

Universidad de Zaragoza
Escuela Universitaria de Enfermería de Huesca

Grado en Enfermería

Curso Académico 2016 / 2017

TRABAJO DE FIN DE GRADO

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD: DIRIGIDO A
ADOLESCENTES EN RIESGO DE SUFRIR BULLYING/ CIBERBULLYING,
SUS PADRES Y PROFESORES.**

Autora: Abellanas Jarne, Lorena

Director: Hijós Larraz, Luis

ÍNDICE:

RESUMEN	3
ABSTRACT	4
1.- INTRODUCCIÓN	5
2.- OBJETIVOS:	7
3.- METODOLOGÍA:	7
4.- DESARROLLO	8
• 4.1- FASE DE CAPTACIÓN:	8
• 4.2- DISEÑO DEL PROGRAMA DE SALUD: POBLACIÓN DIANA A LA QUE VA DIRIGIDO.....	9
• 4.3- DEFINICIÓN DEL PROBLEMA DE ESTUDIO:	9
• 4.4.- OBJETIVOS.....	10
• 4.4.1.- META DEL PROGRAMA:.....	10
• 4.4.2.- OBJETIVO GENERAL:.....	10
• 4.4.3.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	10
• 4.5.-INTERVENCIÓN.....	11
• 4.6.- IDENTIFICACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RECURSOS NECESARIOS.....	17
• 4.7.- EVALUACIÓN DEL PROGRAMA:	17
5.- CONCLUSIONES	18
6.- BIBLIOGRAFÍA.....	20
AGRADECIMIENTOS:	23
ANEXO I: FOLLETO INFORMATIVO	24
ANEXO II: SOLICITUD DE ADHESIÓN/ CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	25
ANEXO III: CRONOGRAMA	26
ANEXO IV: CUESTIONARIOS	27
ANEXO V: CUVE3- ESO.....	31
ANEXO VI:.....	34

RESUMEN

Introducción: El *Bullying* es un abuso de poder que conlleva a ataques físicos, verbales y psicológicos por parte del agresor, con el fin de causar miedo, daño o dolor a una víctima. En España, uno de cada diez estudiantes dice haber sufrido *Bullying*, dando un total de 110.837 casos conocidos aproximadamente.

El *CiberBullying* es el *Bullying* que se lleva a cabo mediante dispositivos electrónicos, en el que interceden cuatro planos diferentes: el interpersonal, el intrapersonal, el intragrupal y el contextual.

Estos dos problemas podrían abordarse desde el campo de la Enfermería Escolar, actuando sobre alumnos, padres y profesores.

Objetivo: Elaborar una propuesta de Programa de Salud para disminuir la incidencia del *Bullying* en una población de adolescentes/ estudiantes de ESO.

Metodología: Se realiza una búsqueda bibliográfica en diferentes bases de datos para llevar a cabo un programa psicoeducativo acerca del *Bullying*.

Desarrollo: Después de una valoración diagnóstica, tras la cual se procederá a realizar una captación de la población, mediante el reparto de trípticos informativos en los dos centros de Educación Secundaria de Sabiñánigo.

Tras ello, se realizarán tres sesiones durante tres semanas consecutivas, explicando las características del *Bullying* y el *CiberBullying* y las actitudes que hay que tomar frente a ellos.

Se propone que la valoración del programa se lleve a cabo mediante cuatro instrumentos: un cuestionario de conocimientos y actitudes, el CUVE3-ESO, el EBIP-Q y el ECIP-Q.

Conclusiones: Con la realización de este Programa de Salud se pretende que la población identifique y evite las conductas propias del acoso escolar.

Queda patente el importante papel de la Enfermería Escolar para prevenir el *Bullying*.

Palabras clave: *Bullying*, *CiberBullying*, adolescencia, acoso escolar, Enfermería escolar.

ABSTRACT

Introduction: Bullying is an abuse of power that involves physical, verbal and psychological aggressions, in order to cause fear, hurt or pain to a victim.

In Spain, one of every ten students has suffered Bullying, total of 110.837 known cases approximately.

CiberBullying is the Bullying that is done with electronic devices, in which intercede four different types: the interpersonal, the intrapersonal, the inside of the group and the context.

These two problems could be tackle with the School Nurse, who could benefit students, parents and teachers.

Objective: To elaborate a proposal of Health Program to reduce the incidence of Bullying in adolescents/ students of ESO.

Methodology: A bibliographic search is done in different databases to do a psychoeducational Bullying program.

Development: A diagnostic evaluation is done, after, the recruitment of the people is made with informative leaflets in the two Secondary Schools of Sabiñanigo.

After that, three sessions will be make for three consecutive weeks, explaining the characteristics of Bullying and CiberBullying and the attitudes that must be taken in the face of them.

The program evaluation is proposed to do with four instruments: a before-questionnaire, CUVE3- ESO, EBIP-Q and ECIP-Q.

Conclusions: With the realization of this Health Program is evident the importance of know about this issue.

To prevent the occurrence of Bullying, the role of School Nursing is very important.

Keywords: Bullying, CiberBullying, adolescence, "acoso escolar", School Nurse.

1.- INTRODUCCIÓN

El *bullying* es un término anglosajón que hace referencia a un conjunto de elementos claves como son ataques físicos, verbales y psicológicos destinados a causar miedo, dolor y daño a una víctima; se trata de un abuso de poder en una relación asimétrica con una ausencia de provocación por parte de la víctima y un conjunto de incidentes entre los niños y jóvenes durante un prolongado período de tiempo¹.

Para referirse a este fenómeno, uno de los mayores investigadores de estos comportamientos, Olweus (1998), dictaminó que: *"una acción negativa es cuando alguien, de forma intencionada, causa un daño, hiere o incomoda a otra persona mediante el contacto físico. Se pueden cometer acciones negativas de palabra, por ejemplo con amenazas y burlas, tomar el pelo o poner mote. Comete una acción negativa quien golpea, empuja, da una patada, pellizca o impide el paso a otro. También es posible ejecutar acciones negativas sin el uso de la palabra y sin el contacto físico, sino, por ejemplo, mediante muecas, gestos obscenos, excluyendo de un grupo a alguien adrede, o negándose a cumplir los deseos de otra persona"*².

El acoso escolar está fundamentado en una serie de roles que desempeñan los diferentes integrantes del conflicto, que confluyen en un espacio común: la víctima, el agresor y los observadores³.

El término *bullying* no es un fenómeno nuevo, pero si es cierto que en los últimos tiempos está cobrando más importancia que la que anteriormente se le atribuía. La preocupación por el maltrato escolar ha dado lugar a cuantiosas intervenciones y acciones en diferentes países y variados ámbitos³. De hecho, la investigación sobre el *bullying* y sus respectivos programas de estudio tienen una trayectoria de más de tres décadas de estudio, donde se han evidenciado eficientes estrategias que abordan diferentes elementos del contexto escolar, como la mejora de la calidad en las relaciones de la comunidad educativa o el apoyo organizacional a la implantación de estrategias para su prevención, entre otros⁴.

Mediante una serie de encuestas llevadas a cabo por la plataforma "Save the Children", es reseñable el hecho de que uno de cada diez estudiantes considera haber sufrido *bullying*. En cuanto a la violencia, se destaca que seis de cada diez niños afirman haber sido insultados, de entre los que se encuentra que el 22.6% lo ha sufrido de manera frecuente, o que el 30% dice haber recibido golpes físicos. En España, reconocidos, hay unos 110.837 casos de *bullying*⁵.

De los roles que se diferencian en el *bullying*, ninguno de los participantes se ve favorecido; los acosadores suelen tener un gran problema de autoestima, así como suelen tener sentimientos de hostilidad, haciendo que la mitad de ellos reconozca haber insultado a alguien, un tercio afirma

haber agredido físicamente a otro o que uno de cada diez haya amenazado a otro⁵.

De la misma manera, en la actualidad, cada vez se pone más de manifiesto el maltrato que sufren algunos adolescentes por medio de los dispositivos electrónicos. En esta forma de agresión, el *Ciberbullying*, se encuentran cuatro campos de análisis, explicados en la tabla 1⁶.

Tabla 1. Campos de análisis del *CiberBullying*.⁶

PLANOS	CARACTERÍSTICAS
Interpersonal	Procesos que suceden a partir de las relaciones existentes entre los individuos participantes (entre el que ejerce el maltrato y el que lo recibe).
Intrapersonal	Ciertos procesos sociales, emocionales y cognitivos afectan a los sujetos involucrados en este maltrato.
Intragrupal	Dentro del grupo implicado, se trata de la red de poder, su cultura de abuso, la presión de los códigos y reglas de control grupal y las acciones positivas de los espectadores ante el acoso.
Plano contextual	Contexto en el que sucede, el medio a través del cual se difunde la información, la simultaneidad de la comunicación, la inmediatez de las respuestas,...

El hecho de que el estilo de vida de hoy en día haya cambiado, emergiendo problemas como los anteriormente citados, plantea la posibilidad de implantar la Enfermería en la escuela. De esta manera podrían abordarse problemas no solo de esta índole y exclusivamente a los alumnos, sino que padres y profesores también podrían verse, en cierto modo, favorecidos por los cuidados que Enfermería podría proporcionarle⁷.

El presente trabajo de fin de grado trata de abordar el tema del acoso escolar o *bullying* desde un punto de vista global de prevención de este fenómeno, mediante una propuesta de actuación frente al mismo, remarcando importancia de actuar desde el campo de la Enfermería que,

como agentes de la educación y la promoción de la salud, puede implicarse y adentrarse a la hora de aconsejar, escuchar e intentar poner remedio a este problema.

2.- OBJETIVOS:

- **OBJETIVO GENERAL:** Elaborar una propuesta de Programa de Salud para disminuir la incidencia del *Bullying* en una población de adolescentes/ estudiantes de ESO.
- **OBJETIVOS SECUNDARIOS:**
 - Planificar actuaciones psicoeducativas destinadas a adolescentes, padres y profesores.
 - Elaborar el contenido psicoeducativo de dichas actuaciones.
 - Planear la evaluación del Programa de Salud.
 - Valorar la importancia de la figura de la Enfermera escolar.

3.- METODOLOGÍA:

- Búsqueda bibliográfica:

Partiendo del tema tratado en el presente trabajo, se realiza una búsqueda bibliográfica en las principales bases de datos en ciencias de la salud, como IBECS, DIALNET, CUIDEN PLUS y SCIELO. Para ello, se seleccionaron palabras clave como fueron: "Bullying", "CiberBullying" "Acoso escolar", "Enfermería", "Escolar", "Adolescencia" y los operadores booleanos AND y OR.

Como limitadores de la búsqueda de artículos relevantes:

- Artículos con publicación posterior a 2013.
- Artículos en español o inglés.
- Artículos con acceso gratuito al texto completo.

Una vez realizada la búsqueda bibliográfica con aquellos artículos que cumplían los supuestos anteriores, se escogieron los que tenían los siguientes criterios de inclusión:

- Estudios realizados en España
- Artículos que explicaran el fenómeno de manera holística.

Los resultados de la búsqueda bibliográfica se muestran en la tabla 2.

Tabla 2: Búsqueda bibliográfica

BASE DE DATOS	PALABRAS CLAVE	ARTÍCULOS ENCONTRADOS	ARTÍCULOS UTILIZADOS
IBECS	<i>Bullying</i>	29	3
	Adolescencia AND acoso AND escolar	19	1
DIALNET	<i>Bullying</i> AND <i>Ciberbullying</i>	8	5
	Enfermera escolar	20	2
CUIDEN PLUS	Enfermería AND acoso AND escolar	2	0
	<i>Bullying</i> AND adolescencia	8	0
SCIELO	<i>Bullying</i>	20	1
	Acoso escolar	13	0

Como se verá en el desarrollo, para la realización de la propuesta de este Programa de Salud se estableció una fase de captación seguida de una intervención educativa para finalizar con la evaluación del impacto de la misma, donde se identificaron los controles pertinentes.

4.- DESARROLLO

4.1- FASE DE CAPTACIÓN:

Para la captación de alumnos y padres, se deberá poner en contacto con los 2 centros educativos, de esta manera se les expondrá la propuesta. Posteriormente, se repartirán folletos informativos (Anexo 1) que se remitirán a los diferentes alumnos para el conocimiento de sus padres o tutores y el suyo propio. Estos trípticos irán acompañados del

consentimiento informado, en el mismo se identificarán los padres que quieran participar en la actividad formativa (Anexo 2).

4.2- DISEÑO DEL PROGRAMA DE SALUD: POBLACIÓN DIANA A LA QUE VA DIRIGIDO.

El programa va dirigido a todos aquellos adolescentes susceptibles de padecer una situación de *bullying*, así como padres y profesores que pudieran verse implicados.

Se planifica un programa de tres sesiones que serán impartidas en horario lectivo, con una duración aproximada de dos horas por sesión para adolescentes que se encuentren cursando la ESO (Anexo 3).

Para padres y profesorado, las reuniones se distribuirán de la misma manera, pero en período de tarde, teniendo una duración similar a las de los alumnos (Anexo 3).

Tendrán lugar en los Institutos de Sabiñánigo, el "IES San Alberto Magno" y el "IES Biello Aragón".

4.3- DEFINICIÓN DEL PROBLEMA DE ESTUDIO:

El programa se llevará a cabo por medio de una intervención educativa, previamente estudiada y valorada, impartida por el personal de Enfermería.

Los centros de Educación Secundaria Obligatoria elegidos para llevar a cabo el programa serán el "IES San Alberto Magno" y el "IES Biello Aragón", ambos de la localidad de Sabiñánigo. En un total de 416 alumnos de edades comprendidas entre los 12 y los 16 años (1º-4º de la ESO).

Los Diagnósticos y resultados NOC que se pueden considerar asociados al *Bullying* se muestran en la Tabla 3.

Tabla 3. Diagnósticos Enfermeros y Objetivos NOC^{8, 9}

DIAGNÓSTICOS NANDA	OBJETIVOS NOC
00126 Conocimientos deficientes	- 1209 Motivación - 1806 Conocimiento: recursos sanitarios - 1809 Conocimiento: seguridad personal - 1908 Detección del riesgo
00146 Ansiedad	- 1302 Afrontamiento de problemas - 1211 Nivel de ansiedad - 1402 Autocontrol de la ansiedad
00148 Temor	- 1210 Nivel de miedo - 1404 Autocontrol del miedo

00198 Trastorno del patrón del sueño	- 0003 Fomentar el descanso
00053 Aislamiento social	- 1303 Severidad de la soledad - 1204 Equilibrio emocional - 1502 Habilidades de interacción social - 1503 Implicación social
00120 Baja autoestima situacional	- 1205 Autoestima

4.4.- OBJETIVOS

4.4.1.- META DEL PROGRAMA:

La meta de esta propuesta se centra en establecer la prevención y el modo de actuación correcto a la hora de afrontar situaciones de acoso escolar, por medio de una intervención psicoeducativa entre la población de adolescentes con edades comprendidas entre 12 y 16 años (Enseñanza Secundaria Obligatoria), de sus padres/ tutores legales y profesores.

Dentro de esta meta también se encuentra la intención de realizar una evaluación de temas como el conocimiento sobre el acoso escolar y cómo ponerle remedio.

Con ella se tratará de ver la respuesta a este programa en la población seleccionada para, de esta manera, generalizarse a otros centros de estudios de Aragón.

4.4.2.- OBJETIVO GENERAL:

Prevenir la posible aparición de casos de *Bullying* en adolescentes con edades comprendidas entre los 12 y los 16 años de los Institutos "IES San Alberto Magno" y el "IES Biello Aragón" de Sabiñánigo.

4.4.3.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- **Alumnos:**

- Aumentar los conocimientos sobre el fenómeno *Bullying* y *CiberBullying* entre los alumnos de los institutos de Sabiñánigo.
- Ofrecer herramientas para contribuir al desarrollo de habilidades sociales que puedan fomentar la empatía y el respeto por los demás.
- Enseñar a tener una actitud positiva, la asertividad, cómo canalizar emociones e identificar las conductas molestas que puedan ocasionarse.
- Educar acerca del significado de algunos términos como chivato, solidaridad, abuso o compañerismo.

- **Padres/ tutores legales y profesores:**
 - Aumentar los conocimientos sobre el fenómeno *Bullying* y *CiberBullying* entre los padres/tutores legales y profesores de los institutos de Sabiñánigo en las tres sesiones propuestas.
 - Informar acerca de las situaciones de riesgo de los adolescentes, identificando posibles casos por medio de sus comportamientos.
 - Detectar posibles signos de maltrato y/o intimidación entre sus hijos/ alumnos.
 - Potenciar las actuaciones de padres, madres, tutores y profesores ante situaciones de acoso.
 - Intentar unificar modos de actuación frente al acoso por parte de padres y profesorado.

4.5.-INTERVENCIÓN

Las acciones planteadas se repartirán durante tres sesiones de dos horas cada una de ellas. Para ello se realiza un cronograma con las actividades y las semanas en las que se efectuarán (Anexo 3). Se llevarán a cabo charlas para promover y mejorar el estado actual de situaciones de acoso escolar a través de talleres, proporcionando explicaciones sobre escenarios de riesgo, para prevenirlos y para solucionarlos.

Se realizarán durante tres días de tres semanas consecutivas.

SESIÓN NÚMERO 1: “Bullying, un secreto a voces”

- **Objetivos:**
 - Aumentar los conocimientos sobre el fenómeno *Bullying* entre los alumnos/ padres/ profesores de los institutos de Sabiñánigo.
 - Educar acerca del significado de algunos términos como chivato, solidaridad, abuso o compañerismo.
- **Material:** proyector, ordenador, material audiovisual, cuestionario.
- **Resumen del contenido:** La idea principal de esta sesión será clarificar qué es *Bullying* y qué significado tienen algunos términos como *chivato, solidaridad, abuso o compañerismo*.
En esta primera charla, el contenido será similar para todos, tanto alumnos, como padres y profesores; pero se impartirá en sesiones diferentes.
De manera clara y comprensible, con lenguaje adaptado, el ponente que en este caso será un enfermero/a, deberá dejar claro lo que suponen los términos anteriormente citados, destacando que:
✓ **Bullying:** forma de maltrato, normalmente intencionado, perjudicial y persistente de un estudiante o grupo de estudiantes, hacia otro compañero al que convierte en su víctima habitual. El

Bullying se expresa tanto con agresiones físicas como verbales y como exclusión ¹⁰.

Se presenta como un fenómeno grupal desde el momento en que precisa del soporte del grupo y, por tanto, debe situarse en la trama de relaciones que en el mismo se genera. Para su estudio, se hace imprescindible incluir el análisis de las relaciones socioafectivas, las condiciones ambientales donde se producen ¹⁰. También debe evidenciarse los diferentes tipos de *Bullying* que pueden darse (Ver tabla 4).

Tabla 4. Tipos de *Bullying* ¹¹

TIPO DE AGRESIÓN	EJEMPLOS
Exclusión social	Ignorar No permitir participar
Agresión verbal	Poner nombres ofensivos Insultos
Agresión física indirecta	Esconder o robar cosas de la víctima
Agresión física directa	Pegar
Amenazas	Hacer tener miedo Obligar a realizar cosas
Acoso sexual	Mediante actos o comentarios

- ✓ **Chivato:** A pesar de que la RAE indica que un chivato es aquella persona que es un "delator" ¹², se ha de especificar que si un adolescente está presenciando una situación de acoso, no debe callarse por miedo a que la tomen contra él, sino actuar e intervenir, buscando ayuda paternal o en profesorado. Se debe hacer hincapié en que una actitud empática puede favorecer a todos y que, si se ayuda alguien que lo necesita, quizás en otra situación sea de manera contraria.
- ✓ **Solidaridad y compañerismo:** Es de destacar que, ayudar al resto, es un gesto que hay que tener muy presente; aprender a tender la mano a aquél que lo necesita es un acto de valentía y madurez ¹³.
- ✓ **Abuso:** Es aquel acto que lleva a cabo una persona que por ciertas condiciones se encuentra por encima de otra, ejerciendo sobre ella actuaciones de desprecios o maltrato ¹⁰.

Se explicará que se desarrollan diferentes roles en un espacio común, siendo estos la víctima, el agresor y los observadores ³. Poniendo diferentes ejemplos para que puedan verlo de una manera más gráfica y explicando las características de cada uno y factores de riesgo del agresor (ver tablas 5 y 6) y de la víctima (ver tablas 7 y 8).

Tabla 5. Factores de riesgo de ser agresor ¹⁴.

FACTORES DE RIESGO DE SER AGRESOR	
Carencia de afecto, apoyo e implicación de padres	Permisividad y tolerancia de conductas agresivas
Disciplina inconsciente, inefectiva	Problemas de comunicación
Conflictos frecuentes entre los padres	Utilización de la violencia en el hogar
Problemas psicológicos/ conductuales de los padres	Rechazo parenteral

Tabla 6. Características típicas del agresor ¹⁵

CARACTERÍSTICAS TÍPICAS DEL AGRESOR	
Fuerte necesidad de dominar	Impulsivos e iracundos
Poca empatía con sus iguales	Desafiantes y agresivos
Conductas antisociales	Suelen ser más fuertes físicamente
Baja tolerancia a la frustración y cumplimiento de normas	Razonamiento moral "primitivo"

Tabla 7. Factores de riesgo de ser víctima ¹⁴.

FACTORES DE RIESGO DE SER VÍCTIMA	
Físico débil	Baja autoestima
Autopercepción negativa	Bajas competencias sociales
Depresión o ansiedad	Apego inseguro madre- hijo
Madres sobreprotectoras	Abuso infantil

Tabla 8. Características típicas de la víctima¹⁵.

CARACTERÍSTICAS TÍPICAS DE LA VÍCTIMA	
Características particulares salientes → objetos de atención	Poco integrados en redes de amistad y apoyo de la clase
Problemas conductuales que "molestan" a otros y "provocan" la agresión.	

Se resuelven las dudas que puedan surgir a lo largo de la charla.

SESIÓN NÚMERO 2: “El peligro de la era electrónica”

- **Objetivos:**
 - Aumentar los conocimientos sobre el *CiberBullying* entre los alumnos/ padres/ profesores de los institutos de Sabiñánigo.
- **Material:** proyector, ordenador, presentaciones y vídeos.
- **Resumen del contenido:** Se verán una serie de vídeos y presentaciones, las cuales se irán pausando y preguntando a los participantes acerca de sus impresiones y de lo que ellos consideran que habría que hacer en esas situaciones.
Otro tema a tratar en esa sesión, sería el del *CyberBullying*. Este término fue acuñado por Belsey (2005) y lo definió como el uso de Tecnologías de la Información y Comunicación (como Correo Electrónico o mensajería móvil), para manifestar comportamientos vejatorios y/o difamatorios de un individuo o grupo, que deliberadamente y de forma repetitiva y hostil, pretendía dañar a otro¹⁶.

Hoy en día se reconoce como el *Bullying* realizado a través de internet y, en general, los dispositivos digitales. Tiene puntos en común con el acoso en directo, pero añade que puede hacerse en cualquier momento y lugar, la posibilidad de anonimato, la potencialidad de una mayor audiencia o la posible suplantación de identidad¹⁷. Una característica que también ha de tenerse en cuenta es el hecho de que su existencia conlleva un desamparo legal, ya que, aunque pueda cerrarse una Web, inmediatamente pueden abrirse otras, continuando con el problema¹⁶.

Las nuevas tecnologías pueden aportar múltiples ventajas, pero a la vez, cantidad de inconvenientes (Ver tabla 9).

Tabla 9. Ventajas e inconvenientes de las nuevas tecnologías¹⁸.

VENTAJAS	POSIBLES RIESGOS
Acceso casi ilimitado a información multimedia.	Uso abusivo o adicción → dependencia
Nueva manera de relación con el resto	Uso ilícito de descargas
Posibilidad de participación activa en la sociedad.	Acceso a contenidos inapropiados
	Chantaje, vejaciones o insultos a otros → CIBERBULLYING
	Amenazas de la privacidad
	Riesgos técnicas como virus y económicos como fraudes.

Es reseñable que al igual que sucede en el *Bullying*, también se dan diferentes personajes dentro de un mismo escenario, con distintos niveles de implicación (Ver tabla 10).

Tabla 10. Implicaciones como víctima y agresor en el CiberBullying¹⁹.

		Implicación como víctima		
		No hay	Moderada	Grave
Implicación como agresor	No hay	Espectadores	Víctimas moderadas	Víctimas severas
	Moderada	Agresores Moderados	Agresores victimizados moderados	Agresores victimizados severos
	Grave	Agresores Severos		

SESIÓN NÚMERO 3: “De la teoría a la práctica”

- **Objetivos alumnos:**
 - Ofrecer herramientas para contribuir al desarrollo de habilidades sociales que puedan fomentar la empatía y el respeto por los demás.
 - Enseñar a tener una actitud positiva, la assertividad, cómo canalizar emociones e identificar las conductas molestas que puedan ocasionarse.
- **Objetivos padres/ profesores:**

- Informar acerca de las situaciones de riesgo de los adolescentes, identificando posibles casos por medio de sus comportamientos.
 - Detectar posibles signos de maltrato y/o intimidación entre sus hijos/ alumnos.
 - Conocer las actuaciones de padres, madres, tutores y profesores ante situaciones de acoso.
 - Intentar unificar modos de actuación frente al acoso por parte de padres y profesorado.
 - **Material:** proyector, ordenador, material audiovisual, amplio espacio, cuestionario.
 - **Resumen del contenido:** Tendrá como finalidad llevar a la práctica todo lo aprendido en los talleres anteriores. Tanto a padres, como a profesores, como a alumnos, se les expondrán casos ficticios y se les pedirá que actúen de la manera que para ellos es la correcta. Se tendrá en cuenta que se lleven a cabo todos los puntos explicados.
- ✓ **Para alumnos:** ^{15, 20}
- Aprender a comunicar las acciones que les puedan herir o sentar mal de una manera educada y adecuada.
 - Se deben solventar las situaciones de riesgo lo antes posible, dando parte de la situación que se está viendo.
 - Canalizar las emociones de una manera no violenta.
 - Comprender que reírse de los defectos de cada uno no es de agrado.
 - Ser conocedores de que un buen uso de los dispositivos electrónicos es primordial.
 - Mediante la escucha activa, hacerles notar que les comprendemos y que han actuado de la manera correcta al decirlo.
 - Se les ofrecerá la opción de hablar con el equipo de Enfermería de manera anónima si sufren o son conocedores de algún tipo de abuso de estas características y, de esta manera, ponerle remedio.
- ✓ **Consideraciones por parte de padres y profesores :** ^{15, 20}
- Se debe actuar de manera calmada, brindando confianza, de esta forma se conseguirá apaciguar también a los alumnos e intentar dialogar con ellos, haciéndolos entrar en razón.
 - Preguntar siempre el por qué de los actos que se han realizado, buscando los motivos, para que el acosador entre en razón de que todo lo que hizo estaba mal.
 - Intentar que el alumno reflexione, fomentando la empatía.
 - Recompensar y reconocer los cambios de actitud que se vayan viendo en los adolescentes.

- No se debe ignorar una situación y esperar a que los niños lo resuelvan.
- Analizar junto a las víctimas las posibles alternativas existentes.
- No se debe obligar a los observadores a decir en público lo que vieron, ya que muchas veces este les coarta.
- En el caso de padres, preocuparse por dialogar con el hijo, preguntarle por sus compañeros de clase, por la relación con sus amigos,... Si muestra algún tipo de sentimiento de temor, ofrecer todo su apoyo. Si fuese necesario, plantearse el cambiar de escuela.
- En el caso de profesores, las horas destinadas a las tutorías, que se emplearan con fines tales como terapias de grupo, charlas,... Lo cual en la mayoría de las ocasiones no se cumple.
- Mediante los casos ficticios, se les pedirá que actúen tal y como lo harían, de manera que se pueda corregir su actitud si no es la idónea.

Para finalizar esta sesión, realizaremos una serie de preguntas para comprobar que todo lo expuesto ha quedado claro y los receptores han aprendido y comprendido las sesiones.

4.6.- IDENTIFICACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RECURSOS NECESARIOS

Para captar a los padres se realizará una aproximación preliminar indagando su interés en la participación, mediante el envío del consentimiento informado junto a una solicitud de adhesión al programa. (Anexo 2).

Los recursos necesarios serán:

- El equipo de Enfermería que desarrolle las ponencias.
- Serán necesarios un ordenador, proyector y pantalla, donde se expondrán las presentaciones y vídeos.
- Un espacio amplio donde poder realizar los talleres prácticos.
- Se le pedirá al centro que preste alguna de sus aulas o despachos para poder realizar reuniones anónimas si alguno de los alumnos lo creyera conveniente.

4.7.- EVALUACIÓN DEL PROGRAMA:

Previamente a la primera charla, se ofrecerá un cuestionario para valorar las actitudes que los receptores llevan a cabo en estas situaciones (Anexo 4).

Igualmente para valorar el impacto de este programa se realizará cuestionario CUVE3- ESO, Cuestionario de Violencia Escolar (Anexo 5). Este cuestionario ha sido validado en una muestra española por Álvarez- García, Núñez y Dobarro en el año 2012 ²¹.

De la misma manera, se llevarán a cabo los cuestionarios EBIP-Q (European Bullying Intervention Project Questionnaire) y ECIP-Q (European Ciberbullying Intervention Project Questionnaire). Fueron ideados por Brighi et al. En el 2012. (Anexo 6)

Se trata de una buena alternativa para la evaluación de las intervenciones del *Bullying*. ¹⁷ (Ver tabla 11).

Tabla 11. Características de los cuestionarios ^{17, 21}.

CUESTIONARIO	CARACTERÍSTICAS
CUVE3- ESO	Instrumento para analizar la frecuencia de aparición de diferentes tipos de violencia escolar.
EBIP- Q	Evalúa la implicación en el <i>Bullying</i>
ECIP- Q	Evalúa la implicación en el <i>Ciberbullying</i>

Una vez realizada la tercera charla, realizaremos de nuevo el cuestionario sobre actitudes y conocimientos y, a los seis meses, se llevará a cabo una nueva medida de los otros instrumentos citados. Como método de control y para comparar el impacto de este programa, se utilizarán centros con las mismas características sociodemográficas (nivel socioeconómico, nivel cultural de los progenitores,...), como académicas (notas medias del último curso académico) de los alumnos que en las que se ha llevado a cabo la intervención. Dicha valoración se realizará en el mismo momento que se realice la segunda medida en los centros que se ha intervenido.

5.- CONCLUSIONES

El *Bullying* es un tema que ha pasado por alto a lo largo de los años a pesar de sus tres décadas de estudio pero, al parecer, es en estos últimos tiempos donde se han establecido medidas para su prevención.

Con la realización de este Programa de Salud se pretende que los alumnos, sus padres y profesores conozcan de qué se trata, cómo identificar estas situaciones y cómo evitarlas.

Se ha mostrado un Programa de Salud enfocado a elaborar un contenido psicoeducativo acerca del *Bullying* y del *CiberBullying*, que se desarrolla a lo largo de tres sesiones.

En su desarrollo, adquiere importancia el papel de la Enfermería escolar, tanto como para impartir las sesiones como para ayudar en las tutorías individuales que fueran necesarias.

6.- BIBLIOGRAFÍA

- 1.- Hernández de Frutos T, Sarabia Heydrich B, Casares García E. Incidencia de variables contextuales discretas en la violencia "Bullying" en el recinto escolar. *Psicothema* [Internet]. 2002 [consulta 16 de enero 2017]; 14 (1): 50-62. Disponible en: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3474>
- 2.- Olweus, D. Conductas de acoso y amenaza entre escolares. 3^a ed. Madrid: Morata; 2006.
- 3.- León del Barco B, Polo del Río MI, Gozalo Delgado M, Mendo Lázaro S. Relevancia del aprendizaje cooperativo sobre los diferentes perfiles de la dinámica bullying. Un análisis mediante pruebas de tamaño del efecto. *Anales de Psicología* [Internet]. 2016 [consulta 14 de enero 2017]; 32(1): 80-88. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282016000100009&lng=es. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.32.1.183141>.
- 4.- Ortega- Ruiz R, Del Rey R, Casas JA. La convivencia Escolar: clave en la predicción del Bullying. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa* [Internet]. 2013 [consulta 9 de enero de 2017]; 6 (2): 91-102. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4697267>
- 5.- Calmaestra J, Escorial A, García P, Del Moral C, Perazzo C, Ubrich T. Yo a eso no juego [Monografía en Internet]. Madrid: Save the Children España; 2016 [consulta 8 de enero de 2017]. Disponible en: https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/yo_a_eso_no_juego.pdf
- 6.- Avilés Martínez JM. Análisis psicosocial del Ciberbullying: Claves para una educación moral. *Papeles del psicólogo* [Internet]. 2013 [consulta el 12 de enero de 2017]; 34 (1): 65-73. Disponible en: <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/2172.pdf>
- 7.- González Jiménez AJ, Márquez Hernández V, López Rodríguez MM. Educación y salud en una sociedad globalizada. 1^aed. Almería: Editorial Universidad de Almería; 2015.
- 8.- Luis Rodrigo, MT. Los diagnósticos enfermeros. 9^a ed. Barcelona: Elsevier Masson; 2013.
- 9.- Moorhead S, Johnson M, Maas ML, Swanson E. Clasificación de Resultados de Enfermería (NOC). 4^a ed. Elsevier; 2009.
- 10.- Cerezo F. *Bullying: análisis de la situación en las aulas españolas*. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy* [Internet]. 2009 [consulta el 13 de enero de 2017]; 9 (3): 367-378. Disponible en:

<http://www.ijpsy.com/volumen9/num3/244/bullying-anlisis-de-la-situacin-en-las-ES.pdf>

11.- Defensor del pueblo. Violencia Escolar: El Maltrato entre Iguales en la Educación Secundaria Obligatoria 1999-2006. Madrid: Defensor del Pueblo; 2007. Nuevo estudio y actualización del Informe 2000.

12.- RAE [base de datos en Internet]. Madrid [actualizada en enero 2017; acceso 13 enero 2017]. Disponible en: <http://dle.rae.es/?id=C67EFi4>

13.-Avilés JM, Irurtia MJ, García- López LJ, Caballo VE. El maltrato entre iguales: "Bullying". Psicología Conductual [Internet]. 2011 [consulta 25 de enero de 2017]; 19 (1): 57-90. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/230704620_Bullying_El_maltrato_entre_iguales_bullying

14.- Apablaza M, Bravo M, Contreras H. Violencia, *bullying* y confianza como factores de la adaptación escolar. Centro de Políticas Públicas, Facultad de Gobierno [Internet]. 2016 [consulta 24 de enero 2017]. Disponible en: <http://gobierno.udd.cl/cpp/files/2016/06/Violencia-y-Bullying-CPP-numero5.pdf>

15.- Cruz Fernández V, Fernández Barreiros M, Amado Mera A, Abelleira Docabo M, Domínguez Fontenla M. Aproximación psicoeducativa al fenómeno del Bullying (Acoso Escolar). En: Actas do X Congresso Internacional Galego- Portugués de Psicopedagogía. Braga: Universidade do Minho; 2009. p. 214-225.

16- Sabater Fernández MC, López Hernández L. Factores de riesgo en el Ciberbullying. Frecuencia y exposición de los datos personales en Internet. International Journal of Sociology of Education [Internet]. 2015 [consulta 20 de enero de 2017]; 4 (1): 1-25. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4991399>

17.- Ortega- Ruíz R, Del Rey R, Casas JA. Evaluar el *bullying* y el *ciberbullying* validación española del EBIP-Q y del ECIP-Q. Psicología Educativa [Internet]. 2016 [consulta 2 de febrero de 2017]; 22 (1). Disponible en: http://pse.elsevier.es/es/evaluar-el-bullying-el-cyberbullying/articulo/S1135755X16000087/#.WPucycJ_upc

18.- Alfaro González M, Vázquez Fernández ME, Fierro Urturi A, Herrero Bregón B, Muñoz Moreno MF, Rodríguez Molinero L. Uso y riesgos de las tecnologías de la información y comunicación en adolescentes de 13-18 años. Acta Pediátrica Española [Internet]. 2015 [consulta 4 de febrero de 2017]; 73 (6): 126-135. Disponible en: <https://medes.com/publication/101197>

19.- Avilés Martínez JM. CIBERBULLYING. Diferencias entre el alumnado de secundaria. Boletín de Psicología [Internet]. 2009 [consulta 4 de febrero de 2017]; 96 (6): 79-96. Disponible en: <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N96-6.pdf>

20.- Robledo Ramón P, Arias- Gundín O. Programa de prevención del Bullying en las aulas de Educación Primaria. En: Actas do X Congresso Internacional Galego- Portugués de Psicopedagogia. Braga: Universidade do Minho; 2009. p. 383-396.

21.- Álvarez García D, Núñez Pérez JC, Dobarro González A. Cuestionarios para evaluar la violencia escolar en Educación Primaria y en Educación Secundaria: CUVE3-EP y CUVE3-ESO. Revista Cuatrimestral de Psicología [Internet]. 2013 [consulta 2 de febrero de 2017]; 31 (2). Disponible en: <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/322>

AGRADECIMIENTOS:

En primer lugar, me gustaría agradecerle al director de mi trabajo, Luis Hijos Larraz, por su tiempo y dedicación a la hora de realizarlo.

También a la Escuela Universitaria de Enfermería y sus profesores, que han hecho posible que nos desenvolvamos como profesionales de la Enfermería, al igual que como personas.

A mis padres, pilar fundamental en mi vida y sin los que no podría haber llegado hasta aquí.

Mi novio, mis amigos y familiares, por apoyarme en todo momento y creer en mí.

ANEXO I: FOLLETO INFORMATIVO

¿QUÉ SE DEBE TENER EN CUENTA EN EL CIBERBULLYING?

- Cualquiera puede sufrirlo/ llevarlo a cabo.
- Se puede hacer mucho daño con hechos realizados de manera inocente (transmisión de capturas de pantalla, comentarios,...).
- Cada vez más jóvenes a más temprana edad y con mayor asiduidad tienen redes sociales y dispositivos electrónicos.
- ¿Los padres son conscientes de todo lo que hacen sus hijos menores por la red?
- Puede hacerse en cualquier momento y lugar.



¿QUÉ ES EL BULLYING?

Forma de maltrato, normalmente intencionado, perjudicial y persistente de un estudiante o grupo de estudiantes, hacia otro compañero al que convierte en su víctima habitual. El *bullying* se expresa tanto con agresiones físicas, como verbales y como exclusión.

Se presenta como un fenómeno grupal, desde el momento en que precisa del soporte del grupo y por tanto, debe situarse en la trama de relaciones que en el mismo se genera.

Para su estudio, se hace imprescindible incluir el análisis de las relaciones socioafectivas, es decir, las condiciones ambientales donde se producen.

AYUDA CONTRA EL ACOSO ESCOLAR

NO AL ACOSO ESCOLAR



¿Qué son el Bullying y el CiberBullying?

¿Crees saberlo todo acerca de estos fenómenos?

¿CUÁLES SON LAS PRINCIPALES MANIFESTACIONES?

- ANSIEDAD
- TEMOR
- AISLAMIENTO SOCIAL
- BAJA AUTOESTIMA

¿QUÉ DEBE HACERSE?

- Actuar de manera calmada.
- No ignorar situaciones de acoso.
- Dialogar con las posibles víctimas.
- Intentar solventar las situaciones de riesgo lo antes posible.
- Buscar los motivos del acoso.
- Fomentar la empatía, el compañerismo, la solidaridad,...



¿QUÉ ES EL CIBERBULLYING?

Es el uso de Tecnologías de la Información y Comunicación (como Correo Electrónico o mensajería móvil), para manifestar comportamientos vejatorios y/o difamatorios de un individuo o grupo, que deliberadamente y de forma repetitiva y hostil, pretiendan dañar a otro.

Hoy en día se reconoce como el *Bullying* realizado a través de internet y, en general, los dispositivos digitales. Tiene puntos en común con el acoso en directo, pero añade que puede hacerse en cualquier momento y lugar, la posibilidad de anonimato, la potencialidad de una mayor audiencia o la posible suplantación de identidad. Una característica que también ha de tenerse en cuenta es el hecho de que su existencia conlleva un desamparo legal, ya que, aunque pueda cerrarse una Web, inmediatamente pueden abrirse otras, continuando con el problema.

**ANEXO II: SOLICITUD DE ADHESIÓN/ CONSENTIMIENTO
INFORMADO**

DATOS DEL ALUMNO				
<u>NOMBRE Y APELLIDOS</u>				
<u>DOMICILIO</u>				
<u>LOCALIDAD</u>				
<u>C.P.</u>		<u>PROVINCIA</u>		
<u>TELF.FIJO</u>		<u>TELF. MÓVIL</u>		<u>CORREO @</u>

DATOS DEL TUTOR LEGAL DEL ALUMNO				
<u>NOMBRE Y APELLIDOS</u>				
<u>DOMICILIO</u>				
<u>LOCALIDAD</u>				
<u>C.P.</u>		<u>PROVINCIA</u>		
<u>TELF.FIJO</u>		<u>TELF. MÓVIL</u>		<u>CORREO @</u>

D/ D^a con DNI....., con fecha de nacimiento.....; afirmo que he sido informado/a respecto al Programa de Salud sobre el Bullying/ CiberBullying y las actividades planificadas y al posible uso de datos extraídos de las mismas en publicaciones con fines científicos sanitarios de acuerdo a la ley de protección de datos. Fecha:

Firmado:

El padre, madre o tutor legal

Estoy interesado en acudir a las charlas informativas destinadas a los padres que se impartirán por las tardes.

sí

NO

ANEXO III: CRONOGRAMA

	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4	SEMANA 5	6 MESES DESPUÉS *
CAPTACIÓN POR MEDIO DE FOLLETOS COLOCADOS EN EL INSTITUTO						
CONSENTIMIENTO INFORMADO						
1ª VALORACIÓN: - Cuestionario - CUVE3- ESO - EBIP-Q - ECIP-Q						
SESIÓN NÚMERO 1: “Bullying, un secreto a voces”						
SESIÓN NÚMERO 2: “El peligro de la era electrónica”						
SESIÓN NÚMERO 3: “De la teoría a la práctica”						
EVALUACIÓN DE CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES (Cuestionario)						
EVALUACIÓN: - CUVE3- ESO - EBIP-Q - ECIP-Q						

* Se realizará en los dos Institutos de Sabiñánigo y en otros dos centros educativos con las mismas características previamente identificados.

ANEXO IV: CUESTIONARIOS
CUESTIONARIO PADRES/ PROFESORES

1.- ¿Sabe lo que es el Bullying? Si su respuesta es sí, explíquelo.

- SÍ. El Bullying es....
 NO

2.- ¿Le gustaría saber más sobre el acoso escolar?

- SÍ
 NO

3.- ¿Habla frecuentemente con sus hij@s/ alumn@s de la situación que viven en la escuela?

- SÍ
 NO

4.- ¿Sabe si sus hij@s/ alumn@s han sido atacados, pegados, se han burlado de ellos, en algún momento?

- SÍ
 NO

5.- ¿Ha llegado su hijo/a a casa con señas de haber recibido violencia en el Instituto? / ¿Tienen marcas sus alumn@s de haber recibido violencia física?

- SÍ
 NO

6.- ¿Han verbalizado su hij@s/ alumn@s sentirse solos/ aislados en alguna ocasión?

- SÍ
 NO

7.- ¿Han verbalizado sus hij@s/ alumn@s haber sufrido situaciones de miedo o temor durante su estancia en el instituto?

- SÍ
 NO

8.- ¿Sabe Ud. Si su hij@/ alumn@ ha sufrido algún ataque de manera constante de algún compañero/a?

- SÍ

NO

9.- ¿Ha notado que su hijo no descansa bien por las noches o ha perdido el interés por ir al Instituto? / ¿Nota que alguno de sus alumnos tiene muestras de cansancio?

SÍ

NO

10.- ¿Observa Ud. Situaciones de pérdida de nervios o violencia doméstica por parte de su hij@/ alumn@ que antes no sucedía?

SÍ

NO

11.- ¿Es conocedor de lo que hace su hij@/ alumn@ en las redes sociales?

SÍ

NO

12.- ¿Utiliza su hij@/ alumn@ dispositivos electrónicos con mucha frecuencia? Después de hacerlo, ¿su actitud es similar a la previa?

SÍ

NO

13.- ¿Se ha interesado usted por el contenido que tiene su hij@/ alumn@ en las redes sociales?

SÍ

NO

14.- ¿Cree que su hij@/ alumn@ podría estar sufriendo Bullying en clase?

SÍ

NO

15.- ¿Sabe lo que es el CiberBullying?

SÍ

NO

16.- ¿Cree que su hij@/ alumn@ podría estar sufriendo CiberBullying?

SÍ

NO

CUESTIONARIO PARA ALUMNOS:

1. ¿Sabes lo qué es acoso escolar o bullying?

- a) Sí. Explica:
- b) No.

2. ¿Sabes cuáles son los tipos de acoso escolar?

- a) Sí. ¿Cuáles?
- b) No.

3. ¿Te has sentido solo en alguna ocasión en el instituto?

- a) Nunca
- b) Pocas veces
- c) Muchas veces
- d) Siempre

4. ¿Te has sentido intimidado por tus compañeros durante tu estancia en el instituto? Si tu respuesta es sí, ¿desde hace cuánto?

- a) Sí. Desde....
- b) No.

5.- En una situación de intimidación, ¿qué harías?

- a) Avisar a los profesores
- b) Callarme por si la toman conmigo.
- c) Intentar interceder yo mismo.
- d) Meterme yo también con la víctima para caer mejor a mis compañeros.

6. Ante una situación de intimidación... ¿Quién suele pararlas?

- a) Nadie
- b) Un profesor
- c) Un compañero
- d) Nunca ocurren situaciones de intimidación.
- e) Otro. ¿Quién ?

7. ¿Te verías capaz de intimidar a tus compañeros en alguna ocasión?

- a) Nunca
- b) Solo si me provocan
- c) Sí, si los demás lo hacen
- d) Sí, si me obligan
- e) Tal vez

8.- ¿Sabes lo que es el Ciberbullying? Si tu respuesta es sí, explícalo.

- a) Sí. El Ciberbullying es...
- b) No.

9.- ¿Cuántas redes sociales utilizas? ¿Cuáles son?

- a) No tengo redes sociales.
- b) 1. Nombre:
- c) Más de dos. Nombre:

10.-¿Cada cuánto revisas tus redes sociales?

- a) Menos de una vez al día.
- b) Más de dos veces al día.
- c) Siempre que me aburro.
- d) Aunque esté haciendo algo, paro de hacerlo y las miro.

11.- ¿Alguna vez han hecho sentir mal por contenido que hayas puesto en tus redes? Si tu respuesta es sí, explica cuáles. (Comentarios ofensivos, han difundido capturas de pantalla,...)

- a) Sí. Cuáles:
- b) No.

12.- ¿Te has metido alguna vez con alguien por el contenido de sus redes sociales?

- a) Sí
- b) No

13.- ¿Te has visto obligado/a a borrar contenido de tus redes por lo que te hayan dicho?

- a) Sí.
- b) No.

ANEXO V: CUVE3- ESO ²⁰

Señala con qué frecuencia protagoniza el profesorado o el alumnado de tu clase, según se indique en el enunciado, los hechos que a continuación se presentan. Por favor, en cada enunciado elige sólo una de las cinco opciones ofrecidas y no dejes ningún enunciado sin contestar.

Nunca.	Poca s vece	Algun as veces.	Much as veces.	Siempre.
1	2	3	4	5

	1	2	3	4	5
1. El alumnado habla con malos modales al profesorado.					
2. El alumnado falta al respeto al profesorado en el aula.					
3. Los estudiantes insultan a profesores o profesoras.					
4. El profesorado tiene manía a algunos alumnos o alumnos					
5. El profesorado tiene preferencias por ciertos alumnos o alumnos					
6. El profesorado castiga injustamente.					
7. El profesorado ignora a ciertos alumnos o alumnas.					
8. El profesorado ridiculiza al alumnado.					
9. El profesorado no escucha a su alumnado.					
10. Hay profesores y profesoras que insultan al alumnado.					
11. El profesorado baja la nota a algún alumno o alumna como castigo					
12. Ciertos profesores o profesoras intimidan o atemorizan a algún alumno o alumna.					
13. El profesorado amenaza a algún alumno o alumna.					

¿Tienes teléfono móvil?

- No.
- Sí.

¿Tienes acceso a internet en tu teléfono móvil?

- No.
- Sí.

¿Tienes acceso a internet a través de otros dispositivos (ordenador, tablet...?)

- No.
- Sí.

¿Tienes cuenta en...? (para esta pregunta puedes marcar varias opciones)

- | | | |
|---|----|-------------|
| <input type="radio"/> Facebook. Número | de | Amigos: |
| <input type="radio"/> Tuenti. Número | de | Amigos: |
| <input type="radio"/> Google+. Número | de | Amigos: |
| <input type="radio"/> Badoo. Número | de | Contactos: |
| <input type="radio"/> Twitter. Número | de | Seguidores: |
| <input type="radio"/> LinkedIn. Número | de | Seguidores: |
| <input type="radio"/> Instagram. Número | de | Seguidores: |
| <input type="radio"/> Flickr. Número | de | Seguidores: |
| <input type="radio"/> Youtube. Número | de | Seguidores: |
| <input type="radio"/> Tumblr. Número | de | Seguidores: |
| <input type="radio"/> Pinterest. Número | de | Seguidores: |
| <input type="radio"/> Otra, dinos cuál: _____ | | |

Aproximadamente, ¿cuántas horas de media al día usas internet entre semana? _____ horas.

Y el fin de semana o en vacaciones, aproximadamente, ¿cuántas horas de media al día usas internet? _____ horas.

¿Tus padres hablan contigo sobre seguridad en internet?

- No, en
- absoluto. Un poco.
- Suficiente.
- Bastante.
- Mucho.

¿Tus profesores hablan contigo sobre seguridad en internet?

- No, en absoluto.
- Un poco.
- Suficiente.
- Bastante.
- Mucho.

ANEXO VI: EBIPQ

En este apartado te preguntamos sobre tus posibles experiencias relacionadas con acoso escolar (bullying) en tu entorno (centro escolar, amigos, conocidos). Tus respuestas serán confidenciales, es decir, nadie sabrá lo que tú has contestado en estos cuestionarios.

¿Has vivido algunas de las siguientes situaciones en los últimos dos meses? (por favor, haz una cruz en la casilla de la respuesta más apropiada para ti en función de la siguiente tabla).

No.	Sí, una o dos veces.	Sí, una o dos veces al mes.	Sí, alrededor de una vez a la semana.	Sí, más de una vez a la semana.
1	2	3	4	5

	1	2	3	4	5
1. Alguien me ha golpeado, me ha pateado o					
2. Alguien me ha insultado.					
3. Alguien le ha dicho a otras personas palabras					
4. Alguien me ha amenazado.					
5. Alguien me ha robado o roto mis cosas.					
6. He sido excluido, aislado o ignorado por otras					
7. Alguien ha difundido rumores sobre mí.					
8. He golpeado, pateado o empujado a alguien.					
9. He insultado y he dicho palabras ofensivas a					
10. He dicho a otras personas palabras					
11. He amenazado a alguien.					
12. He robado o estropeado algo de alguien.					
13. He excluido, aislado o ignorado a alguien.					
14. He difundido rumores sobre alguien.					

El acoso escolar (bullying) es un comportamiento realizado por un individuo, o un grupo, que se repite en el tiempo para lastimar, acosar, amenazar, asustar o meterse con otra persona con la intención de causarle daño. Es diferente de otras conductas agresivas porque implica un desequilibrio de poder que deja a la víctima sin poder defenderse.

¿Consideras que has sufrido acoso escolar (bullying) en los últimos 2 meses?

- No.
- Sí, algunas veces.
- Sí, de forma frecuente.

¿Consideras que has realizado acoso escolar (bullying) en los últimos 2 meses?

- No.
- Sí, algunas veces.
- Sí, de forma frecuente.

Ahora te preguntamos sobre tus posibles experiencias de discriminación en tu entorno (centro escolar, amigos, conocidos), por tu color de piel, por tu país de procedencia, por tu cultura o por tu religión en los últimos dos meses.

No.	Sí, una o dos veces.	Sí, una o dos veces al mes.	Sí, alrededor de una vez a la semana.	Sí, más de una vez a la semana.
1	2	3	4	5

	1	2	3	4	5
15. Alguien me ha golpeado, me ha pateado o					
16. Alguien me ha insultado.					
17. Alguien le ha dicho a otras personas palabras					
18. Alguien me ha amenazado.					
19. Alguien me ha robado o roto mis cosas.					
20. He sido excluido, aislado o ignorado por					

21. Alguien ha difundido rumores sobre mí.				
22. He golpeado, pateado o empujado a				
23. He Insultado y he dicho palabras ofensivas				
24. He dicho a otras personas palabras				

	1	2	3	4	5
25. He amenazado a alguien.					
26. He robado o estropeado algo de alguien.					
26. He excluido, aislado o ignorado a alguien.					
28. He difundido rumores sobre alguien.					

En esta ocasión te preguntamos concretamente sobre un tipo de acoso que se centra en motivos étnicos o culturales, es decir, por tu color de piel, por tu país de procedencia, por tu cultura o por tu religión.

¿Consideras que has sufrido discriminación en tu entorno (centro escolar, amigos, conocidos), por ser de diferente color de piel, de otro país o de distinta cultura o religión en los últimos 2 meses?

- No.
- Sí, algunas veces.
- Sí, de forma frecuente.

¿Consideras que has discriminando a alguien en tu entorno (centro escolar, amigos, conocidos), por ser de diferente color de piel, de otro país o de distinta cultura o religión en los últimos 2 meses?

- No.
- Sí, algunas veces.
- Sí, de forma frecuente

ECIPQ

En este apartado te preguntamos sobre tus posibles experiencias relacionadas con el cibera- coso (cyberbullying) en tu entorno (centro escolar, amigos, conocidos). Tus respuestas serán confidenciales, es decir, nadie sabrá lo que tú has contestado en estos cuestionarios.

¿Has vivido algunas de las siguientes situaciones en internet o con el teléfono móvil en los últimos dos meses? (por favor, haz una cruz en la casilla de la respuesta más apropiada para ti en función de la siguiente tabla).

No.	Sí, una o dos veces.	Sí, una o dos veces al mes.	Sí, alrededor de una vez a la semana.	Sí, más de una vez a la semana.
1	2	3	4	5

	1	2	3	4	5
29. Alguien me ha dicho palabras ofensivas o me ha insultado usando el móvil o internet.					
30. Alguien ha dicho a otros palabras ofensivas sobre mí usando el móvil o internet.					
31. Alguien me ha amenazado a través de mensajes					
32. Alguien ha pirateado mi cuenta de correo y ha sacado mi información personal (ejemplo: a través de					
33. Alguien ha pirateado mi cuenta y se ha hecho pasar por mí (a través de mensajería instantánea,					
34. Alguien ha creado una cuenta falsa para hacerse pasar por mí. (Facebook, Tuenti, Twitter...).					
35. Alguien ha colgado información personal sobre mí					
36. Alguien ha colgado en internet videos o fotos					
37. Alguien ha retocado fotos en las que salgo y que					
38. He sido excluido, aislado o ignorado de una red					
39. Alguien ha difundido rumores sobre mí por internet					
40. He dicho palabras ofensivas a alguien o le he					
41. He dicho palabras ofensivas sobre alguien a otras personas en mensajes por internet o por el móvil.					
42. He amenazado a alguien a través del móvil o					
43. He pirateado la cuenta de correo de alguien y he robado su información personal (email o red social).					
44. He pirateado la cuenta de alguien y me he hecho pasar por él/ella (mensajería instantánea, WhatsApp o					
45. He creado una cuenta falsa para hacerme pasar por otra persona (Facebook, Tuenti, Twitter...).					

46. He colgado información personal de alguien en				
47. He colgado videos o fotos comprometidas de alguien				
48. He retocado fotos o videos de alguien que estaban				
49. He excluido, aislado o ignorado a alguien en una red				
50. He difundido rumores sobre alguien en internet o				

El ciberacoso (ciberbullying) es una nueva forma de acoso (bullying) que implica el uso de los teléfonos móviles (textos, llamadas, vídeo clips) o internet (E-mail, mensajería instantánea, Chat, páginas Web) u otras tecnologías de la información y la comunicación para acosar, amenazar o intimidar deliberadamente a alguien.

¿Consideras que has sufrido ciberacoso (ciberbullying) en los últimos 2 meses?

- No.
- Sí, algunas veces.
- Sí, de forma frecuente.

¿Consideras que has realizado ciberacoso (ciberbullying) en los últimos 2 meses?

- No.
- Sí, algunas veces.
- Sí, de forma frecuente.

Si has sido víctima de alguna de las situaciones descritas anteriormente, ¿por qué crees que te ha pasado? (para esta pregunta puedes marcar varias opciones).

- Por mi color de piel, cultura o religión. Por mi orientación sexual.
- Porque me tiene manía.
- Por mis características físicas (color de pelo, uso de gafas, peso...). Por las cosas que me gustan (cine, música, libros, juegos...).
- Porque les provoqué. Para vengarse de mí. Por molestarme.
- Para gastarme una broma. No lo sé.
- Otro: escribir: _____

¿Alguna vez has publicado o compartido alguna vez fotos tuyas en las que salieras desnudo/a o medio desnudo/a?

- Nunca.
- Una o dos veces.
- Algunas veces.
- Muchas veces.

Si esto ha pasado al menos una vez, ¿a quién le enviaste la foto?

- Novio/Novi
- a.
Expareja.
- Conocido/Amigo.
- Persona que conocí por
internet.

¿Alguna vez alguien ha publicado o compartido fotos tuyas en las que salieras desnudo/a o medio desnudo/a sin tu permiso?

- Nunca.
- Una o dos veces.
- Algunas veces.
- Muchas veces.

