoestima, con dificultades en sus habilidades sociales, retraimiento, problemas evidentes para expresarse, falta de amigos y aislamiento provocado por ellos mismos, como por sus propios compañeros; a su vez, son estudiantes

que tienen una reacción sumisa y pasiva frente a la agresión. (Enríquez & Garzón, 2015, p.224).

De igual modo y, siguiendo a uno de los pioneros en la investigación de dicho ámbito, Olweus, podemos diferenciar dos tipos de víctimas. El primer tipo de víctima indicado a continuación coincidiría con la anterior explicación, ya que serían las más frecuentes.

Las típicas, entre las que se encuentran los estudiantes más ansiosos e inseguros que suelen ser cautos, sensibles y tranquilos; poseen baja autoestima, tienen una opinión negativa de sí mismos y de su situación; y frecuentemente son considerados como fracasados sintiéndose estúpidos y avergonzados. A este tipo de víctimas se le ha llamado pasivas o sumisas y no responderán al ataque ni al insulto. Otro tipo de víctimas son las provocadoras que se caracterizan por una combinación de modelos de ansiedad y reacción agresiva. Estos estudiantes suelen tener problemas de concentración y se comportan de forma que causan irritación y tensión a su alrededor. Algunos de ellos pueden ser hiperactivos. Olweus (como se citó en Castillo-Pulido, 2011, p.419).

2. El *agresor*, según el modelo de dominancia social, corresponde al estudiante que suele mostrar un tipo de dominancia permanente, imposición y poder. Por lo general, son estudiantes de mayor fuerza o altura, con una autovaloración positiva y que muestran mayor reacción frente al dolor del otro. Estos estudiantes mantienen un doble rol en su grupo de estudio o endogrupo en el que manifiestan un deseo de reconocimiento que por lo general es impuesto por la fuerza, pero, para el exogrupo, por el contrario, mantienen una permanente búsqueda de dominación a través de la agresión. En este sentido, sus víctimas frecuentes suelen provenir del exogrupo.

En resumen, los agresores más frecuentes:

Se distinguen por su belicosidad con sus compañeros y en ocasiones con los profesores y adultos. Suelen caracterizarse por la impulsividad y una imperiosa necesidad de dominar a otros. Pueden ser ansiosos e inseguros. Estos agresores sienten la necesidad del poder y del dominio, parece que disfrutan cuando tienen

el control y necesitan dominar a los demás. Olweus (como se citó en Castillo-Pulido, 2011, p.419).

Por último, se puede indicar:

Por lo general los agresores pueden ser niños o niñas, aunque se destaca más en varones. Los agresores se caracterizan por tener un comportamiento provocador y de intimidación permanente, poseen un modelo agresivo en la resolución de conflictos y tienen poca empatía, muchos de los agresores son víctimas de abuso y maltratos, carecen de afecto y se educan en un entorno familiar problemático. Por esta razón, utilizan la violencia para suprimir esta carencia. Teruel (como se citó en Enríquez & Garzón, 2015, p.225).



Figura 1. Principales características de las víctimas y agresores/agresoras en el bullying (Enríquez & Garzón, 2015).

3. “Los *testigos o espectadores* son el tipo de estudiantes, ya sean pasivos o incitadores, que por acto directo u omisión sostienen los hechos de acoso en la escuela, convirtiéndose en cómplices del silencio”. Legue y Maguendo (como se citó en Enríquez & Garzón, 2015, p.226).

Tal y como se ha indicado anteriormente, aunque no se pueda considerar un cómplice en sí, también forma parte del fenómeno bullying, ya que:

“El acoso se puede entender como una agresión directa e indirecta a la víctima; es indirecto cuando hay aislamiento social y exclusión deliberada de un grupo y directo cuando hay ataques relativamente abiertos a la víctima”. Olweus (como se citó en Castillo-Pulido, 2011, p.419).

Sin embargo, las investigaciones acerca del bullying, siguiendo a Castillo-Pulido (2011), siempre se han decantado más por el estudio del papel del agresor/a o de la víctima. Por el contrario, tal y como indica Olweus, el papel de los espectadores también es crucial y digno de estudio.

“Los espectadores son agresores pasivos, seguidores o secuaces”. Olweus (como se citó en Castillo-Pulido, 2011, p.419).

Lo anterior interroga de manera imperativa a las investigaciones realizadas que han puesto su mayor énfasis en los agresores y las víctimas, y han dejado de lado a este actor que no en todos los casos puede ser tildado de “cómplice”, dado que de la pasividad no se puede inferir una actitud de apoyo al agresor. Cabe entonces preguntarse qué sentido les otorgan estos estudiantes tanto a la agresión como a su papel y a la actitud de las víctimas. (Castillo-Pulido, 2011, p.419).

De igual modo, otorgándoles un mayor o menor grado de responsabilidad a los espectadores, es innegable que presenciar dicho fenómeno conllevará consecuencias negativas en un futuro.

El estudio de Ortega y Del Rey (2003) deja ver que los espectadores, o personas que no participan directamente de la violencia pero que conviven con ella sin hacer nada para evitarla, pueden producir, aunque en menor grado, problemas parecidos a los que se dan en la víctima o en el agresor (miedo a ser víctima de una agresión similar, reducción de la empatía, entre otros) contribuyendo con su conducta indiferente a que aumente la falta de sensibilidad, la apatía y la insolidaridad respecto a los problemas de los demás, características que incrementan el riesgo de que sean en el futuro protagonistas directos de la violencia. (Enríquez & Garzón, 2015, p.226).

2.1. Consecuencias del bullying en agresores y víctimas.

Las terribles consecuencias del bullying no se dan únicamente en las víctimas. Para comenzar, como se ha podido observar anteriormente, conlleva consecuencias negativas incluso para los/as espectadores/as. Por ello mismo, se puede entender que en las víctimas y agresores/as serán incluso más graves. En primer lugar, en cuanto a las *consecuencias en las víctimas*, se puede indicar:

Las víctimas de acoso escolar o bullying manifiestan un cambio repentino en la asistencia a clase o en el rendimiento académico, pérdida de interés en las tareas escolares, descenso en la calidad del trabajo escolar, falta de concentración en clase, salen tarde al recreo y regresan pronto de él, pueden presentar algún tipo de discapacidad o deficiencia de aprendizaje y manifiestan falta de interés en las actividades realizadas en la escuela. Beane (como se citó en Enríquez & Garzón, 2015, p.224).

Por consiguiente, se puede afirmar que el bullying afecta de una manera directa al rendimiento escolar. Para que el rendimiento escolar sea óptimo, es necesario un correcto clima de convivencia. De lo contrario, las víctimas no se desarrollarán de manera adecuada durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. Además del ámbito escolar, las consecuencias del acoso también se pueden ver reflejadas en otras dimensiones.

Las consecuencias del acoso se manifiestan en tres dimensiones de la actividad del afectado. Lo primero que se observa es el cambio de conducta: aislamiento, desgano, disminución de la comunicación verbal, rebeldía y descuido en sus tareas del hogar y/o escolares, conducta alimentaria disminuida o aumentada, irritabilidad, y llanto. En un segundo plano llama la atención los cambios emocionales, pasan de la rebeldía encolerizada a estados de tristeza, hasta la depresión. Finalmente, en la tercera dimensión el menor verbaliza sus ideas sobre las limitaciones de su capacidad física, reconoce su debilidad o inutilidad para afrontar dificultades, descubre la necesidad de cambiar de escenarios y llegan a la auto descalificación, destruyendo su autoestima, esto puede progresar con gravedad hasta la idea de suicidio. Lazo y Salazar (como se citó en Enríquez & Garzón, 2015, p.225).

En segundo y último lugar, en cuanto a las *consecuencias en los agresores/as*, se pueden destacar:

“El ser acosadores puede traer como consecuencias el desarrollo de un patrón de comportamiento psicópata o de maltratadores en potencia cuando son adultos”. Piñuel y Oñate (como se citó en Enríquez & Garzón, 2015, p.225).

Se puede evidenciar que los estudiantes que intimidan a sus compañeros/as tienen la necesidad y el deseo de tener el control, el poder y de infligir daño al que consideran indefenso, además, obtienen placer al causar sufrimiento en los demás y justifican sus conductas diciendo que fueron las víctimas los que provocaron sus acciones. Los adolescentes de sexo femenino tienden a usar la intimidación más sutilmente y acostumbran a aislar a sus víctimas del resto de los compañeros a través de la manipulación y esparciendo rumores malintencionados. Gairín, Armengol & Silva (como se citó en Enríquez & Garzón, 2015, p.225).

Por todo ello, se puede confirmar que el bullying o acoso escolar no únicamente conlleva consecuencias negativas en su transcurso, sino también a largo plazo. Este fenómeno puede crear a violentos y peligrosos adultos que no sepan solucionar sus problemas de una manera cívica y asertiva y que, por consiguiente, únicamente busquen una relación de control-sumisión con las personas de su alrededor.

3. El bullying en la actualidad.

Tras las consecuencias expuestas en apartados anteriores, puede afirmarse que el bullying es una de las causas más peligrosas para el fracaso o abandono escolar. Es obvio que no es la única causa, ni es determinante, pero en diversas situaciones y dependiendo de la personalidad de las víctimas, es un hecho que juega en su contra.

Por un lado y, tal y como se puede observar en el siguiente gráfico, según Pérez-Barco (2015), el curso en el que existen más probabilidades de que se dé una situación de bullying sería 3º de Primaria. A este curso le seguirían 2º de Primaria y 4º de Primaria.

Por el contrario, los cursos en los que existen menos probabilidades de que existan situaciones de acoso escolar son 4ºESO, 1º Bachiller y 3º ESO.

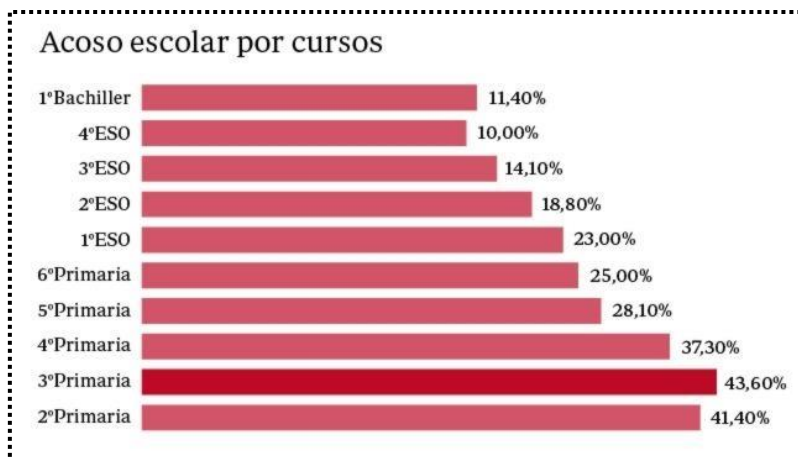


Gráfico 1. Acoso escolar por cursos. Fuente: ABC. <https://www.abc.es/familia-educacion/20150914/abci-bullyng-curso-201509081929.html>

El bullying es una experiencia que, en personas en las que se dé durante un prolongado intervalo de tiempo o que hayan llegado a interiorizar las críticas de sus agresores/as, puede llevar al suicidio.

Es más, tal y como afirma Navarro (2017), el suicidio supone el tercer motivo de muerte en las personas correspondientes al intervalo de 15 – 29 años. La última información acerca de esto indica que 310 niños/as y jóvenes menores de 30 años han acabado con su vida, suponiendo entonces un 7,77% del total de las víctimas del suicidio.

Por ello mismo, debemos de intentar que los/as adolescentes hayan asumido en niveles educativos anteriores el peligro que supone el bullying hacia sus compañeros/as. De hecho, no únicamente somos responsables de enseñarles a no ser agresores/as, si no tampoco a ser espectadores/as. Debemos de inculcarles el no aceptar dicho fenómeno y, en el caso de que se diera este en su presencia, que actúen para detenerlo o evitarlo. De esta manera, el porcentaje de niños y niñas acosados descendería y, por consiguiente, el de suicidios también.

El suicidio supone una importante cifra respecto a la mortalidad en España. Los datos que nos ofrece el Instituto Nacional de Estadística son alarmantes.

Según los datos del Instituto Nacional de Estadística (2013), en España se suicidan 10 personas al día, existiendo grandes diferencias entre sexos, 75.22% de hombres frente al 24.78% de mujeres. La tasa de suicidios en ese año en España por cada 100,000 habitantes era de 8.31, existiendo acusadas diferencias entre hombres y mujeres (12.7 para hombres y 4.1 en el caso de las mujeres). Los datos más recientes corresponden a 2013, año en que 3,870 personas se quitaron la vida (2,911 hombres y 959 mujeres). Las causas externas (accidentes, suicidio, homicidio, etc.) fueron las que produjeron la muerte de cuatro de cada 10 personas fallecidas entre 10 y 39 años, destacando de entre ellas el suicidio. Las caídas accidentales fueron la segunda causa externa de muerte (con 2,672 fallecidos) y los accidentes por ahogamiento, sumersión y sofocación la tercera (con 2,208). (Navarro, 2017, p.26),

Las causas que incitan a dichos/as jóvenes a suicidarse son variadas, pero tal y como afirma la autora, el bullying es uno de los principales detonantes.

Otra de las causas en auge durante los últimos años es el bullying. De hecho, en relación a este lastre en la UE se estima que lo padecen alrededor de 24 millones de niños y jóvenes al año, lo que supone que 7 de cada 10 padecen alguna forma de acoso o intimidación, de tipo verbal, físico o a través de las nuevas tecnologías de la comunicación. Cross, Pigglin, Douglas y Vonkaenel-Faltt (como se citó en Navarro, 2017, p.29).

Pero ¿es cierta la afirmación que realizan algunas personas quitándole peso al asunto con un “eso ha pasado siempre”? Según Mutua Madrileña (2016) respecto a la evolución del bullying o acoso escolar en estos últimos años, podemos observar como el año 2015 fue el peor de todos, ascendiendo a un total de 573 casos de acoso escolar. A este le seguirá el año 2013, aunque con una notable diferencia, ya que este descendería a 333 casos. Por el contrario, el año en el que se dieron menos casos de acoso escolar fue en el 2009, disminuyendo entonces la cifra a un total de 154 casos.

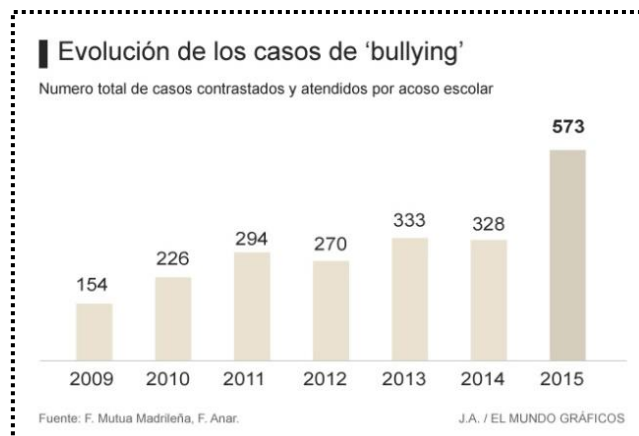


Gráfico 2. Evolución de los casos de “bullying”. Fuente: F. Mutua Madrileña, F. Anar. <https://www.elmundo.es/sociedad/2016/04/26/571f4228e5fdea2f528b4604.html>

Esta gran diferencia entre los años 2009 y 2015 podría achacarse, por un lado, a las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). Debido a la sociedad actual en la que nos encontramos, la sociedad de la información, el avance en las tecnologías ha conllevado consecuencias tanto positivas como negativas. Como negativas, se podrían indicar:

Aunque el acoso más frecuente es el tradicional abuso en el colegio, éste se está viendo desplazado por nuevas vertientes como el bullying electrónico (extendido principalmente en Estados Unidos, Reino Unido, España, Francia, Holanda y Rusia) y el sexting, o difusión de imágenes o vídeos de alto contenido erótico con el objetivo de humillar a la víctima. (Navarro, 2017, p.29).

Respecto a este nuevo término, “ciberbullying” o “bullying electrónico”, se puede afirmar:

“El ciberbullying ocurriría en el contexto de otras formas de bullying, como bullying homofóbico o en el transcurso de otros factores como trastornos mentales” LeBlanc (como se citó en Navarro, 2017, p.29).

Siguiendo a Cross (como se citó en Navarro, 2017) estas víctimas del ciberbullying suelen ser hijos/as de padres o madres con un escaso nivel cultural y con pocas competencias en el uso y aplicación de las TIC. Los niños y niñas más vulnerables a sufrir ciberacoso son los que tienen un tipo de discapacidad o forman parte de minorías étnicas.

En España observamos que el bullying es un gran problema que afecta a muchísimos discentes, además de parecer estar en auge. Es más, se confirma que:

En nuestro país, un 50% de los niños encuestados han confesado haber participado en una pelea en los últimos doce meses, siendo este dato remarcable porque es el único país de los treinta que se han estudiado con unas cifras tan elevadas. UNICEF (como se citó en Navarro, 2017, p.29).

Dicho estudio también refleja que un 10% de los niños encuestados reconoce haber sufrido acoso en su centro educativo al menos una vez en Italia, Suecia y España. En niños de siete y ocho años se multiplica por cuatro el riesgo de sufrir acoso escolar, riesgo que disminuye de forma progresiva hasta llegar a la etapa de bachiller, donde representa el 11%, mientras que por género el acoso entre niños sería ligeramente superior (24.4% y 21.6%), encontrándose las tasas más elevadas por comunidades en Andalucía, País Vasco y Navarra (27.7 y 25.6%). (Navarro, 2017, p.29)

Para concluir con estos datos y siguiendo con la misma autora, se puede afirmar que estas formas de maltrato llegan a generar una gran ansiedad y presión tan altas que, en determinados casos, se hace imposible de sobrellevar, llevando entonces a los/as jóvenes al suicidio.

4. Definición de sociograma.

Según Urbina, López & Cárdenas-Villalobos (2018), los sociogramas son un recurso eficaz tanto para comprender las relaciones entre iguales en la escuela como para diseñar sistemas de mejora con el fin de una buena convivencia y reflexión.

En este trabajo, entenderemos los sociogramas desde la perspectiva de la teoría de las redes. Esta teoría, tal y como afirma McCormick y Capella (como se citó en Urbina, López & Cárdenas-Villalobos, 2018) defiende que la preferencia en las relaciones estudiantiles se debe a sus cualidades individuales, de manera que el foco se localiza en

la estructura de la red. Por consiguiente, mediante los sociogramas podemos observar la estructura de la red social con total claridad, como si de una imagen se tratase.

Al ser el objetivo del sociograma el conocimiento de las relaciones existentes en el grupo de clase nos haría posible descubrir casos de bullying o, lo que es mejor, prevenirlos. Por esto mismo, se le considera como una buena alternativa al fenómeno ya que nos mostraría, entre otros, quienes son los/as alumnos/as más excluidos de la clase.

El sociograma tiene como objetivo el estudio, medición y modelación de las relaciones interpersonales en grupos pequeños. Es aplicable a cualquier grupo de individuos con cierta permanencia o estabilidad. Se basa en que cada miembro del grupo seleccione de manera privada, a algunas personas con las que le agradaría participar en determinado tipo de actividad. (Salcedo, Rodríguez & Romero, 2015, p.116)

Por ello, el sociograma es clave para conocer los vínculos existentes entre los alumnos y alumnas de una clase y qué tipo de relaciones son estas. Es decir, las relaciones entre los compañeros/as de clase pueden ser afectivas, únicamente académicas... y el sociograma nos desvela este misterio.

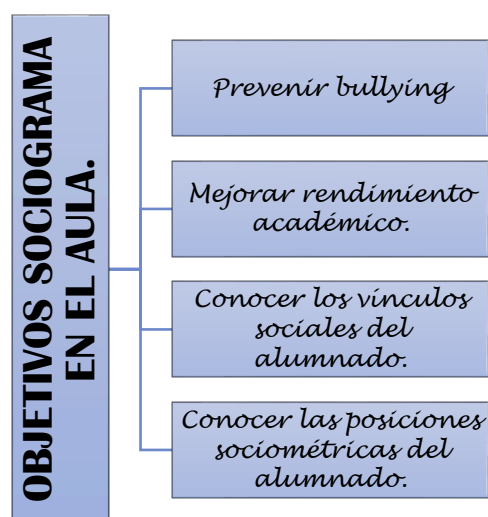


Figura 2. Objetivos del sociograma en las aulas. (Salcedo, Rodríguez & Romero, 2015).

4.1.Procedimiento para la realización de un sociograma.

El sociograma, tal y como se ha comentado anteriormente e indica García Román (2013), es una técnica de análisis de datos que tiene el objetivo de identificar las relaciones sociales existentes entre los/as sujetos de un determinado grupo.

Su procedimiento, tal y como indica la autora citada previamente, consiste en la creación de varias preguntas que deberán de ser contestadas por los/as integrantes del grupo. A través de estas respuestas, se podrán crear una serie de gráficos que, de manera visual, nos mostrarán a modo de radiografía grupal los vínculos sociales existentes en el grupo. Además de mostrarnos las relaciones existentes en el grupo, también nos dejará observar la posición sociométrica que toman los/as diferentes sujetos del grupo. Tal y como afirma Wasna (como se citó en García Román, 2013), la elaboración del sociograma es algo complicado, pero sus resultados hacen que sea una herramienta muy eficaz e imparcial para el estudio de un grupo.

Por otra parte, como afirma Vázquez (como se citó en García Román, 2013), el sociograma puede ser empleado con cualquier grupo que se quiera estudiar, pero siempre hay que tener en cuenta las características personales de los/as componentes del grupo, para así modificar las preguntas y adaptarlas a sus necesidades. No obstante, también es muy importante adecuarlas a la edad de los/as integrantes del grupo, además de editarlas en función de qué queremos saber.

Por todo ello y, basándonos en Rosado (como se citó en García Román, 2013), consideramos de vital importancia el uso de los sociogramas en las aulas para que el/la docente, de esta manera, pueda saber de qué modo se relaciona el alumnado. Estas relaciones entre ellos/as, tal y como hemos comentado anteriormente, influyen directamente en su rendimiento académico.

Al realizarlo y actuar en consecuencia, además de poder influir positivamente en su rendimiento académico, también podremos saber a qué alumnos/as les cuesta más integrarse:

El uso del sociograma en el escenario docente permite al tutor saber si las percepciones que él tiene sobre sus alumnos son ciertas o erróneas, conocer aquellos alumnos rechazados o con dificultades de integración en el grupo, los miembros que funcionan como líderes o descubrir la presencia de bandos en el grupo. Brunet (como se citó en García Román, 2013, p.10).

Siguiendo a Vázquez (como se citó en García Román, 2013), tenemos que partir de la base de que cada persona es única, que nunca habrá dos personas idénticas. Aun así, los/as discentes tienen que saber relacionarse y convivir de una manera cívica. En dicha convivencia es cuando cada integrante ocuparía una posición sociométrica diferente y, a raíz de dichas posiciones, se establecerían las relaciones internas. Estas relaciones internas, en la mayoría de los casos no son conocidas por los/as docentes.

4.1.1. Ejemplos de sociogramas.

El sociograma, tal y se ha explicado con anterioridad, consiste básicamente en la respuesta por parte del alumnado a diversas preguntas planteadas en relación a sus compañeros y compañeras de clase.

Existen muchísimos ejemplos de sociogramas, ya que cada uno debe ser adaptado a la edad y características del alumnado. A continuación, creados en diferentes tablas, expongo algunos modelos de referencia:

NOMBRE: _____	CURSO: _____
APELLIDOS: _____	
1. ¿Con qué compañero/a te gustaría sentarte en el aula?	
2. ¿Con qué compañero/a te gustaría quedar para estudiar?	
3. ¿A qué compañero/a elegirías para hacer un trabajo en grupo?	
4. ¿A qué compañero/a escogerías como capitán para un equipo de fútbol?	
5. ¿A qué compañero/a explicarías tus problemas personales?	
6. ¿A qué compañero/a llamarías un fin de semana para ir al cine?	
7. ¿A qué compañero/a no te gustaría tener en el grupo para hacer un trabajo en equipo?	
8. ¿A qué compañero/a no te gustaría tener como compañero de pupitre en el aula?	
9. ¿A qué compañero/a no llamarías para estudiar?	
10. ¿A qué compañero/a no elegirías para tener en tu equipo en un juego deportivo?	
11. ¿A qué compañero no explicarías tus problemas personales?	
12. ¿A qué compañero/a no llamarías para quedar una tarde?	

Tabla 1. Ejemplo de sociograma (García Román, 2013).

NOMBRE: _____		CURSO: _____
APELLIDOS: _____		
<p>a) ESCRIBE EL NOMBRE DE LOS COMPAÑEROS O DE LAS COMPAÑERAS QUE PREFIERES QUE SE SIENTEN A TU LADO. PUEDES ESCRIBIR TODOS LOS QUE QUIERAS, PERO EN ORDEN; EMPEZANDO POR EL QUE MÁS TE GUSTARÍA.</p>		
<p>1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____</p>		
<p>b) HAZ LO MISMO CON LOS QUE NO TE GUSTARÍA QUE SE SENTARAN A TU LADO. PONLOS TAMBIÉN POR ORDEN, EMPEZANDO POR EL QUE MENOS TE GUSTARÍA.</p>		
<p>1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____</p>		
<p>c) ADIVINA LOS QUE TE HAN ELEGIDO. PON SIEMPRE EL NOMBRE.</p>		
<p>1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____</p>		
<p>d) ADIVINA LOS QUE CREES QUE HAN DICHO QUE NO QUIEREN SENTARSE A TU LADO.</p>		
<p>1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____</p>		

Tabla 2. Ejemplo de sociograma (López Gilaberte, 2015).


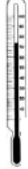


NOMBRE: _____	CURSO: _____
APELLIDOS: _____	
<p>A) ¿A qué compañeros y compañeras consideras tus amigos y amigas? Empieza por el que más.</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p>	<p>Mis mejores amigos</p> 
<p>B) ¿A qué compañeros y compañeras consideras que NO son tus amigos y amigas?</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p>	<p>Para nada son mis amigos</p> 
<p>C) ¿Quiénes crees que te elegirán como amigo o amiga?</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p>	<p>Seguro me habrán elegido</p> 
<p>D) ¿Quiénes crees que NO te elegirán como amigo o amiga?</p> <p>1. _____</p> <p>2. _____</p> <p>3. _____</p> <p>4. _____</p>	<p>Seguro que NO me habrán elegido</p> 

Tabla 3. Ejemplo de sociograma (Nieto Martín, s.f.).

5. Importancia del sociograma para la prevención del bullying.

Tras toda la información anterior, se puede afirmar que el bullying es un problema tan grave como actual. Es un fenómeno que está aumentando en los últimos años. En este problema, el profesorado tiene un papel clave y determinante ya que de ellos depende, en gran medida, tanto su evitación como su detención. Ellos/as mismos/as son los/as que conviven con el alumnado durante su periodo escolar, por lo que juegan un papel imprescindible. Por ello mismo, se hace necesario que los/as docentes tengan un buen conocimiento y formación en las herramientas que puedan prevenirlo, como sería el caso del sociograma.

Así pues, se hace patente que el profesorado debe contar con una formación y con una orientación específicas que le permitan afrontar este problema educativo con acciones creativas y ajustadas al entorno. Para ello, debe adquirir los conocimientos teóricos necesarios sobre el tema, a fin de poner en marcha las medidas de prevención e intervención del acoso escolar, al tiempo que debe aprender a desarrollar procesos de interacción y comunicación en el aula; a aplicar destrezas y habilidades sociales que fomenten el aprendizaje y la convivencia en la misma, y a abordar problemas de disciplina y resolución de conflictos ante situaciones de intimidación y acoso, de generación de clima afectivo-relacional y de resolución constructiva de problemas, entre otras cuestiones. (Pérez, Ramos & Serrano, 2016, p.54).

El grave problema no únicamente sería la falta de recursos por parte del profesorado en estos casos, si no que los/as alumnos/as se percataran de ello. Es decir, si el alumnado es consciente de la falta de recursos y técnicas por parte del profesor, podrían aumentar las probabilidades de que se den situaciones de acoso escolar en sus aulas.

Es entonces por lo que, para su prevención, se considera relevante la realización de sociogramas a lo largo del curso. Gracias a ellos, tal y como afirma Soriano Berenguer (s.f.) podemos saber la relación existente entre los alumnos y alumnas, llegando entonces a conocer posibles casos de acoso tanto presentes como futuros.

Si a los pocos meses desde el comienzo del curso se realiza un sociograma, se comprobaría tanto los vínculos sociales establecidos entre el alumnado como su estatus sociométrico. A raíz de ello, se podrán realizar los grupos de trabajo en consecuencia: unir al alumno/a más apartado/a con alguno/a de los/as populares, unir amigos de amigos... todo ello con el fin de crear “una piña” en la clase, una familia. Con la creación de esta familia no solo se hará posible la prevención del acoso escolar o bullying, si no la mejora del rendimiento académico. Esto es así ya que, como se ha comprobado anteriormente, si se mejora la convivencia y clima escolar, aumentará dicho rendimiento del alumnado.

Sin embargo, según Peñalva, López, Vega & Satrústegui (2015), los dos conceptos mencionados anteriormente, convivencia y clima, son diferentes. Sin embargo, aunque no sean iguales, son dependientes el uno del otro.

Por un lado, según Carretero (como se citó en Peñalva et al., 2015), la convivencia abarcaría el procedimiento a través del cual todos los/as integrantes de la comunidad educativa aprenden a coexistir con el resto. Siguiendo a Álvarez, Rodríguez, González, Núñez & Álvarez (como se citó en Peñalva et al., 2015), sería la pieza que favorecería el aprendizaje e impulsaría el desarrollo tanto afectivo como social de los alumnos/as.

Por otro lado:

El clima, referido a las instituciones escolares, se caracteriza por ser un concepto globalizador (referido al ambiente del centro), multidimensional (determinado por los elementos estructurales y funcionales de la organización), relativamente permanente en el tiempo, e influyente en el logro de distintos objetivos académicos y de desarrollo personal. Molina y Pérez (como se citó en Peñalva et al., 2015, p.10),

Por ello, se puede afirmar según Dobarro, Fuentes, Gázquez, Pérez & Carrión (como se citó en Peñalva et al., 2015) que la existencia de relaciones fructíferas entre los/as integrantes de la comunidad educativa hace posible un buen clima de convivencia. Este buen clima de convivencia, simultáneamente, hace posible beneficiar tanto el aprendizaje del alumnado como el desarrollo socio-emocional de este y de los/as docentes.

Por último y, como ya se ha explicado previamente, el sociograma haría posible observar a través de las respuestas de los alumnos y alumnas las diferentes relaciones y estructuras existentes en el grupo. Consecuentemente, se podría llegar a conocer cuáles son los niños y niñas más débiles en cuanto a las relaciones sociales se refiere y, por tanto, más propensos a sufrir acoso escolar. De esta manera, estaría únicamente en manos de los/as profesores/as el realizar diversos grupos de trabajo con el fin de luchar contra este.

PLAN DE INTERVENCION.

"El sociograma como técnica para la prevención del bullying en Educación Primaria".



III) PLAN DE INTERVENCIÓN.

6. Propuesta de sociograma.

El sociograma, tal y como se ha explicado con anterioridad, consiste básicamente en la respuesta por parte del alumnado a diversas preguntas planteadas en relación a sus compañeros y compañeras de clase. A continuación, en este apartado se podrá consultar la propuesta de sociograma de dicho diseño de plan de intervención.

Estas preguntas deben de ser adaptadas a la edad de los/as integrantes del grupo. En nuestro caso, los/as destinatarios/as de dicho cuestionario serán alumnos y alumnas del curso de 3º de primaria, ya que, como se ha comprobado anteriormente, es el nivel educativo en el que se dan unas mayores cifras de acoso. De igual modo, sería recomendable de realizar en cualquier curso de las etapas educativas, ya que previene el bullying y mejora la convivencia escolar, creando por consecuente un mejor y adecuado clima de enseñanza – aprendizaje.

Por esto mismo, debido a la edad de los/as integrantes del grupo, en lugar de hacerles una gran cantidad de preguntas y darles la opción de una respuesta abierta, les facilitaremos las opciones de respuesta a una única pregunta. Es decir, tal y como indica el Departamento de Educación de Navarra (2005) usaremos el método de las puntuaciones (ranking). De este modo, aunque no se podrá conocer la relación existente entre los/as discentes, se podrá averiguar quiénes son las personas más populares y quiénes las más aisladas. Es decir, este ranking ayudará a evaluar el nivel de popularidad de cada uno de nuestros/as alumnos y alumnas a través de un sencillo método.

El siguiente cuestionario se le entrega al alumnado. Tras ello, se le explicará la vital importancia de que lo completen con total sinceridad y de manera individual y confidencial.

Tras tener todos los cuestionarios completos, se llevaría a cabo su “análisis” a través de una media:

El estatus sociométrico de cada alumno se calcula sumando todas las puntuaciones que recibe y dividiendo el resultado de dicha suma entre el número de compañeros que le han puntuado. Este procedimiento permite conocer la aceptación media obtenida por cada uno de los alumnos de la clase (acerca de cómo cae a los demás). Es el índice sociométrico que mejor permite captar los efectos producidos como consecuencia de los programas de intervención. (Departamento de Educación de Navarra, 2005).

Debido a que le otorgaremos la puntuación de 1 a los que mejor caen y 3 a los que peor, a medida que la puntuación de dicho ranking sea más alta, peor estatus sociométrico tendrá dicho alumno o alumna. Es decir, cuanto mayor sea el número atribuido a ellos/as, mayor grado de aislamiento tendrán.

NOMBRE: _____	CURSO: _____
APELLIDOS: _____	
<p><u>Instrucciones:</u> puntúa a cada compañero con 1, 2 o 3 siendo:</p> <p>1: <i>Me cae muy bien, ies genial!</i></p> <p>2: <i>Me cae bien, pero prefiero estar con otros compañeros o compañeras.</i></p> <p>3: <i>Me cae regular, intento evitar a este compañero o compañera.</i></p>	
Siguiendo las anteriores instrucciones, ¿qué piensas de los siguientes compañeros?	PUNTUACIÓN.
Nombre compañero 1.	
Nombre compañero 2.	
Nombre compañero 3.	
Nombre compañero 4.	
Nombre compañero 5.	
Nombre compañero 6.	
Nombre compañero 7.	
Nombre compañero 8.	
Nombre compañero 9.	
Nombre compañero 10.	
(...)	

Tabla 4. Sociograma para el alumnado de 3º Primaria. Adaptada de Departamento de Educación de Navarra (2005).

7. Destinatarios.

Este plan de intervención está destinado al alumnado de 3º de Primaria. Por ello mismo, el número de alumnos/as variará en función de la ratio que tenga la clase dirigida. La intención es que los/as tutores/as de dicho curso académico lo entreguen a sus alumnos/as al principio de curso. De esta manera, podrían realizar los grupos de trabajo acorde a los resultados del sociograma y, a medida que se vaya desarrollando el curso académico, volver a pasarlo para ir modificando dichos grupos.

En cuanto a las características básicas del alumnado destinatario, se deberá tener en cuenta que son discentes que cursan el Ciclo Medio de la Educación Primaria, es decir, alumnos/as con una edad comprendida entre 8-10 años. Es por ello por lo que la anterior propuesta de sociograma es sencilla.

Es necesario recordar que este sociograma puede ser modificado en función tanto de la edad de los destinatarios como de las características del grupo clase.

8. Objetivos.

a) Objetivos generales.

Los objetivos generales de este diseño de plan de intervención son los siguientes:

- Prevenir el bullying o acoso escolar.
- Crear un clima adecuado para el aprendizaje en el aula.
- Concienciar al alumnado sobre las terribles consecuencias del fenómeno bullying.

b) Objetivos específicos.

A través de los anteriores objetivos generales propuestos, surgen los siguientes objetivos específicos a conseguir:

- Lograr que los/as alumnos/as aprendan a trabajar de manera cooperativa.
- Mejorar las relaciones interpersonales.
- Conseguir que el alumnado empatice con sus compañeros/as.
- Hacer que los/as alumnos/as valoren la importancia de una buena convivencia para el logro de todos los retos propuestos por sí mismos, especialmente en el ámbito académico.
- Identificar a los alumnos/as con el estatus sociométrico de “popular”.
- Identificar a los alumnos/as con el estatus sociométrico de “aislado/a”.

9. Contenidos del curso.

Este diseño de plan de intervención está orientado para realizarse a medida que se desarrollan las clases a lo largo del año, de manera transversal, sin variar en exceso el calendario académico en cuanto a la organización del aprendizaje de las diferentes unidades didácticas.

Es por ello por lo que los contenidos de este diseño de intervención variarán en función de la asignatura y unidad didáctica que se esté impartiendo.

Teniendo claro lo anteriormente comentado, hay que añadir que, además de los contenidos a desarrollar con normalidad en todas las asignaturas, como aspecto positivo, se debe de considerar el disfrute y la participación en los juegos y actividades realizadas por el alumnado, es decir, las dinámicas que serán expuestas en el siguiente apartado y las actividades sugeridas por el/la docente. De esta manera, el alumnado percibirá que la metodología tradicional se ha dejado atrás, aumentando entonces su motivación y atención, ya que trabajarán de una manera con la que no están acostumbrados.

A través de estas dinámicas y el trabajo en grupo, podremos observar cómo los niños/as comienzan a entender lo que es la cohesión, la unión, lo que es que todos/as formen parte de un mismo grupo, en el que tienen que lograr unos objetivos comunes.

Finalmente, y a modo de resumen, es por todo ello por lo que este diseño de intervención se considerará como un complemento, ya que se realizará a la misma vez que las unidades didácticas correspondientes. Los contenidos de esta intervención en sí solo estarán centrados entonces en la adquisición de habilidades sociales y valores, interiorizando así los/as alumnos/as las normas sociales y morales para mejorar la convivencia en el aula, desde el respeto y las relaciones interpersonales.

10. Diseño de intervención / Metodología.

Como ya se ha comentado con anterioridad, la intervención se desarrollaría entonces de la siguiente manera:

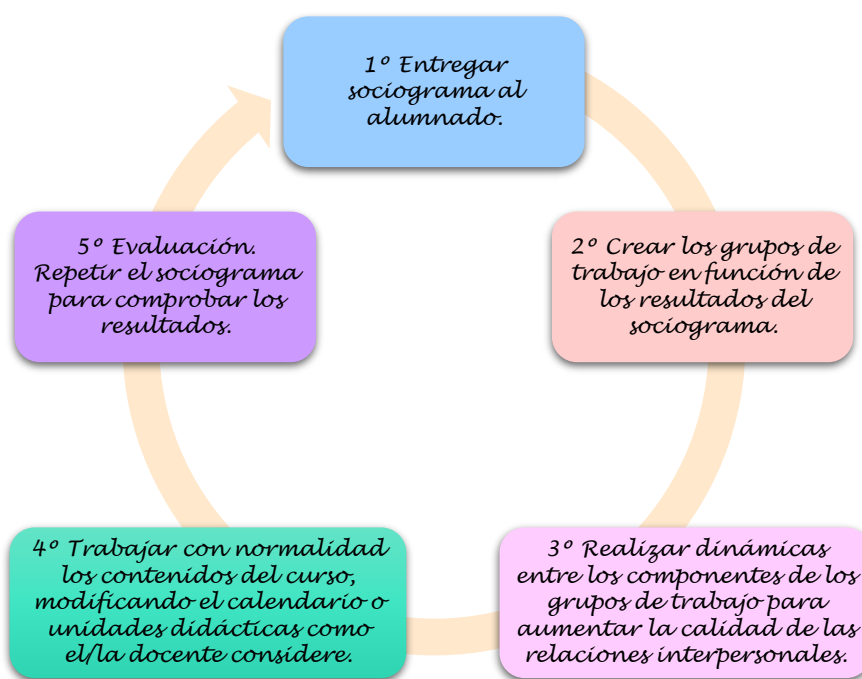


Figura 3. Pasos a seguir para el desarrollo del diseño de intervención. Fuente: Elaboración propia.

Tal y como se puede observar en la figura 3, tras haber completado los sociogramas por parte del alumnado, el/la docente crearía los grupos de trabajo a través de los resultados obtenidos. Lo idóneo sería mezclar a los/as alumnos/as populares con los/as aislados/as para que, de esta manera, puedan tener opción a desarrollar más lazos afectivos con sus compañeros/as.

Tras ello, se realizarían las dinámicas oportunas antes del comienzo de la unidad didáctica para que, de esta manera, el grupo haya tenido un primer contacto. Dichas dinámicas se ofrecerán al finalizar esta explicación.

Al haber realizado los grupos de trabajo y dinámicas correspondientes, se trabajaría con normalidad los contenidos del curso. Por ejemplo, podría modificarse el grupo de trabajo creado aproximadamente cada mes, realizándose entonces este proceso al principio de la unidad didáctica correspondiente. Al comienzo de ella, tal y como se ha explicado anteriormente, se realizará el sociograma y las diferentes dinámicas, creando así un buen clima de trabajo en los diferentes grupos.

A continuación, se expondrán diversas dinámicas entre las cuales, el/la docente podrá elegir cual realizar en función de sus intereses. Las siguientes dinámicas pueden ser sustituidas por otras acorde, ya que el fin de ellas es únicamente mejorar las relaciones interpersonales en el grupo y el trabajo en equipo.

TÍTULO	EL CUENTO INVENTADO
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Crear un clima adecuado para el aprendizaje en el aula.</i> - <i>Lograr que los/as alumnos/as aprendan a trabajar de manera cooperativa.</i>
ORGANIZACIÓN ESPACIO-TEMPORAL	<ul style="list-style-type: none"> - <i>La clase completa y luego en los pequeños grupos de trabajo creados.</i> - <i>Duración: 45 minutos en el aula.</i>
RECURSOS	<i>Folio y lápiz o bolígrafo</i>
DESARROLLO	<i>Todos los/as alumnos/as de la clase formarán un círculo unidos/as de las manos. Tras ello, deberán de contar una historia, donde cada uno/a aporte una frase inventando lo que se le ocurra. Posteriormente, recordando todo lo que se mencionó, la redactarán en grupos de trabajo. Finalmente, saldrán a exponerla y el grupo ganador será el que mejor haya recordado la historia.</i>

Tabla 5. Dinámica “El cuento inventado”.

TÍTULO	SOMBREROS PARA PENSAR.
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Crear un clima adecuado para el aprendizaje en el aula. - Lograr que los/as alumnos/as aprendan a trabajar de manera cooperativa. - Conseguir que el alumnado empatice con sus compañeros/as.
ORGANIZACIÓN ESPACIO-TEMPORAL	<ul style="list-style-type: none"> - Grupos de trabajo creados. - Duración: 45 minutos en el aula.
RECURSOS	Tres cartulinas para cada sombrero (rojo, negro y amarillo), pegamento y tijeras.
DESARROLLO	<p>Consiste en representar tres maneras de pensar a través del uso de los sombreros, sobre un tema en concreto. En este caso, se propondrá que se pongan en el lugar de una víctima de acoso escolar.</p> <p>Se le asignará un sombrero a cada grupo y todos los componentes deberán ponerse de acuerdo para pensar según el color del mismo, aportando tantas opiniones como componentes exista en el grupo. Se expondrá al resto de los compañeros/as en la pizarra grupo a grupo y uno de los componentes portará el sombrero.</p> <p>Tras ello, a votación, se elegirá al grupo que mejor se haya posicionado en el pensamiento que le haya tocado.</p> <p>Los tres estilos de pensamiento representados por cada sombrero son:</p> <p>Negro: aspectos negativos.</p> <p>Amarillo: ¿pedirías ayuda a tus compañeros/as?</p> <p>Rojo: aspectos positivos.</p>

Tabla 6. Dinámica “Sombreros para pensar”.

TÍTULO	MI YO POSITIVO
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar a los alumnos/as con el estatus sociométrico de “popular”. - Identificar a los alumnos/as con el estatus sociométrico de “aislado/a”. - Crear un clima adecuado para el aprendizaje en el aula. - Mejorar las relaciones interpersonales.
ORGANIZACIÓN ESPACIO - TEMPORAL	<ul style="list-style-type: none"> - Individual. - Duración: 45 minutos en el aula.
RECURSOS	Folios y bolígrafo o lápiz.
DESARROLLO	Cada alumno/a escribe su nombre en un folio y lo pasa al resto de los/as compañeros/as para que escriban una cualidad positiva del dueño/a del folio. Termina la actividad cuando cada folio haya pasado por todos/as los/as compañeros/as.

Tabla 7. Dinámica “Mi yo positivo”.

TÍTULO	¿DE QUIÉN ES ESTA HISTORIA?
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Crear un clima adecuado para el aprendizaje en el aula. - Mejorar las relaciones interpersonales. - Conseguir que el alumnado empatice con sus compañeros/as.
ORGANIZACIÓN ESPACIO – TEMPORAL	<ul style="list-style-type: none"> - Individual. - Duración: 45 minutos en el aula.
RECURSOS	Folios, bolígrafo o lápiz y bolsa.
DESARROLLO	Cada alumno/a escribirá una historia real de algún hecho ocurrido en un papel, sin poner su nombre. Se introducirán las historias dobladas en una bolsa, en la que un alumno/a introducirá la mano sacando una historia y leyéndola. Finalizará cuando cada historia sea asociada a cada alumno/a.

Tabla 8. Dinámica “¿De quién es esta historia?”.

TÍTULO	TABÚ
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Crear un clima adecuado para el aprendizaje en el aula. - Lograr que los/as alumnos/as aprendan a trabajar de manera cooperativa. - Mejorar las relaciones interpersonales.
ORGANIZACIÓN ESPACIO – TEMPORAL	<ul style="list-style-type: none"> - Grupos de trabajo creados. - Duración: 45 minutos en el aula.
RECURSOS	Tarjetas realizadas con folios por parte del/la docente, rotuladores y bolígrafos.
DESARROLLO	De los grupos de trabajo creados, seleccionaremos un componente del grupo al azar. Este/a saldrá a la pizarra y cogerá una tarjeta tabú. Tiene que hacer saber a sus compañeros/as el nombre que aparece en dicha tarjeta sin decir las “palabras prohibidas”, indicadas también en la tarjeta. Si acierta su grupo la palabra descrita, ganará un punto. Si no, tras cierto tiempo, se le dejará el turno al siguiente grupo.

Tabla 9. Dinámica “Tabú”.

TÍTULO	LAS ESTACIONES DEL AÑO.
OBJETIVO	<ul style="list-style-type: none"> - Crear un clima adecuado para el aprendizaje en el aula. - Lograr que los/as alumnos/as aprendan a trabajar de manera cooperativa. - Mejorar las relaciones interpersonales. - Conseguir que el alumnado empatice con sus compañeros/as.
ORGANIZACIÓN ESPACIO -TEMPORAL	<ul style="list-style-type: none"> - Grupos de trabajo creados. - Duración: 45 minutos en el aula.
RECURSOS	Folios, cartulinas, rotuladores, lápices de colores, pegamento, lana, periódicos y revistas, tijeras, cartón y tela.
DESARROLLO	Se dividirá la clase en los grupos de trabajo creados. A cada grupo se le dará unos materiales diferentes y una cartulina, y se le asignará una de las estaciones del año. Con los materiales con los que se disponga cada grupo deberán plasmar lo que para ellos/as es cada estación. Exponer y explicar por qué lo han realizado así y qué han querido expresar.

Tabla 10. Dinámica “Las estaciones del año”.

11. Sesiones de intervención / Temporalización.

En primer lugar, he de recordar que ha sido planteado para un trimestre y, anteriormente, se ha comentado que cada grupo se modificaría al mes, aproximadamente. Por ello mismo, en la temporalización únicamente incluiré tres de las anteriores dinámicas, una para cada mes. Como se ha comentado anteriormente, se podrá modificar por la dinámica que se quiera siempre y cuando esta tenga una metodología activa, participativa y colaborativa.

A continuación, y únicamente a modo orientativo, ya que podrá ser modificada tanto la dinámica elegida como su día, propongo la siguiente temporalización.

		1º Trimestre			Duración
		Sept.	Oct.	Nov.	Cada sesión
Dinámicas.	Dinámica 1	<i>Las estaciones del año.</i>	<i>Semana siguiente al comienzo de clases. Creación 1º grupo.</i>		45 min.
	Dinámica 2	<i>Sombreros para pensar.</i>		<i>Cumple un mes desde la creación del 1º grupo. Creación 2º grupo.</i>	
	Dinámica 3	<i>¿De quién es esta historia?</i>		<i>Cumple un mes desde la creación del 2º grupo. Creación 3º grupo.</i>	

Tabla 11. Temporalización de las dinámicas llevadas a cabo por los grupos creados.

12. Evaluación.

Para realizar la evaluación, y así poder alcanzar los objetivos propuestos, pasaríamos el primer sociograma a modo de pretest. En él, los/as discentes darán su opinión respecto al resto de compañeros/as de manera individual y confidencial.

Este sociograma, tal y como hemos podido comprobar anteriormente, consiste en otorgarle una puntuación a cada compañero/a del grupo clase. Estas puntuaciones, para su posterior análisis, serán de 1 a 3, siendo 1 una valoración muy positiva y 3 una valoración bastante negativa.

Tras la entrega del sociograma al alumnado, se crearían los correspondientes grupos de trabajo con los que el/la docente realizaría las diferentes dinámicas propuestas y desarrollaría los contenidos del curso con normalidad.

Al haber pasado un mes de convivencia entre los/as integrantes de los diferentes grupos de trabajo, aproximadamente, se volvería a pasar dicho sociograma a modo de posttest para comprobar los resultados de la intervención.

De esta manera, se podrán comparar ambos sociogramas y, observar, si la puntuación sociométrica de cada alumno/a se ha mantenido, ha bajado, ha subido... En el caso de los/as alumnos/as que se hayan mantenido en una puntuación alta (cuanto mayor sea el número atribuido a ellos/as mayor grado de aislamiento tendrán) o incluso hayan subido por la realización de estos grupos de trabajo, se les deberá vigilar detenidamente y tomar las medidas necesarias para intentar su inclusión.

IV) CONCLUSIONES Y LIMITACIONES.

Como conclusión, y a modo de reflexión inicial, quiero destacar la importancia que tiene la prevención del acoso escolar o bullying en la sociedad. Creo que tenemos que poner el punto de mira en qué estamos haciendo mal. Pero no enfocar al agresor/a o docente como culpable, si no concienciarnos todos. ¿Qué estamos haciendo mal para que, niños y niñas de menos de 12 años, humillen, torturen y acosen a sus compañeros/as? ¿Cómo no podemos darnos cuenta de que, en bastantes casos, les lleva incluso al suicidio? ¿Qué pasa por la cabeza de esos niños y niñas para ser capaces de semejante atrocidad? Creo que es necesario que nos tomemos en serio de una vez este tema. Ya son muchos suicidios a causa de esto y la cosa no mejora. Es más, vamos a peor.

Por todo ello, considero que es de vital importancia que los/as docentes tomen responsabilidad en las aulas y eduquen al alumnado en valores, habilidades sociales, educación emocional... De esta manera, sabrán resolver conflictos de una manera asertiva sin ser agresivos/as y podrán hacer frente a las críticas sin dañar su autoestima. Esto último es vital para que cada persona consiga sus objetivos personales. También, debemos de inculcarles la importancia para cada ser humano de ser perteneciente a un grupo, de sus beneficios personales y grupales.

Por otra parte, en cuanto a las limitaciones existentes que pudiesen entorpecer el desarrollo del plan de intervención, encontramos algunas referentes hacia el alumnado y otras hacia los/as docentes.

En primer lugar, en cuanto a los/as discentes, una limitación posible podría ser que no se tomaran en serio dicho proceso de enseñanza – aprendizaje, no teniendo entonces una actitud positiva y proactiva. También, por otra parte, otra limitación podría ser que los/as alumnos/as no supieran trabajar en grupo, tornando entonces la situación dificultosa.

En cuanto a los/as docentes, la limitación encontrada podría ser su negación al desarrollo de dicho plan de intervención por falta de tiempo. Todos/as sabemos el estrés que supone para los/as docentes poder concluir eficazmente con las unidades didácticas previstas por curso, por lo que podrían agarrarse a dicha excusa.

En cuanto a esto último y, para concluir con dicho plan de formación, he de decir que considero que estamos deshumanizándonos y no hacemos nada por remediarlo. En la educación, creo que tenemos que quitarle protagonismo a las asignaturas académicas y darle más peso a las cosas que realmente lo tienen ya que, después de todo, lo que define realmente quién eres son tus valores, no tus méritos académicos.

V) REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.

Anónimo (s.f.). *Acoso escolar, datos, cifras y estadísticas*. Epdata. Recuperado de <https://www.epdata.es/datos/acoso-escolar-datos-cifras-estadisticas/257/espana/106>

Carbonell Bernal, N., Sánchez Esteban, S., & Cerezo Ramírez, F. (2014). Estimulación de la inteligencia emocional como prevención del fenómeno “bullying” en alumnos víctimas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 6, (1), 427-430.

Castillo-Pulido, L. E. (2011). El acoso escolar. De las causas, origen y manifestaciones a la pregunta por el sentido que le otorgan los actores. *Magis, Revista Internacional de Investigación en Educación*, 4, (8). Edición especial *La violencia en las escuelas*, 415-428.

Departamento de Educación de Navarra. (s.f.) *Sociograma*. Recuperado de <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&ved=2ahUK EwiD-- TD4LniAhUUAWMBHR6eD10QFjABegQIBBAC&url=https%3A%2F%2Fwww.educacion.navarra.es%2Fdocuments%2F57308%2F57743%2Fsociograma.doc%2Ffca7c2b6-8125-4d7f-b5a1-e479e66119e6&usg=AOvVaw2jJGTHP-xkOleVWjsP5b2Y>

Elipe, P., Ortega, R., Hunter, S.C., & Del Rey, R. (2012). Inteligencia emocional percibida e implicación en diversos tipos de acoso escolar (Perceived emotional intelligence and involvement in several kinds of school bullying). *Psicología Conductual/ Behavioral Psychology*, 20, (1), 169-181.

Enríquez, M.F. & Garzón, F. (2015). El acoso escolar. *Saber, Ciencia y Libertad*, 10, (1), 219-233.

García-Román, S. (2013). *El uso del sociograma para determinar las relaciones existentes en un aula de 4º de ESO* (trabajo fin de máster). Universidad Internacional de la Rioja, La Rioja, España.

Lacasa, C. S., & Ramírez, F. C. (2014). Conceptualización del bullying y pautas de intervención en educación primaria. *International Journal of Developmental and Educational Psychology (Revista INFAD de Psicología)*, 6, (1), 443-452.

López Gilaberte, M. (2015). *Análisis: liderazgo y relaciones sociales en el aula de infantil* (trabajo fin de grado). Universitat Jaume I, Valencia, España.

Marín, A. & Reidl, L. (2013). Validación psicométrica del cuestionario “Así nos llevamos en la escuela” para evaluar el hostigamiento escolar (bullying) en Primarias. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 18, (56), 11-36.

Mengual, E. (26 de abril de 2016). Las denuncias por acoso escolar se disparan: un 75% más en 2015. *El Mundo*. Recuperado de <https://www.elmundo.es/sociedad/2016/04/26/571f4228e5fdea2f528b4604.html>

Navarro-Gómez, N. (2017). El suicidio en jóvenes en España: cifras y posibles causas. Análisis de los últimos datos disponibles. *Clínica y Salud*, 28, (1), 25-31.

Nieto Martín, I. (s.f.). *Análisis de las relaciones informales en un grupo de 5º de Primaria a través de un sociograma* (trabajo fin de grado). Universidad Internacional de La Rioja, La Rioja, España.

Ortega Ruiz, R., Rey Alamillo, R. D., & Mora Merchán, J. A. (2001). Violencia entre escolares: conceptos y etiquetas verbales que definen el fenómeno del maltrato entre iguales. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 41, 95-113.

Peñalva-Vélez, A., López-Goñi, J. J., Vega-Osés, A., & Satrústegui-Azpíroz, C. (2015). Clima escolar y percepciones del profesorado tras la implementación de un programa de convivencia escolar. *Estudios sobre educación*, 28, 9-28.

Pérez-Barco, M.J. (14 de septiembre de 2015). Este es el acoso escolar que puede sufrir tu hijo según el curso que estudie. *ABC*. Recuperado de <https://www.abc.es/familia-educacion/20150914/abci-bullying-curso-201509081929.html>

Pérez-Carbonell, A.; Ramos-Santana, G. & Serrano, M. (2016). Formación del profesorado de educación secundaria obligatoria para la prevención e intervención en acoso escolar. Algunos indicadores. *Revista Educar*, 52, (1), 51-70.

Salas Picón, W. M. (2015). Revisión sobre la definición del bullying. *Poiésis*, 30, 44-50.

Salcedo, K. D., Rodríguez, J. A. C., & Romero, G. V. (2015). Procedimiento para la evaluación de liderazgo en directivos de la Misión Sucre “Aldea Mantecal”, Venezuela. *Folletos Gerenciales*, 19, (2), 112-123.

Soriano Berenguer, B. (s.f.). *Estudio y análisis del Acoso Escolar en Educación Infantil: prevención desde el aula* (trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid, Valladolid, España.

Urbina Hurtado, C., López Leiva, V., & Cárdenas Villalobos, J. P. (2018). El uso de sociogramas en la escuela para la mejora de la convivencia: un estudio en escuelas chilenas. *Perfiles educativos*, 40, (160), 83-100.